

## Vorträge

Vorträge haben verschiedene Nutzen: Sie können den Auftakt zu einer größeren Aktion oder umfangreichem Projekt gestalten und sie können abhängig von den Themen einen bestimmten Aspekt näher beleuchten und vertiefen.

Die **Inhalte, Länge und Zielgruppe** meiner Vorträge **variieren** sehr stark. Sie reichen von **Fachvorträgen**, über **Impulsvorträge** bis hin zu **interaktiven Gesprächen** und Diskussionen.

Nach einem Vortrag haben Ihre Mitarbeiter einen ersten und/oder vertieften Einblick und Verständnis in das gewählte Thema. Zudem erfahren sie durch Tipps und Anregungen, wie das Wissen in den Arbeitsalltag integriert werden kann.

Beispiel-Fachvortrag

### **„Diagnose: Diabetes mellitus – was ist zu tun?“**

- Ursachenanalyse – **wie kam es dazu?**
- **Ernährung, Essen und Bewegung: Was ist zu tun?**
  - **Optimale Lebensmittelauswahl**
  - **Antworten auf Ihre Fragen**
- *Auf Wunsch wird der Vortrag auch gemeinsam mit einem **Arzt** gehalten.*

Dauer: ca. 90 Minuten + Gespräch/Diskussion

Beispiel Vortrag

### **„Lecker und gesund durch den Arbeitsalltag!“**

- **Kurz-Vortrag** „*Lecker essen und gleichzeitig bestens ernähren - geht das?*“
- *Wege, wie **Diäten, Kalorienzählen & Verbote der Vergangenheit** angehören könnten*
  - **Tipps & Empfehlungen zum Essen im Arbeitsalltag**
  - **Antworten auf Ihre Fragen rund um die Themen Essen & Ernährung**
- **Kleine Kostproben**

Dauer: ca. 90 Minuten + Gespräch/Diskussion