



NIMAS

Gesunde Mitarbeiter – gesundes Unternehmen

Mit Aha-Effekt und Oho-Erlebnis:
Gestalten Sie einen Tag der Gesundheit für Ihre Mitarbeiter.

Wir machen Ihre „Betriebliche Gesundheitsförderung“ erlebbar.

Ihr Gesundheitstag

Mit der NIMAS Expertengruppe:

Dr. med. Florian Brückner: Facharzt für Allgemeinmedizin
mit Schwerpunkten in Naturheilverfahren und manueller Medizin

Roswitha Birk-Becht: Praxis für Psychotherapie in Erbach b. Ulm,
zertifiziert vom Europäischen Dachverband für Psychotherapie

Karin B. Stein und Helmut Stein: Das Feng Shui Institut Stein
entwickelt Maßnahmen zur Verbesserung des Arbeitsumfeldes
und der Umgebungsqualitäten

Ralph Heber und Elisabeth Wörsing: Tai Chi und Qigong Schule Ulm/Neu-Ulm.
Professionelles Tai Chi und Qigong Training

Dr. rer.nat. Clemens Reizel: geprüfter Gesundheits-/
Präventionsberater, Projekt Coach, Dipl.-Chemiker

NIMAS

Gesundheitsförderung für Menschen und Unternehmen

kontakt@nimas-ulm.de

Telefonische Anfragen: 0174 170 58 66 (Dr. Clemens Reizel)

www.nimas-ulm.de

Das NIMAS Konzept zu Ihrem Gesundheitstag

Das Basisprogramm besteht aus

- Gesundheitscheck am Infostand
- Impulsvorträgen
- Mitmach-Workshops

Inhaltliche Gestaltung des Gesundheitstages anhand des Basisprogramms

- Infostand mit Gesundheitschecks
- Fünf unterhaltsame und praxisnahen Impulsvorträge zu den Themen Arbeitsgestaltung, Stress, Ernährung, modernes Training und Entspannung
- Zwei interaktive Workshops mit Qigong und EMS Training – Fit in 20 Minuten pro Woche

Beispielprogramm für ihren Gesundheitstag:

Gesundheitschecks	
am Stand	Stoffwechselanalyse - wie gut funktioniert Ihr Stoffwechsel?
	Die Wirkung Ihres Persönlichen Elementes
Impulsvorträge	
	Grenzen setzen – Arbeit gestalten
	„Gesunder Darm, gesundes Immunsystem - der Stellenwert der Ernährung für unsere Gesundheit.“
	Entspannen und Loslassen aus Sicht des Qigong
	Feng Shui am Arbeitsplatz - wie es sich ganzheitlich auf die Gesundheit und das Wohlbefinden auswirkt!
Aktive Workshops	
	Einführung in progressive Muskelentspannung nach Jacobsen und Autogenes Training (60 min.)
	Entspannen und Loslassen mit Qigong (90 min.)

Die Vorträge sind auf 45 min. angesetzt.

Die Dauer der Workshops ist in der Tabelle mit angegeben.

Gerne gestalten wir gemeinsam mit Ihnen in einem persönlichen Gespräch Ihren individuellen Gesundheitstag, maßgeschneidert auf Ihre Unternehmen und Ihre Mitarbeiter.

Die NIMAS Gruppe mit Sitz in Ihrer Region unterstützt Sie in Bezug auf die Nachhaltigkeit Ihrer betrieblichen Gesundheitsförderung.

Unsere Ansätze

Gesundheit für Menschen und Unternehmen

Wir bieten:

- Durchführung von Gesundheitstagen in Betrieben und Unterstützung bei der Zielsetzung, Planung, Vorbereitung und Organisation
- Impulsvorträge
- Workshops
- Seminare
- Projektunterstützung bei der Umsetzung von Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung
- Moderierte Workshops zur Arbeitsplatz-Situationsanalyse

Kontakt:

kontakt@nimas-ulm.de

Für telefonische Anfragen:

0174 170 58 66 (Dr. Clemens Reizel)