

# Betriebliche Gesundheitsförderung

## Vorträge - Workshops - Ergonomie



 Melina Dörr & Cora Braun GbR  
Am Markt 5, 65795 Hattersheim

 [www.mecomotion.de](http://www.mecomotion.de)

 [info@mecomotion.de](mailto:info@mecomotion.de)

**Gesunde Mitarbeiter\*innen**  
**Reduzierte Krankentage**  
**Effektives Arbeiten**

## Vorträge

### Kernthemen:

Rückengesundheit und Ergonomie am Arbeitsplatz  
Stressmanagement & Entspannung  
Beweglichkeit – Faszination Faszien

### Ihr Vorteil

- verständliche Wissensvermittlung für Mitarbeitende
- nachhaltige Veränderungen durch eigene Kompetenz und hohe Compliance

## Ergonomiecoaching

Einrichtung & Organisation des Arbeitsplatzes nach ergonomischen Gesichtspunkten

### Ihr Vorteil:

- individuelle Arbeitsplatzanalyse & Bewertung der Bewegungsabläufe
- korrekte Einstellung von Stuhl, Tisch & Bildschirmen
- Schulung der Mitarbeiter\*Innen



Unsere Leistungen werden individuell auf Ihr Unternehmen und die Arbeitsabläufe Ihrer Mitarbeiter\*innen maßgeschneidert.

Als Kickoff-Event eignen sich z.B. Workshops (Vortrag + Praxis) zu unterschiedlichen Uhrzeiten, damit zahlreiche Mitarbeiter\*innen an der Gesundheitsförderung teilnehmen können.

## Zufriedene Kunden

- Trevira GmbH Hattersheim
- Australisches Konsulat Frankfurt
- Russell Reynolds Associates Frankfurt
- Landesärztekammer Hessen
- Advisori Frankfurt
- Wilma Wohnen Süd GmbH
- Max-Planck-Institut für empirische Ästhetik Frankfurt
- Nordwest Krankenhaus Frankfurt
- AMÖ Hattersheim
- Luigi Lavazza Frankfurt
- Ströer Core GmbH & Co. KG
- Nagel Logistik Groß-Gerau
- SOKA Dach Wiesbaden
- Panasonic Langen
- Hyundai Motor Company

uvm.

# Ihr Kontakt zu uns

## Cora Braun

*Sportwissenschaftlerin*

- M. A. Sportmedizinisches Training und Leistungsphysiologie
- B. Sc. Bewegung und Gesundheit
- Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)
- Betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention
- Fachkraft für Ergonomie
- Fitnesstrainer A-Lizenz



## Melina Dörr

*Sportwissenschaftlerin*

- M. Sc. Klinische Sportphysiologie und Sporttherapie
- B. Sc. Bewegung und Gesundheit
- Ergonomie am Arbeitsplatz
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Kinematic Taping

## Homepage

[www.mecomotion.de](http://www.mecomotion.de)



## Instagram + Facebook LinkedIn + Whatsapp-Kanal



@mecomotion