

Programm

KAUSA-Ausbildungstag

zum Thema

Gesundheit

Fit für alle Herausforderungen

20.09.2023 / 13:00 – 15:30 Uhr

TOP Thema

Ab 12:45 Uhr Ankommen

- 1 **13:00 Uhr Begrüßung**
Angebote der
IHK Bildungszentrum Halle-Dessau GmbH

**Zwei Jahre KAUSA-Landesstelle Sachsen-
Anhalt**
Stand der Arbeit – Erfahrungen - Informationen

- 2 **13:30 Uhr Betriebliches
Gesundheitsmanagement**
Möglichkeiten, Angebote, Gesetzliche Regelungen
Umsetzung der Gesundheitsförderung -
betrieblichen Gesundheitsförderung

14:15 Uhr Pause

- 3 **14:30 Uhr Mentale Gesundheit & Achtsamkeit**
Wie können wir in dem immer schneller werdenden
Leben mit wachsenden Herausforderungen dafür
sorgen, gesund und fit zu bleiben? Durch
Achtsamkeitsübungen und -techniken können Sie
Ihr Stresslevel reduzieren.

- 4 **15:15 Uhr Zeit zum fragen**
Kommen Sie mit uns und miteinander ins
Gespräch, unsere ReferentInnen nehmen sich
gerne Zeit für Ihre Fragen.

- 5 **15:30 Ende**

Referent*in

**Geschäftsführer Herr Roland
Liepold, Herr Thomas Groß**

**Norbert Schlurick,
Christian Hampf**
Projektmitarbeiter
**KAUSA-Landesstelle
Sachsen-Anhalt**

Herr Thomas Wagner
IKKimpuls-Team
IKK gesund plus

Frau Katharina Reisner
Achtsamkeitstrainerin

**Team der KAUSA-Landesstelle
Sachsen-Anhalt**

