

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Ernährungsworkshop – BIA Messung

BIA Messung mit Kurzberatung

Inhalte

Nach der BIA Messung wird diese genau erläutert

Themen dazu in der Kurzberatung:

Fett und Eiweiß in der Ernährung

-Was esse ich wann, damit der Körper optimal versorgt wird

-Wie kann ich Bewegung und gesunde Ernährung in meinen Alltag bringen

Angebot

Gruppenangebot/Workshop
min. 1 Teilnehmer pro Durchgang

Dauer: 20 Minuten
Raumgröße: ca. 12m²



Dozent

Nicole Leopold-Matzellus
Diätassistentin VDD zertifiziert

Einsatzgebiet: Ostrhauderfehn und im Umkreis von 60km

Organisation

Raumausstattung im Betrieb:
1 Tisch, 2 Stühle

Messwaage wird mitgebracht

