

# HEALTHY BUSINESS

**EINTRITT  
FREI**



**Samstag,  
25. Mai 2024**

## **HEALTH EXPO**

[WWW.HEALTHEXPO.CH](http://WWW.HEALTHEXPO.CH)

**ST. JAKOBSHALLE BASEL**

Information Gesundheits-Erlebnistag für  
Unternehmen  
10.00 - 20.00 Uhr

Prof. Dr. Lukas Zahner & Alexander Huser

PRÄSENTIERT VON:



**BASEL  
HEALTH EXPO**

# HEALTHY BUSINESS



## EINLADUNG ZUM 90-MINÜTIGEN „FIT IM JOB“ KURS AN DER HEALTHEXPO 2024

Sehr geehrte Damen und Herren, wir hoffen, diese Nachricht erreicht Sie wohlauf.

Im Rahmen des grössten Gesundheits-Erlebnistages, der HealthEXPO 2024, möchten wir Ihnen die exklusive Gelegenheit bieten, Ihren Mitarbeitenden einen einzigartigen 90-minütigen Kompakt-Kurs zu ermöglichen: „Fit im Job - HealthyBusiness“.

- **Warum teilnehmen?** Gesunde, fitte Mitarbeitende sind produktiver und verursachen weniger Fehltag.
- **Was können Sie erwarten?** Unsere Präsentationen basieren auf verständlich dargestellten wissenschaftlichen Grundlagen, die praktische Umsetzung steht im Vordergrund. Die Steigerung von Fitness und Wohlbefinden am Arbeitsplatz wird zum Erlebnis.

**Datum und Ort:** Samstag, 25. Mai 2024  
HealthEXPO 2024 | St. Jakobshalle  
Basel



# HEALTHY BUSINESS



## MITARBEITER/-INNEN GESUNDHEITSTAG AN DER HEALTHEXPO BASEL – PROGRAMMPUNKTE:

---

### 1. Auffrischung Erste Hilfe:

In diesem kompakten Auffrischkurs erlernen Ihre Mitarbeitenden die wichtigsten lebensrettenden Maßnahmen im Ereignisfall, bis professionelle Hilfe eintrifft.

### 2. Gesundheit im Job:

Wählen Sie aus 3 aktuellen Kurzvorträgen:

- Life Balance: Die Kunst der Abgrenzung
- Jede Bewegung zählt – es muss nicht Leistungssport sein.
- The Power of Food – mehr Energie im Alltag.

### 3. Blick in die Zukunft:

Wir entführen Ihre Mitarbeitenden ins «Office und Home-Office der Zukunft». Wir zeigen, wie kurze Bewegungselemente in jedem Büro möglich sind und die Gesundheit, Fitness sowie die Leistungsfähigkeit positiv beeinflussen.



# HEALTHY BUSINESS



## KURSKOSTEN UND ANMELDUNG:

---

### Kurskosten:

10-25	Mitarbeitende	CHF 2'750.-
25-50	Mitarbeitende	CHF 4'750.-
50-100	Mitarbeitende	CHF 8'750.-

Nähere Informationen und Anmeldung unter: <https://healthexpo.ch>



### Anmeldung:

Buchen Sie für Ihre Mitarbeitenden diesen einzigartigen 90-minütigen Kurs und ermöglichen Sie ihnen ein nachhaltiges Erlebnis. Wir empfehlen eine frühzeitige Buchung. Die Anzahl der Plätze ist limitiert.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung, gerne auch an einem ZOOM-Meeting.

Mit freundlichen Grüssen,  
Prof. Dr. Lukas Zahner und das  
SalutaCoach Team