

Aktionen in Zusammenarbeit mit der KKH-Allianz

09.00-17.00 Uhr

**EMG-
Anspannungsmessung**
(nach Terminvereinbarung)

Raum 1522 Dauer 10 min

Stresspilot
(nach Terminvereinbarung)

Raum 1514 Dauer 15 min

Blitzentspannung
(nach Terminvereinbarung)

Fitnessraum Dauer 20 min

KKH-Infopoint

09.00-17.00 Uhr

- Informationen zum Thema Stressprävention und Entspannung
- Informationen über Leistungen der KKH-Allianz

Foyer

brainLight Massagesessel

Ruheraum 1153 1. OG

(nach Terminvereinbarung)

Dauer 20 min

Sehtest und Blutdruckmessung

(Achtung 14.00-15.45 Uhr, nach Terminvereinbarung)

Betriebsarzt-Raum 1. OG

Dauer 15 min

Modernes Stressmanagement – die Einstellung macht's

Vortrag externe Referentin

10.30 Uhr, 12.00 Uhr, 13.30 Uhr, 15.00 Uhr

KC1 7. OG

Dauer 20 min

Gesunde Ernährung

zur Mittagszeit

Leckeres und Gesundes in der Kantine