

Programm BGF 2026

Motto 2026: „Gesund im Gleichgewicht“

Monat	Kurs	Kursleitung	Tag	Termin/Beginn	Einheiten	Uhrzeit	Raum
Jan 26	Azubi-Workshop - Körperhaltung und Innere Stärke Pflichtseminar auf Arbeitszeit	AOK Annette Sauter, Dipl. Gesundheitswissenschaftlerin und Sina Ritter	Mittwoch	28.01.26	1x	8:30 - 12:00 Uhr 12:30 - 16:00 Uhr	Refektorium MB
Mrz 26	Onlinevortrag: Bye-Bye Zuckerfalle / auf Arbeitszeit	Dr. rer. nat. Stefanie Ackermann, Ernährungswissenschaftlerin	Mittwoch	04.03.26	1x	13:30 - 14.30 Uhr	Online / Plattform AOK
Apr 26	Präventionsseminar "Sucht" für Führungskräfte / auf Arbeitszeit, da Pflichtseminar	AGJ Suchtberatungsstelle Sigmaringen, Fr. Cakmak-Bäuerle	Donnerstag	09.04.26	1x	ganztägig	Refektorium Kloster
Jun 26	Präventionsseminar "Sucht" für Mitarbeiter / nicht auf Arbeitszeit	AGJ Suchtberatungsstelle Sigmaringen, Fr. Cakmak-Bäuerle	Donnerstag	25.06.26	1x	halbtägig 8:30-12:30	Refektorium Kloster
Aug 26	SOMMERPAUSE						
Sep 26	Seminar "Sicher und gelassen im Stress" / Freizeit	Annette Sauter, Dipl. Gesundheitswissenschaftlerin	Donnerstag	24.09.26 - 05.11.26	6x	16:30-18:00	großer Besprechungsraum Kloster
Okt 26	Workshop: „Saisonale Küche“ / Freizeit	Dr. rer. nat. Stefanie Ackermann, Ernährungswissenschaftlerin	Dienstag	06.10.26	1x	17:00-20:00	Landwirtschaft Marienberg
Okt 26	Präventionsseminar "Sucht" für Führungskräfte / auf Arbeitszeit, da Pflichtseminar	AGJ Suchtberatungsstelle Sigmaringen, Fr. Cakmak-Bäuerle	Donnerstag	15.10.26	1x	ganztägig	großer Besprechungsraum Kloster