SFF Event - Hållbar hälsa

Datum:
2017-03-29

Tid:
Registrering med smoothie och nyttig smörgås vid 17.30, föreläsning 18.00-19.00 och avslutande mingel.

Anmälan:
Senast den 26 mars 2017

Plats:
Sturegatan 15 Event & Konferens

Karta

Pris:
Gratis för personlig medlem.
Ej personlig medlem, 250 kr.

Om du vill bli personlig medlem faktureras medlemskap á 125 kr (momsfritt), för innevarande kalenderår.

Övrigt:
Mat och dryck ingår. Vänligen meddela oss eventuella allergier till info@forsakringsforeningen.se i god tid innan eventet.

Anmälan via www.forsakringsforeningen.se

I dagens samhälle arbetar de allra flesta inom tjänstesektorn. Det är arbeten som generellt är lättare fysiskt sett men ställer andra typer av krav på hur vi tar hand om både vår fysiska och mentala hälsa på och runt arbetet. Det torde vara enklare, men ohälsotalen i Sverige stiger vilket leder till lidande för både individer och organisationer, för att inte tala om hur kostsamt det är.

Samtidigt har vi idag en så kallad ”hälsotrend” men den verkar inte få någon större effekt. Vi har insett att hälsa inte är hårda träningspass och gröna smoothies… Så vad kan vi göra? Hur kan vi tänka? Den här föreläsningen ger både inspiration och konkreta verktyg både för dig som individ och till din organisation för att göra hälsoinvesteringar i dig själv och på din arbetsplats som håller över tid.

Föreläsare

Image not found
http://forsakringsforeningen.se/files/ann-sofie_forsmark_2017.png

Ann-Sofie Forsmark är hälsostrateg och grundare av företaget Formstark Hälsa. Hon har en bakgrund som bland annat redovisningskonsult på PwC men sadlade om och har de senaste åren arbetat som hälsostrateg på nämnda företag. Idag är Ann-Sofie egenföretagare och arbetar som hälsomanagementkonsult och hälsostrateg med föreläsningar och workshops för olika företag. Hon driver även podden Health for Wealth.