

LIVSFABRIKEN PRESENTERAR

4 FÖRETAGSPAKET



För den hälsomedvetna arbetsplatsen

Skapa stödjande miljö för hälsa för hållbara chefer och medarbetare.

PAKET 1- LADDA BATTERIERNÄ MED BRA MAT inspirationsföreläsning om mat som stärker hälsan (30-60 min).

PAKET 2- INDIVIDUELL RÅDGIVNING coaching om kost, hälsa och livsstilsförändring, utifrån den enskildes situation. (3 samtal a 45 min).

PAKET 3- KÄRLEKSMATEN praktiskt matlagning, kunskap, inspiration, gemensam måltid, på temat antiinflammatorisk kost. (3-4 h).

PAKET 4- LIVSKRAFT I ARBETSLIVET livsstilsprogram med gruppcoaching om kost, stress och livsstilsförändring, kombinerat med träning, yoga, mindfulness. (6-12 tillfällen).

BOKNING & INFO: Välkommen kontakta oss på info@livsfabriken.se