

# Gesund im Betrieb

Betriebliche Gesundheitsbildung in starker Partnerschaft



© Fotolia.com



**„Gesundheit ist nicht alles,  
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“**

Arthur Schopenhauer

**In einem effizienten Netzwerk aus profes-  
sionellen Partnern arbeiten wir mit Ihnen  
an einem „gesunden“ Betrieb.**





©/iStock.de



### **Gesunder Betrieb = leistungsfähiges Unternehmen**

Eine wichtige Grundlage leistungs- und wettbewerbsfähiger Unternehmen, Behörden oder Schulen sind gesunde Mitarbeiter. Dabei gibt es nicht nur die klassischen Gefahren wie Arbeitsunfälle oder schlechte Ernährung, sondern auch monotone Bewegungen bei körperlichen Tätigkeiten wie beispielsweise in der Produktion, im Lager oder auf Baustellen. Oder es geht um Rückenbeschwerden im Büro, etwa durch fehlende Ergonomie des Arbeitsplatzes oder um Augenprobleme durch Bildschirmarbeit. Darüber hinaus berichten die Krankenkassen in den letzten Jahren über stetig steigende Diagnosezahlen in den Bereichen Burn-out, psychische Belastung oder Stress, denn die beschleunigte Informationsgesellschaft mit ihrem hohen Zeit- und Termindruck geht an keinem spurlos vorbei.

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement**

Hier setzt das klassische betriebliche Gesundheitsmanagement an, mit dem unternehmensspezifische Maßnahmen für ein gesundes Arbeitsumfeld entwickelt und umgesetzt werden. Letztlich ist ein „gesunder Betrieb“ nicht nur leistungsfähig, er steht auch für ein wesentliches Merkmal eines attraktiven Arbeitgebers. In Zeiten des aufkommenden Fachkräftemangels durch den demografischen Wandel ist dies ein wichtiges Instrument des Personalmarketings. Mehrere Studien, beispielsweise vom Bundesverband der deutschen Betriebskrankenkassen, haben gezeigt, dass der so genannte „Return on Investment“ mit dem Verhältnis von 1:3 beziffert werden kann und sich ein solches Engagement also auch finanziell rechnet.

Betriebliches Gesundheitsmanagement ist ein umfassender Ansatz, der sowohl Gesundheitsbildung etwa in Kursen und Aktionstagen, als auch Prozesse der Arbeitswissenschaft, der Arbeitsorganisation, des Arbeitsschutzes und des betrieblichen Sanitätswesens umfasst und von der Unternehmensführung forciert werden muss.

### **Betriebliche Gesundheitsbildung als wichtiger Baustein**

Die Akademie für Gesundheit (AfG) der gemeinnützigen Bildungspartner Main-Kinzig GmbH ist ein starker Partner im betrieblichen Gesundheitsmanagement. Dabei konzentriert sich die AfG auf ihr Kerngeschäft, die Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung.

Wie betriebliche Gesundheitsbildung konkret aussehen kann und welche Bausteine die AfG bietet, zeigt diese Broschüre. Dabei richtet sich das Angebot zur Gesundheitsbildung der AfG an Betriebe jeder Art: Dazu gehören insbesondere kleine und mittlere Unternehmen, Handwerksbetriebe, Verwaltungen von Kommunen, Kindertagesstätten und Schulen.



# Unsere Angebote für den gesunden Betrieb

## 1.

### Analyse, Konzeptentwicklung und Prozessbegleitung

- Analyse und erkennen von Belastungs- und Gefahrenquellen in ausgewählten Tätigkeitsfeldern
- Erstellung eines individuellen Konzeptes in Zusammenarbeit mit einem Gesundheitszirkel im Betrieb
- Hilfestellung und Begleitung bei der Konzeptumsetzung
- Angebote zur Gesundheitsbildung
- Unterstützung bei der Evaluation der Maßnahmen
- Einbindung eines Partnernetzwerkes

## 2.

### Mitarbeiter- und Führungskräftebildung

- Kurse und Vorträge zur Bedeutung betrieblicher Gesundheitsförderung und zur Rolle von Führungskräften
- Kurse und Vorträge zu Aspekten der gesunden Lebensführung
- Kurse und Vorträge zur Erkennung von Problemen der Mitarbeiter
- Kurse und Vorträge zur Erleichterung des Arbeitsalltags

# 3.

## Betriebliche Gesundheitsbildung und Gesundheitsförderung

### (Prävention und Gesundheitsförderung nach § 20 SGB V)

Individuelle Beratung, Kurse, Trainings, Informationsmaterialien rund um die Themen:

#### Gesunde Ernährung

- Gesundes Frühstück
- Schnell und gesund kochen am Abend
- Gesundes Essen für den Arbeitsalltag
- Gesunde und abwechslungsreiche Lunchpakete selber machen
- Kreativitätsworkshop für Kantinenchefs

#### Gesund durch Bewegung / Bewegungsprogramme

- Rückengerechtes Sitzen und Bewegen am Arbeitsplatz zur Reduktion / Vorbeugung von Muskel-Skelett-Erkrankungen
- Richtiges Heben und Tragen
- Bewegungsförderung
- Möglichkeit zur Einführung von Betriebssportangeboten
- Möglichkeiten zur Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess nach Verletzungen am Bewegungsapparat

#### Gesunder Umgang mit Stress

- Entspannungstechniken

#### Gesundheit und Sucht(mittel)

- Nichtraucher- bzw. Tabakentwöhnungsseminare
- Kurse für Azubis zur Aufklärung über „Einstiegsdrogen“

## Aktionsbausteine und Aktionstage „Gesund im Betrieb“

Individuelle Beratung, Konzeption, Organisation (in Zusammenarbeit mit einem Gesundheitszirkel im Betrieb) und Durchführung von Aktionsbausteinen oder Aktionstagen zu diesen Themenbereichen:

- Ernährung
- Bewegung
- Stress
- Sucht
- Herz-Kreislauf-System (u.a. Volkskrankheit: Herzinfarkt / Schlaganfall)
- Augenfitness / Sehen
- Hauterkrankungen und Hautkrebs
- Darmkrebs
- Gebärmutterhalskrebs
- Volkskrankheit: Übergewicht / Ernährung / Diabetes mellitus

# 4.

# Unser Netzwerk für den gesunden Betrieb

**Dozenten und Trainer zur betrieblichen Gesundheitsbildung der AfG**  
(anerkannt nach § 20 SGB V / z.B. Kurse, Vorträge, Arbeitsplatzbegehung, therapeutische Behandlung)

**Dozenten zur betrieblichen Ersthelferausbildung**  
(z.B. EH-Kurse, AED-Schulung, Beratung beim Aufbau betriebliches Sanitätswesen)

**Bildungspartner**  
Main-Kinzig



**Akademie für Gesundheit**

**Krankenkassen**  
(z.B. Finanzierungsunterstützung, Printmedien, Unterstützung bei Aktionstagen)

**Physiotherapeutische Zentren**  
(z.B. Nutzung der Räumlichkeiten und Geräte, zum Teil mobile Einheiten)

**Sanitätshäuser und Rehabilitationseinrichtungen**  
(z.B. Beratung vor Ort u.a. zu orthopädischen Fragestellungen)

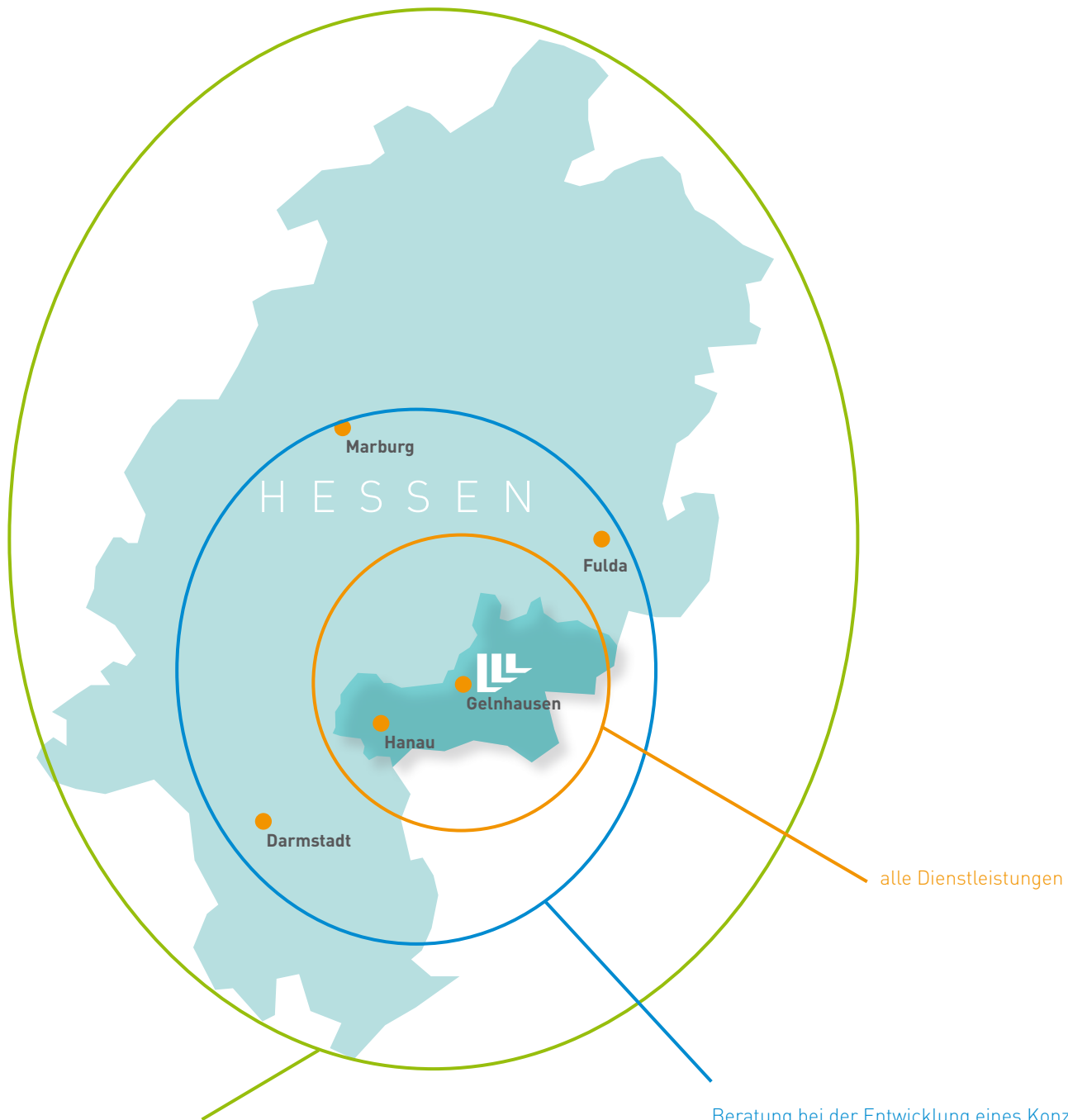


**Aktionstag Bewegung und Ernährung**  
bei der Firma Engelhard mit 150 Mitarbeitern



**Aktionstag Bewegung**  
an der Stadtschule Schlüchtern mit rd. 450 Schülern

# Unser Aktionsradius für den gesunden Betrieb



Beratung bei der Entwicklung eines Konzepts zur betrieblichen Gesundheitsbildung und Bereitstellung von Materialien der AFG wie z. B. Taschenkarten mit Tipps und Hinweisen für die Mitarbeiter.

Beratung bei der Entwicklung eines Konzepts zur betrieblichen Gesundheitsbildung, Vermittlung von Partnern und Bereitstellung von Materialien der AFG wie z.B. Taschenkarten mit Tipps und Hinweisen für die Mitarbeiter.





**Volkshochschule**

**Bildung  
für alle**



**Akademie für Gesundheit**

**Bildung für das  
Gesundheits-  
wesen  
+  
Betriebliche  
Gesundheits-  
bildung**



**Campus berufliche Bildung**

**Bildung für  
Unternehmen  
und  
Berufstätige**



**Starker Bildungspartner für Bürger und Organisationen im MKK und  
Gestalter des lebenslangen Lernens in der/für die Region**

Die Bildungspartner Main-Kinzig GmbH (BiP) ist eine gemeinnützige Gesellschaft des Main-Kinzig-Kreises und der Main-Kinzig-Kliniken gGmbH. Kunden der BiP können auf den Verbund der unterschiedlichen Kompetenzen und Partner ihrer drei oben genannten Säulen zurückgreifen. Mit ihrer Akademie für Gesundheit, zu der neben dem Fortbildungsangebot für Fachkräfte im Gesundheitswesen vor allem eine Schule für Pflegeberufe mit über 170 Auszubildenden gehört, ist die BiP ein starker Partner für praxisorientierte und nachhaltige Gesundheitsbildung in Unternehmen und anderen Institutionen.



**Sprechen Sie uns an:**

Bildungspartner Main-Kinzig GmbH  
Akademie für Gesundheit  
Maria Bertsch  
Fachbereichsleitung Gesundheitsbildung  
Herzbachweg 14 – 63571 Gelnhausen  
Tel. 0 60 51/87-2505  
Fax 0 60 51/87-2576  
maria.bertsch@bildungspartner-mk.de

