

## „Gesundheits-Guide“ – Gesundheit und Beruf vereinbaren

**Beschreibung:** Wie kann ein gesundheitsförderndes Arbeitsumfeld im Unternehmen geschaffen und gelebt werden? Welche gesundheitsfördernden Maßnahmen tragen zur Leistungsfähigkeit und Arbeitszufriedenheit von Beschäftigten bei?

Der „Gesundheits-Guide“ im Unternehmen ist:

- Repräsentant/in im Unternehmen für das Thema Gesundheit
- Interner Ansprechpartner/in und Vertrauensperson
- Vermittler/in zwischen Beschäftigten und Geschäftsführung
- Sie/Er sind Wegweiser, Vermittler von Information und Orientierung
- Sie/Er unterstützt die Geschäftsführung bei Planung und Implementierung von BGM /
- Etablierung von BGM
- Kein Arzt, keine Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement

### Themenschwerpunkte:

- Grundlagen zum Gesundheitsmanagement
- Rollenklärung
- „Fahrplan“ zum Gesundheitsmanagements
- Impulse zur Bestandsanalyse im Unternehmen
- Mögliche Schnittstellen im Unternehmen
- Impulse zur Zielgruppendefinition
- Mögliche Handlungsfelder und Beispiele zur Ableitung von Maßnahmen (z.B. Sport & Bewegung, Ernährung, physische Gesundheit, Arbeitsplatzgestaltung & Ergonomie, Work-Life-Balance, Psychische Gesundheit und Resilienz)
- Tipps zur Umsetzung in der Organisation
- Wie etabliert man BGM / Strukturen schaffen
- Nutzen des BGM
- Maßnahmen zur internen und externen Kommunikation
- Adressen und Tools

**Lernziele:** Die Teilnehmenden kennen die Grundlagen eines Gesundheitsmanagements im Unternehmen bzw. der Organisation, ebenso mögliche Handlungsfelder und Maßnahmen. Sie kennen die Herangehensweise an ein Gesundheitsmanagement bzw. erkennen Optimierungsoptionen in ihrem bestehenden Gesundheitsmanagement. Sie haben eine Vorstellung, wie sie das Gesundheitsmanagement im Unternehmen vermarkten und den Nutzen darstellen können.

Weiteres Ziel ist der Austausch von Best-Practices und generell der Erfahrungsaustausch untereinander.

**Didaktik und Methodik:** Vortrag, Einzel- und Gruppenarbeit sowie Fallbeispiele und Praxisaufgaben, Erfahrungsaustausch der Teilnehmer, Best-Practices

**Zielgruppe:** Interessierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die von der Geschäftsführung beauftragt sind, im Bereich Gesundheitsmanagement tätig zu sein.

**Literaturhinweise:** werden in der Veranstaltung bekanntgegeben

**Kosten:** (Preis wird endgültig von der HdWM festgelegt)

**Veranstaltungstermin(e):** Das Seminar findet an zwei einzelnen Tagen statt: 10.Juli + 24. Juli 2019

Zu den Terminen setzen Sie sich bitte mit Katrin Schäfer (katrin.schaefer@hdwm.org oder unter 0621/490890-72) in Verbindung.