

**Buchen Sie Dr. med. Herbert Plum, PhD, MBA als Referent!  
Deutschlands beliebtester Gesundheitsexperte kommt zu Ihnen.**

Ein Incentive der besonderen Art für Ihr gesamtes Team wartet auf Sie. Eloquent, charmant und verständlich begeistert Doc Plum seine Zuhörer. In vielen hundert Veranstaltungen hat er die Erfahrung und das Gespür für seine Zuhörer entwickelt und er wird auch bei Ihnen die richtige Sprache finden. Erprobte Workshopkonzepte werden von den Zuhörern dankbar angenommen. Und dies sind die wesentlichen Themen (allerdings ist Doc Plum auch in der Lage, sich auf ein von Ihnen speziell gewünschtes Thema schnellstens einzuschließen):

**Work-Live-Balance**

In einem kurzweiligen, interaktiven Workshop wird das Thema „Work-Live-Balance“ behandelt. „Wie bringe ich sinnvoll Arbeit und Privatleben unter einen Hut“. Doc Plum konfrontiert die Teilnehmer hautnah und packend mit den lebensverlängernden Konzepten der Prävention und des Anti-Aging.

**Dauer: 120 Minuten**

**Optimal ernähren. Was Sie tun und lassen sollten!**

Fast Food, Alkohol, No Sports. Ok, eine gewisse Zeit geht das gut, aber wenn der Stoffwechsel mal im Keller ist, dauert´s lange, bis er wieder das Tageslicht erblickt. Ergänzend zitiert er Auszüge aus seinem Buch: „100 Tipps für eine optimale Ernährung“.

**Dauer: 90 Minuten**

**Zuviel auf den Rippen? – Eigentlich nicht nötig und eine große Gefahr!**

Was können Sie tun, um dauerhaft ein paar Pfunde zu verlieren, ohne dass Sie sich ständig einer Diät unterwerfen müssen. Lebensfreude zu erhalten, ist dabei das wichtigste Anliegen von Doc Plum.

**Dauer: 90 Minuten**

**Referenzen (Auszug)**

- Anteis, Genf
- Colgate, Hamburg
- Danone Waters Deutschland, Frankfurt
- Dolorgiet, St. Augustin
- Dr. Karl Thomae, Biberach
- Eusana, Bad Münden
- GlaxoSmithKline, München
- HarmonyFM, Frankfurt
- Knoll, Ludwigshafen
- Schering, Berlin
- SedusStoll, Waldshut-Tiengen
- Sparkasse Oberhessen, Friedberg
- Trommsdorff, Alsdorf
- UCB, Monheim
- Verband unabhängiger Vermögensverwalter, Frankfurt

**Anfragen**

Tel. 069.96 230 490

docplum@docplum.de