

Für ein gesundes Arbeitsleben: Besinnungs-Pausen im Betrieb

Neue Bausteine für die betriebliche Gesundheitsförderung

on the job

aktive Pause
mit Musik und Bewegung

buchbar als offenes Angebot,
z.B. mittags
20 bis 60 Minuten

after work

leicht und beschwingt
in den Feierabend

buchbar als Kurs,
z.B. spätnachmittags
60 bis 90 Minuten

work-life special

Schritt für Schritt
in die eigene Mitte

buchbar
als Workshop / Seminar,
etwa zur Mitarbeiterschulung



www.spielraum-tanzdialog.de



Barbara Schulte-Büttner
Bewegungspädagogin

Für ein gesundes Arbeitsleben: Besinnungs-Pausen im Betrieb

Neue Bausteine für die betriebliche Gesundheitsförderung

”

Mit Respekt und Mitgefühl leite ich aktive Pausen, Tanzworkshops und Mitarbeiterschulungen. Teilnehmende bekommen Impulse für Ausgleich und Regeneration. Sie üben sich in Achtsamkeit, Reflexivität und Empathie. Schritt für Schritt können sie sich über freies Explorieren und Tanz lockern, sammeln und stärken.

Barbara Schulte-Büttner

www.spielraum-tanzdialog.de

Spielraum 