

Einladung zur Mittagsakademie

Donnerstag, 5. November 2020 | 12.15 - 13.15 Uhr
Cafeteria, Verwaltungsgebäude Hostett, St. Antonistrasse 4

Entspannt am Arbeitsplatz



Referentin: Renée de Ruijter, Physiotherapeutin

Die Digitalisierung erleichtert uns in vielen Belangen die tägliche Arbeit. Gleichzeitig kann das sitzende Arbeiten am Bildschirm und Schreibtisch auch zu Beschwerden wie Verspannungen oder Kopfschmerzen führen.

An der Mittagsakademie erfahren Sie mehr über:

- Verspannungen vorbeugen
- Übungen zur Entspannung am Arbeitsplatz
- Tipps und Tricks für den Arbeitsalltag

Die Anzahl Plätze sind infolge Covid-19 beschränkt. Sie wird daher gleichzeitig als Videoübertragung angeboten.

Anmeldung bis am 3. Nov. 2020

Weitere Infos und AnmeldeLink siehe BGM-Newsletter vom **23.09.2020**

