

---

## Schulungswochenende 16.-17.11.2018 im Sporthotel Grafenwald in Daun "Wohlbefinden am Arbeitsplatz – BGM erleben, verstehen & entwickeln"

---



### Freitag, 16.11.2018

- |                 |   |
|-----------------|---|
| bis 14:30 Uhr   | Einchecken und „Get together“ im Tagungsraum  |
| 14:30-14:40 Uhr | Begrüßungs- & Vorstellungsrunde mit kurzem Überblick Ablauf WE  |
| 14:40-15:40 Uhr | Achtsamkeits-Wanderung durch die Region zum „Ankommen im Hier und Jetzt“ mit Salina Eckelt und Mégane Vallet (HWK-Gesundheitsteam)                |
| 15:40-16:00 Uhr | Kaffeepause   |
| 16:00-17:30 Uhr | Workshop „Fit für den Wandel – Gesundheitsorientierte Personalentwicklung“ mit Amel Lariani (Embodiment Guide)                                    |
| 17:45-19:00 Uhr | „Hindernisse als Herausforderung nutzen – in jeder Krise liegt auch eine Chance“ mit Katharina Bauer (Deutsche Hallenmeisterin im Stabhochsprung) |
| 19:30-20:30 Uhr | Gemeinsames Abendessen  |
| 20:45-22:00 Uhr | Sportliches Beisammensein mit Katharina Bauer   |

### Samstag, 17.11.2018

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 08:00-08:45 Uhr | Frühsport mit dem HWK-Gesundheitsteam                                    |
| ab 09:00 Uhr    | Gemeinsames Frühstück  |
| 10:30-11:45 Uhr | Impulsvortrag von Jens Schug (CoMotion – Gesundheit für Ihr Unternehmen) |
| 11:45-12:25 Uhr | Zeit für Netzwerken sowie gesundheitsbezogene Messungen                  |
| 12:30-13:30 Uhr | Gemeinsames Mittagessen  |
| 13:45-15:30 Uhr | Sportlicher Ausklang mit Katharina Bauer                                 |

Für das angebotene Programm entsteht ein Kostenbeitrag von 100,-€ pro Person, über den Sie im Nachgang eine Rechnung erhalten. Die Hotelkosten in Höhe von 94,-€ pro Person im Doppel- oder 109,-€ im Einzelzimmer inkl. Vollpension (sowie ein Gästebeitrag von 1,50€ p.P.) sind direkt vor Ort zu begleichen. Weitere Infos über das Hotel finden Sie unter: [www.sporthotel-grafenwald.de](http://www.sporthotel-grafenwald.de)

**Im Rahmen des Projektes "KMU und Handwerk: Vital und demografiefest" und in Kooperation mit der IHK Trier sowie der IKK-Südwest wünscht Ihnen die Handwerkskammer Trier ein interessantes und erlebnisreiches Wochenende!**

Dieses Projekt wird durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und aus arbeitsmarktpolitischen Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz sowie der IKK-Südwest gefördert:



EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



Rheinland-Pfalz  
MINISTERIUM FÜR SOZIALES,  
ARBEIT, GESUNDHEIT  
UND DEMOGRAFIE

