

- [Diakademie - Ihr Partner für Fort- und Weiterbildung /](#)
- [Kurse /](#)
- Kursdetails

 [Anmeldung](#)

## **545/2020: Gesund bleiben - Gesundheit ist ein hohes Gut**

Zielgruppe

Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen

Termine

07.10.2020

Uhrzeit

09.00 - 16.15 Uhr

Ort

Berufsbildungswerk Leipzig  
Knautnaundorfer Str. 4  
04249 Leipzig

<http://www.diakademie.de/kursorte.html>

Leitung

Katrin Sawatzky

ReferentInnen

Ute Herbst

Beratung und Personalentwicklung

Kursgebühren

**Kursgebühren**

95,00 Euro

**Kursgebühren für Mitglieder (Diakademie)**

70,00 Euro

**Beschreibung**

„Gesundheit ist gewiss nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“  
Arthur Schopenhauer

Wenn Menschen gefragt werden, was ihnen am Wichtigsten ist, so antworten sie meist ... „Gesundheit“.

Von uns wird eine ganze Menge verlangt. Die Anforderungen im Beruf und im privaten Leben nehmen zu. Da ist es wichtig, gesund zu bleiben. Doch oft werden die Signale des Körpers missachtet und es fehlt die nötige Balance.

Ein gesundheitsorientierter Lebensstil könnte helfen genügend Lebensenergie und Lebensfreude zu entwickeln, um Krankheiten vorzubeugen.

Das sollte für uns ein wichtiger Grund sein, um darüber ins Gespräch zu kommen.

## Schwerpunkte

- die Bedeutung der Gesundheit
- Gesundheitsbewusstsein entwickeln
- Grundlagen der Ernährungslehre
- gesunde individuelle Ernährung
- die richtige Balance im Leben - Stressbewältigung



[ANMELDUNG](#)



PDF DRUCKEN

## 545/2020: Gesund bleiben - Gesundheit ist ein hohes Gut

### Zielgruppe

Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen

### Termine

07.10.2020

### Uhrzeit

09.00 - 16.15 Uhr

### ReferentInnen

Ute Herbst  
Beratung und  
Personalentwicklung

### Leitung

Katrin Sawatzky

### Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot



### Kursgebühren

95,00 Euro

**Ort**  
Berufsbildungswerk Leipzig  
Knautnaundorfer Str. 4  
04249 Leipzig

unter [www.diakademie.de](http://www.diakademie.de)  
**Informationen**  
Tel.: 035207 - 843 50

**Kursgebühren für  
Mitglieder (DAFW)**  
70,00 Euro

### **Beschreibung**

„Gesundheit ist gewiss nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“

Arthur Schopenhauer

Wenn Menschen gefragt werden, was ihnen am Wichtigsten ist, so antworten sie meist ... „Gesundheit“.

Von uns wird eine ganze Menge verlangt. Die Anforderungen im Beruf und im privaten Leben nehmen zu. Da ist es wichtig, gesund zu bleiben. Doch oft werden die Signale des Körpers missachtet und es fehlt die nötige Balance.

Ein gesundheitsorientierter Lebensstil könnte helfen genügend Lebensenergie und Lebensfreude zu entwickeln, um Krankheiten vorzubeugen.

Das sollte für uns ein wichtiger Grund sein, um darüber ins Gespräch zu kommen.

### **Schwerpunkte**

- die Bedeutung der Gesundheit
- Gesundheitsbewusstsein entwickeln
- Grundlagen der Ernährungslehre
- gesunde individuelle Ernährung
- die richtige Balance im Leben - Stressbewältigung