



KOSTENFREI

Auswirkungen der neuen Arbeitswelt auf körperliche und geistige Gesundheit

EIN VORTRAG DES KARDIOLOGEN UND SPORTMEDIZINERS, PROF. DR. MED. HERBERT LÖLLGEN

Digitalisierung, ständige Erreichbarkeit, Arbeitsverdichtung und lange Sitzzeiten – all das sind Merkmale der neuen Arbeitswelt und führen häufig zu einer Verschmelzung von Privat- und Berufsleben. Die „Work-Life-Balance“ bleibt für viele Berufstätige eher Theorie als gelebte Praxis. Das hat Auswirkungen auf die geistige und körperliche Gesundheit: dauerhafter Stress kann mitunter zu völliger Erschöpfung und passageren Depressionen (sog. Burn-Out) führen. Die überwiegende Tätigkeit im Sitzen schwächt den Bewegungsapparat und gilt als kardio-vaskulärer Risikofaktor.

24.11.2022
18:00 - 19:30 Uhr

VERANSTALTUNGSORT:
SPORT-GESUNDHEITSPARK CHARLOTTENBURG
HANNS-BRAUN-STR. 1 | 14053 BERLIN

Wir freuen uns auf Sie und bitten um vorherige Anmeldung unter akademie@sport-gesundheitspark.de

www.sport-gesundheitspark.de

Zentrum für Sportmedizin 
Sport-Gesundheitspark

Gesund bewegen.