



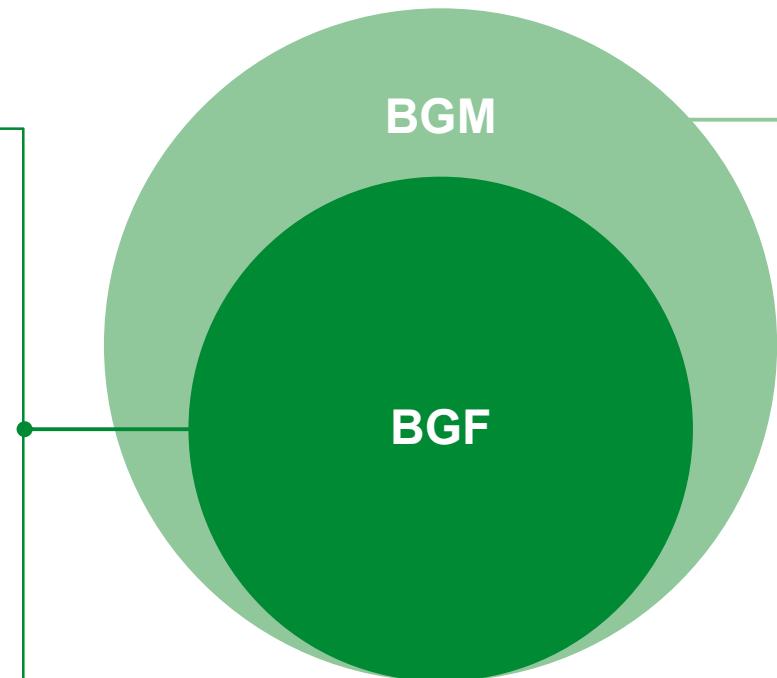
Betriebliche Gesundheitsförderung

Angebote und Handlungsfelder

Einfach nah. Meine AOK.

**Betriebliche
GesundheitsFörderung**

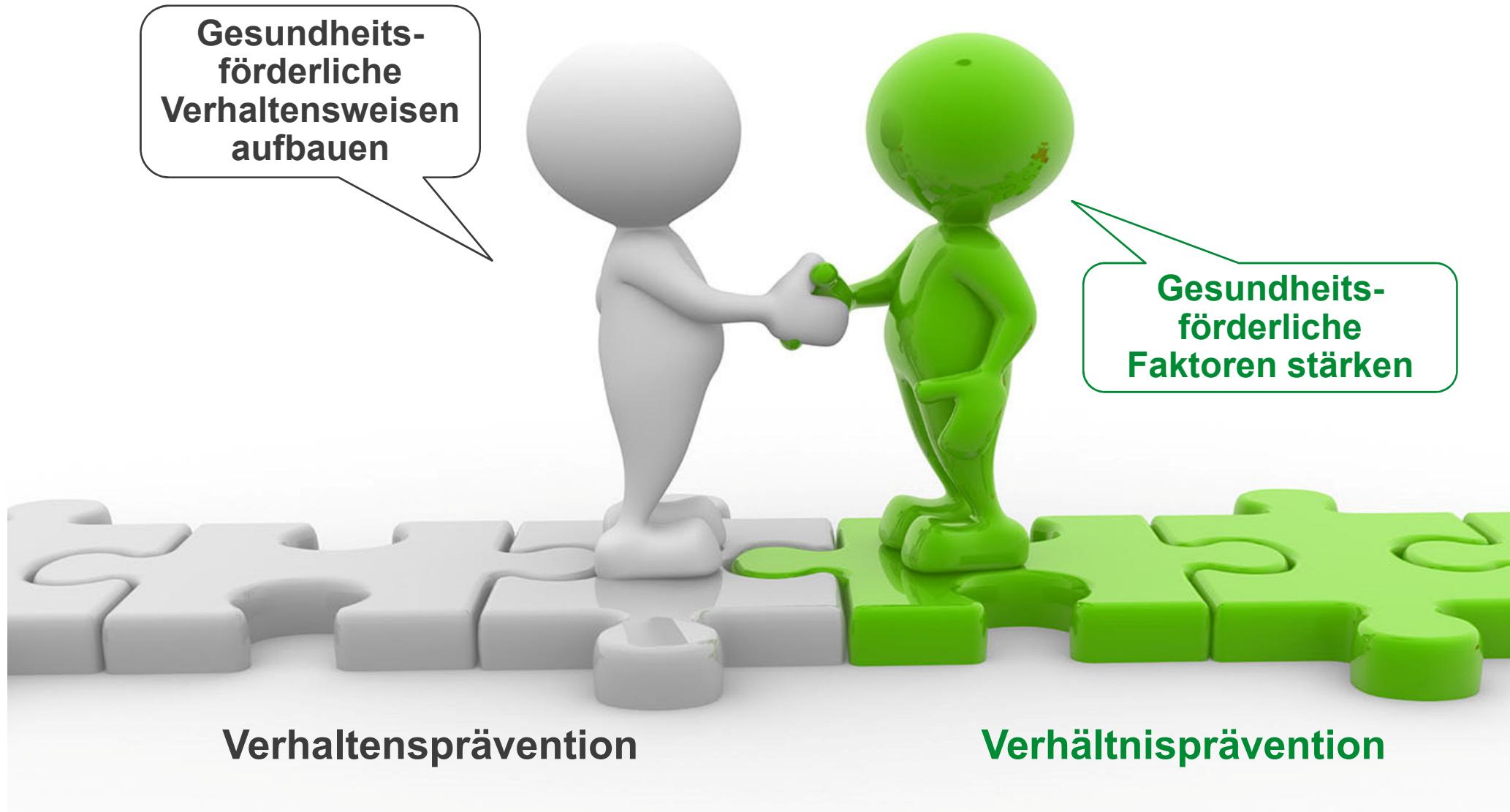
- Einzelmaßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz



Betriebliches GesundheitsManagement

- Umfassendes, ganzheitliches, integriertes Managementsystem, einschließlich wichtiger Elemente wie Organisation, Kommunikation, Motivation, Führung und Arbeitsplatzanalysen
- Umfasst alle Phasen des klassischen Projektmanagements
- Wird Teil der Unternehmenskultur

Verhaltens- & Verhältnisprävention greifen ineinander



Handlungsfelder



**Bewegungsförderliches
Arbeiten**



**Demografischer
Wandel**



**Gesundheitsgerechte
Führung**



**Gesundheitsgerechte
Ernährung im Arbeitsalltag**



**Stressbewältigung /
Ressourcenstärkung**



**Betriebliche
Suchtprävention**

Fotos: Zweite Reihe v.l. Photographee.eu/ g-stockstudio/ rangizzz /Shutterstock.com

Projektberatung

Analysen

- Bewegungsanalyse am Arbeitsplatz
- Ganzheitliche Arbeitsplatzanalyse Bildschirmarbeitsplatz (GAB)
- Analyse zur Lastenhandhabung (LAST)

Maßnahmen

Thema „Arbeitsbedingte körperliche Belastungen“

- Vorträge
- Trainings
- Azubi-Seminare
- Workshops



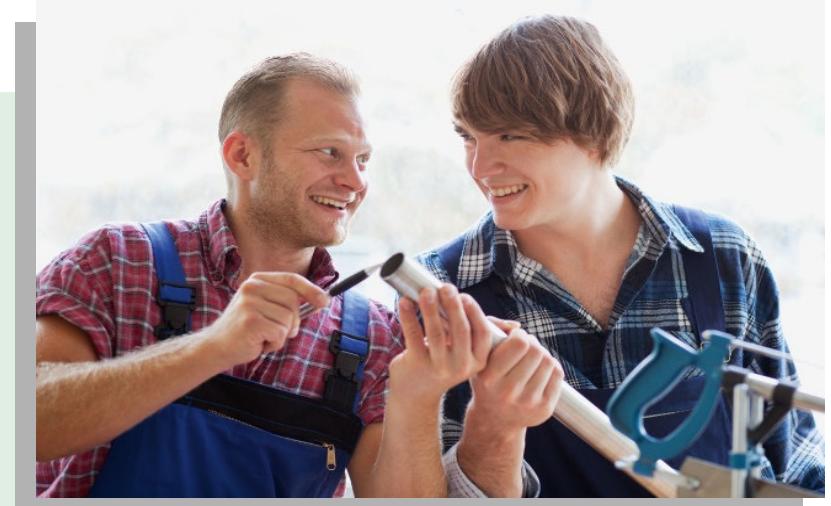
Projektberatung

Analysen

- Altersstrukturanalyse
- Gesundheitszirkel „Altersgerechtes Arbeiten“

Maßnahmen

- Vortrag „Demografischer Wandel und alternde Belegschaft“
- Strategie-Workshop „Demografischer Wandel“
- Workshop „Altersgerechtes Arbeiten“



Projektberatung

Analysen

- Gesundheitszirkel „Gesundheitsgerechte Führung“



Vorträge & Workshops für Ihre Führungskräfte als (Mit-)Gestalter von Arbeitsbedingungen, Atmosphäre und Teamkultur

- Mitarbeiterorientierung der Führungskraft
- Kommunikation und Information
- Werte- und Zieleorientierung
- Soziale Unterstützung und Gestaltung der Zusammenarbeit
- Gestaltung von Aufgaben und Arbeitsbedingungen
- Resilienz im Unternehmen fördern (nur Vortrag)

Projektberatung

Analysen

- Gesundheitszirkel „Gesundheitsgerechte Führung“



Vorträge & Workshops zum individuellen Verhalten der Führungskraft Gesunde Kommunikation

- Gesunde Kommunikation
- Gesundes Konfliktmanagement
- Was kränkt macht krank - Mobbing und zwischenmenschliche Konflikte konstruktiv bewältigen

Angebote für die Gesundheit Ihrer Führungskräfte

Projektberatung

Fit zum Führen

- **Modul Stressmanagement:**
Weniger Stress – mehr Erfolg
- **Modul Life-Balance:**
Wege zu mehr Balance
- **Modul Bewegung:**
Fit durch mehr Bewegung
- **Modul Ernährung:**
Fit durch gesunde Ernährung
- **Modul Resilienz:**
Positiv durch das Leben – Stark durch Resilienz
- **Modul Mentale Fitness:**
Geistige Leistungsfähigkeit erhalten und fördern



Gesundheitsgerechte Ernährung im Arbeitsalltag

Projektberatung

Analysen

- Kurz-Analyse der Verpflegungssituation



Maßnahmen

- Vorträge zu verschiedenen Ernährungsthemen
- Trainingsmaßnahme „Bedarfsgerechte Betriebsverpflegung“
- Trainingsprogramm für Azubis
- Workshops zu Ernährungsthemen
- BGF-Kampagne „Richtiges Trinken am Arbeitsplatz“

Projektberatung

Analysen

- Mitarbeiterbefragung „Stressmanagement“
- Gesundheitszirkel „Stressmanagement“



Angebote für Ihre Mitarbeiter

- Vortrag & Seminar „Gesunder Umgang mit Stress“
- Vortrag & Workshop „Stress reduzieren durch effektives Selbstmanagement und Arbeitsorganisation“
- Vortrag „Burn-out vorbeugen“
- Seminar „Think Positive! Wie Gedanken unsere Stimmung beeinflussen“
- Vortrag & Kompaktseminare zur Positiven Psychologie („Eigene Stärken erkennen und nutzen“, „Grundlagen für Zufriedenheit und Wohlbefinden“)
- Entspannungstrainings

Projektberatung

Analysen

- Mitarbeiterbefragung „Stressmanagement“
- Gesundheitszirkel „Stressmanagement“



Angebote für Ihre Organisation

- Workshop „Arbeitsbedingungen optimieren – Stress reduzieren“
- Vortrag & Workshop „Life-Balance im Unternehmen fördern: (Arbeits-)Leben im Gleichgewicht“
- Workshop „Flexibel, erreichbar und gesund“

Projektberatung

Allgemeine Analysen

- Arbeitssituationserfassung
- Gesundheitszirkel
- Mitarbeiterbefragung

Maßnahmen

- Vorträge „Suchtmittel am Arbeitsplatz“
- Vortrag „Gefahren des Rauchens“
- Workshop „Rauchfreier Betrieb“
- Workshop „Alkoholfrei am Arbeitsplatz“
- Raucherentwöhnungskurse
- Vortrag „Neue Süchte - Neue Gefahren“ für Azubis oder Meister/Ausbilder
- Workshop „Neue Süchte - Neue Gefahren“ für Azubis oder Meister/Ausbilder



- **AU-Datenanalyse:** Bericht zu den wichtigsten Krankenstandskennzahlen
- **Betriebsbesichtigung:** Begehung von Arbeitsplätzen im Betrieb
- **Gesundheitszirkel:** Gruppeninterview (mehrmalig)
- **Arbeitssituationserfassung:** Gruppeninterview (einmalig)
- **Mitarbeiterbefragung:** Fragebogen zu arbeitsbedingten Gesundheitsthemen
- **Spezifische Analysen:** z.B. Altersstrukturanalyse
- Instrumente zur Unterstützung der **psychischen Gefährdungsbeurteilung**
- **Evaluationsinstrumente**
- **Leitfäden „Gesundheit in der Altenpflege“ & „Gesundheit in der Polstermöbelindustrie“**



Maßnahmen



Trainings



Seminare/
Workshops



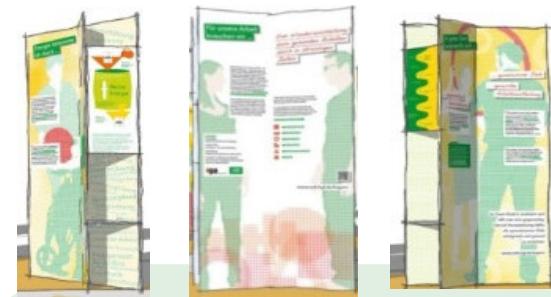
Vorträge



Gesundheitstage



Angebote für Auszubildende



Medien

www.aok-bgf.de/bayern informiert über Hintergründe

Willkommen bei Ihrer AOK für Unternehmen

AOK Bayern

Schrift anpassen: A- A A+

>>>>>>>>

Fachthemen Tools & Service Medien Gesundheit

START > Gesundheit

Suche & Webcode

Aktuelles

RSS-FEED RSS-Hilfe

MITGLIED WERDEN! ✓

BGM mit der AOK Bayern

AOK Betriebliches Gesundheitsmanagement mit der AOK Bayern

» Zum Video

Kontakt BGF

» Ihr Ansprechpartner

Gesundheit

Ansprechpartner

Angebote

Was ist BGF?

BGF an den Arbeitsplätzen

BGF für Ihre Mitarbeiter

BGF in Ihrer Organisation

Praxisbeispiele

BGM-Netzwerke

Fachbegriffe im Überblick

Medien und Downloads

Selbsttests

Unternehmen in Balance

Beruf und Familie

Archiv – News

BGF an den Arbeitsplätzen

Ein gesundheitsgerechter Arbeitsplatz unterstützt das Wohlbefinden der Beschäftigten und die Produktivität des Unternehmens. [Mehr zum Thema](#)

BGF für Ihre Mitarbeiter

Die AOK unterstützt mit einer Reihe von Maßnahmen umfassend das gesundheitsgerechte Verhalten der einzelnen Beschäftigten. [Mehr zum Thema](#)

BGF in Ihrer Organisation

Der Erfolg eines Unternehmens hängt in hohem Maße von gesunden und motivierten Beschäftigten ab. Hier unterstützt die AOK. [Mehr zum Thema](#)

RÜCKEN aktiv im Job

Rücken aktiv im Job

1 2 3



Quelle: AOK-Service Gesunde Unternehmen: www.aok-bgf.de/bayern



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!