

## Wieso? Weshalb? Warum?



Erhaltung und  
Verbesserung des  
Gesundheitszustandes

Vereinbarkeit von  
Familie und Beruf

Erhöhung der  
Arbeitszufriedenheit

Aufbau von  
Gesundheitskompetenz

Absender :

Bitte um Rückruf unter

Ev.-Luth. Kirchenkreis Nordfriesland  
Betriebliches Gesundheitsmanagement  
Kirchenstr. 2  
25821 Breklum



Ev.-Luth. Kirchenkreis  
Nordfriesland

**Beratung und Information  
für  
Mitarbeitende und  
Führungskräfte**



Betriebliches Gesundheits Management

## Beratung und Information

### Prävention

- Angebote zur Gesunderhaltung.
- Zuschüsse des Arbeitgebers.

### Mobile Massagen

- Anbieter und Kosten



### Massage Sitzauflagen

- Bestell- und Liefermöglichkeiten



## Begleitung, Unterstützung, Vermittlung

### Planung von Gesundheitstagen

Ich unterstütze und begleite Sie bei der Planung und Durchführung von Gesundheitstagen in Kooperation mit Krankenkassen und Physiotherapeuten.

### Vermittlung von individuellen Angeboten für Ihr Team

**NEU: After-Work-Team „Rücken-Fitness“**

**NEU: After-Work-Team „Entspannung“**

**NEU: After-Work-Team „Gesunde Küche mit Life-Cooking“**

**NEU: After-Work-Team „Trommeln wir zusammen“** (Anfänger und Fortgeschrittene)  
RELAX – AUSDAUER – ENERGIE  
(Trommeln werden zur Verfügung gestellt)

### **NEU: IHR WUNSCH-NEWSLETTER**

Auf Wunsch erhalten Sie einen regelmäßigen Newsletter mit Präventionskurs-Angeboten im Umkreis Ihres Wohnortes. Die Anmeldung erfolgt über die Internetseite [www.kirche-nf.de/bgm](http://www.kirche-nf.de/bgm)

## BGM im Internet

[www.kirche-nf.de/bgm](http://www.kirche-nf.de/bgm)

Weitere Gesundheitstipps, Videoanleitungen, Kochrezepte etc. gibt es hier:



BGM Kirchenkreis Nordfriesland



BGM Kirchenkreis Nordfriesland

## Kontakt



**Birgit Breder**

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Kirchenstr 2

25821 Breklum

**0160-97995406**

[bgm@kirchenkreis-nordfriesland.de](mailto:bgm@kirchenkreis-nordfriesland.de)

[www.kirche-nf.de/bgm](http://www.kirche-nf.de/bgm)