

RICHTIG TRINKEN IM JOB: FIT- UND SCHLAPPMACHER

Im.puls team



Lassen Sie sich über die optimale Flüssigkeitszufuhr während der Arbeitszeit aufklären.

Sie erhalten Hinweise, in welchen Abständen Sie trinken, welche Getränke Sie bevorzugen und wieviel Sie über den Arbeitstag hinweg an Flüssigkeiten aufnehmen sollten.

Natürlich werden Ihnen die Fitmachergetränke und die Schlappmachergetränke aufgezeigt.

Außerdem werden Ihnen Informationen zum Kaffeegenuss und dem somit zugeführten Koffein veranschaulicht.

Neben dem Vortrag erhalten Sie Handouts mit Rezeptideen für Ihre neuen Fitmachergetränke.

Zielgruppe:

Ernährungsinteressierte

Teilnehmerzahl: 1-99

Dauer: nach Vereinbarung

Preis: nach Vereinbarung

Wir empfehlen ein Zeitfenster für Fragen der Mitarbeitende einzuplanen.