



UNSER ZIEL: IHR ERFOLG!

ANFAHRT & KONTAKT

UNTERSTÜTZUNG MIT SYSTEM

WARUM TERTIA?

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen die Menschen und Ihre Potenziale.

- Es erwarten Sie Coaches mit langjähriger Berufserfahrung.
- Wir legen großen Wert auf eine persönliche Atmosphäre, ruhiges Arbeiten und vertraulichen Erfahrungsaustausch.
- Unser hoher Qualitätsanspruch ist für uns täglicher Ansporn. Das Einhalten der Qualitätsstandards wird jährlich vom externen Zertifizierer Certqua überprüft.

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Vereinbaren Sie telefonisch ein unverbindliches Informations- und Beratungsgespräch.

TERTIA Berufsförderung GmbH & Co. KG

Rochusstraße 2b
53123 Bonn

Tel.: 0228 76374 800
Fax: 0228 76374 848

www.tertia.de/Bonn

Ihre Ansprechpartnerin:

Frau **Mechtild Esters-Fall**

E-Mail: mechtild.esters-fall@tertia.de

Gesundheitswerkstatt

Ganzheitliche Bewegungsangebote
Teilhabehaus Bonn



Die TERTIA Berufsförderung GmbH & Co. KG ist zertifiziert nach der europäischen Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001:2015 sowie der deutschen AZAV.



GESUNDHEITSWERKSTATT

WAS SIE ERWARTET

- Kreative Projekte
- Bewegungsangebote
- Entspannungsangebote
- Ernährungsberatung
- Kulturangebote und Freizeitideen
- ein gemütliches Café für anregende Gespräche

ANGEBOTE DER GESUNDHEITSWERKSTATT

- Bewegung z.B. Yoga, Tai Chi, Pilates, Faszientraining, Spazieren
- Kreatives z.B. Upcycling, Fotocollagen, Karten- und Wandgestaltung
- Entspannung z.B. Autogenes Training, Meditation, Sanus-Café
- Ernährung z.B. Hintergrundwissen zu Stoffwechsel, Vorratshaltung und Rezepten mit Tipps für die Umsetzung
- Individuelle Hilfe und Unterstützung

STARTTERMIN: auf Anfrage

DAUER: 6 Monate

ZEITLICHER UMFANG

- 6-10 UE / Woche in Präsenz
- tägliche Teilnahme im Zeitraum von 08:45 Uhr - 12:00 Uhr oder von 12:45 Uhr - 16:00 Uhr.

TEILNAHME

Anmeldung über Ihren/Ihre Gesundheitslotsen/in, maximal 10 Teilnehmende pro Gruppe

WER SIND WIR?

Die TERTIA-Gruppe ist seit 1973 ein bewährter Partner der Arbeitsverwaltung. Wir bieten ein breites Dienstleistungsangebot rund um die Themen Stellensuche und Personalauswahl.