

Sjov og Sund Virksomhedsdag:

Formål: Formålet er, at virksomheden på en sjov måde får information om sundhed og trivsel – både psykisk og fysisk sundhedsfremme. Desuden sjove bevægelsesoplevelser sammen med kolleger på en måde, der støtter de gode betingelser for samarbejde i hverdagen.

Målgruppe: Medarbejdere og ledelse

Indhold og metode:

- Oplæg om fysisk og/eller psykisk sundhedsfremme. Eksempler:
 - Op ad trappen, fru Olsen
 - Kommunikation op og ned ad stolper
 - Kamp, jagt, flugt og formering
 - Fedt nok, Sweetheart
- Sjov motion. Eksempler:
 - Fodbold for boldmongoler
 - Pandekast
 - Rundbold for par
 - Græs-hockey

Varighed:

- Oplæg: ½ – 1 time
- Sjov motion 2 – 2½ time

Pris: 3 timer á kr. 1.300,00 plus moms - pr. 20 medarbejdere.
Kørsel: statens takst

Start: Efter aftale

Kontakt: **Jesper Lindebjerg**
Virksomhedskonsulent
Direkte tlf. 51 37 80 34
Mail: jl@csl-sjs.dk

Jeanette Rasmussen
Virksomhedskonsulent
Direkte tlf. 40 24 90 50
Mail: jr@csl-sjs.dk

Ruth Maltesen
Virksomhedskonsulent
Direkte tlf: 29 65 31 04
Mail: rm@csl-sjs.dk

