



GEMEINSAM
GESUNDHEIT FÖRDERN

Ausbildung

Gesundheitslotsen im Betrieb



Ein Angebot zur Stärkung
der betrieblichen Gesundheitsförderung
für kleine und mittlere Unternehmen.

Gesundheitslotsen im Betrieb



Betriebliche Gesundheitslotsen sind Multiplikatoren für gesundheitsfördernde Lebens- und Arbeitsweisen. Sie sind kollegiale Ansprechpartner und Begleiter, die über gesundheitsrelevante Informationen verfügen. Sie sind Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung und können in diesem Bereich wichtige Impulse geben. Gesundheitslotsen unterstützen vor Ort, sprechen an, hören zu, motivieren und mobilisieren ihre Kollegen im Hinblick auf deren Gesundheit. Bei Bedarf verweisen sie an kompetente inner- und außerbetriebliche Anlaufstellen.

Nutzen für Beschäftigte und Betrieb

- ✓ Gesundheitswissen im Betrieb aufbauen
- ✓ Entwicklung einer gesundheitsfördernden Betriebskultur
- ✓ Sofortansprache ohne großen personellen und finanziellen Aufwand
- ✓ Eigenverantwortung der Mitarbeiter stärken, um das Bewusstsein hinsichtlich einer gesunden Lebens- und Arbeitsweise zu schaffen
- ✓ Potenziale der eigenen Mitarbeiter für den Betrieb nutzen
- ✓ Imagegewinn für den Betrieb

Ausbildung

Die Ausbildung gliedert sich in vier 2-tägige Module mit Übernachtung. Die Ausbildung vermittelt Grundwissen zum Thema „Gesundheit im Betrieb“. Sie ermöglicht es den Teilnehmenden, ihren betrieblichen Erfahrungshintergrund einzubringen und bietet den Raum, das eigene Verständnis von Gesundheit zu reflektieren und weiterzuentwickeln. Die zertifizierten Gesundheitslotsen werden jährlich kostenlos zu Netzwerktreffen mit Weiterbildungsangeboten eingeladen.

MODUL 1: Aufgaben des Gesundheitslotsen

- ✓ Was bedeutet Gesundheit?
- ✓ Gesundheitsförderung als Aufgabe von Beschäftigten und Betrieb
- ✓ Bausteine und Vorgehensweisen der Betrieblichen Gesundheitsförderung
- ✓ Rollen, Aufgaben, Handlungsmöglichkeiten und Grenzen der Gesundheitslotsen

MODUL 2: Psychosoziale Kompetenz – Gesunde Bewegung

- ✓ Was macht psychosoziale Kompetenz aus?
- ✓ Psychische Belastungen im Betrieb
- ✓ Selbst- und Fremdwahrnehmung
- ✓ Informationen über psychische Krankheiten
- ✓ Grundlagen gesunder Bewegung

MODUL 3: Gelingende Kommunikation, gesunde Ernährung, Stressbewältigung und Suchtprävention

- ✓ Kommunikation und Gesprächsführung
- ✓ Grundlagen gesunder Ernährung
- ✓ Stressabbau und Entspannung
- ✓ Suchtprävention

MODUL 4: Erste Schritte als Gesundheitslotse

- ✓ Einbindung und Kommunikation im Betrieb
- ✓ Regionale Netzwerke
- ✓ Konkretisierung der Aufgaben

TEILNAHMEGEBÜHREN

Die Teilnahmegebühren betragen 2.900,00 € zzgl. MwSt. inkl. Verpflegung und Übernachtung. Die Kosten werden mit 2.000,- € durch die teilnehmenden Krankenkassen gefördert.

Die Kursgebühren werden im Rahmen des Präventionsauftrags der Krankenkassen gefördert. Voraussetzung ist eine Vereinbarung mit einer der teilnehmenden Krankenkassen zur Förderung der betrieblichen Gesundheit. Die Kursteilnehmer müssen kein Mitglied in den beteiligten Krankenkassen sein. Wir vermitteln Ihnen den Kontakt zu den teilnehmenden Krankenkassen. Maximale Teilnehmerzahl 14 Personen.

KONTAKT

Informationen zum Kurs:

Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck

Peter Grohme

☎ 06456-3059956

✉ peter.grohme@ekkw.de

🖱 arbeitswelt-ekkw.de

Anmeldung:

Regionalmanagement Nordhessen GmbH

Office Management

☎ 0561-97062 219 oder

🖱 nordhessen-gesundheit.de/die-projekte/gesundheitslotsen/

PROJEKTPARTNER



BARMER

