

HÄLSOSTARTEN!

KICKA IGÅNG DET NYA ÅRET PÅ NYTT SÄTT

Tillhör du dem som anser att friska, glada och effektiva medarbetare kommer av sig själva och att det där med hälsa är något man ägnar sig åt på fritiden? Då kan du sluta läsa nu.

Du som tror att ni under arbetstid har möjlighet att påverka era medarbetares hälsa och att det kan öka både produktiviteten och arbetsglädjen... vi har lösningen för er. Hälsostarten innehåller frukost och föreläsningar inom hälsa. Genom vår samlade kompetens erbjuds ni 5 föreläsningar om hälsan som helhet, träning & motivation, kost, stresshantering och sömn.

Vi ger er ny kunskap och en grym inspirationsboost inom hälsans olika delar och förklarar hur det hela hänger ihop. För det gör det. Ta chansen att skapa en arbetsplats där människor trivs och presterar sitt allra bästa!



Malin Odéhn &
Malin Lundskog
Hälsa mera



Kajsa Asp
Mersmak kommunikation



Eva Annerås
Sömnbyrån



Gunilla Hamrin &
Karin Hamrin
Espiro

Vi samarbetar för att erbjuda en samlad kompetens inom hälsa. Vi har gedigen erfarenhet inom våra respektive områden. Utifrån den senaste forskningen inspirerar vi er till hälsosamma val.

HÄLSOSTARTEN!

5 frukostar & 5 frukostföreläsningar;

Introduktion: Hälsan som helhet

Kost: Goda vanor för hjärta, kärl och hjärna (Mersmak kommunikation)

Träning: Träna dig smartare (och) snabbare (Hälsa mera)

Stress: Stressa Smart och må och prestera på topp (Espiro)

Sömn: Skapa förutsättningar för bästa återhämtningen (Sömnbyrån)

Vi kommer till er och bjuder på inspiration, kunskap och motivation.

Prisexempel: vid 30 deltagare 2000 kr/person; inkl föreläsning och frukost vid 5 tillfällen. Kontakta oss för prisuppgift för ditt företag.

Maila oss på info@halsostarten.se för bokning eller mer information!

5 frukostar
5 föreläsningar
2000 kr/person

Prisexempel vid 30 deltagare.
Priset är ex. moms. Kontakta oss
för aktuellt pris på ditt företag!

