

Schulungs- und Informationsveranstaltung

BETRIEBSINTERNE/R PRÄVENTIONSBERATER/IN

inkl. Reboarding nach Corona und Gesundheit im Homeoffice

KOMPAKTER ZERTIFIKATSLEHRGANG





Organisatorischer Rahmen

Austragungsort:	t.b.d. (D-A-CH-Region, nach Absprache mit Ihnen oder gern in den Räumlichkeiten unserer Partnerhochschulen an über 15 Standorten in Deutschland)
Termin:	t.b.d. (2/2,5/3-tägig, je nach gemeinsamer Gestaltung)
Durchführung:	Portavit GmbH im Auftrag der Gesellschaft für Prävention gem. e.V., Bonn
Gestaltung:	Die Gesellschaft für Prävention gem. e. V. betreibt ein Netzwerk für alle Bereiche der Prävention und Gesundheitsförderung. Für diesen Lehrgang stellt die GPeV für das Betriebliche Gesundheitsmanagements (BGM) spezielle Expertise und Partnerorganisationen sowie erfahrene Praktiker:innen und deren qualitativ hochwertige Maßnahmen zusammen.
Dauer:	zweitägige Weiterbildung, modular erweiterbar
Teilnehmerfeld:	Setting Betrieb/ arbeitgebende Organisationen <ul style="list-style-type: none">• Mitarbeitende aus Führungsebenen• Mitarbeitende aus dem Personalwesen, bzw. Human Ressource• Mitglieder:innen von Gesundheitszirkeln• Sicherheitsfachkräfte (Arbeitsschutz)• Mitglieder:innen aus Mitbestimmungsorganen (Betriebsrat, Gewerkschaften etc.)• Mitglieder:innen aus dem Bereich CSR, Corporate Governance, Sustainability etc.• Mitarbeitende als Multiplikatoren (Führungskräfte, freie Beratung/ Coaches, Lehrkräfte, soziale Dienste etc.)• Sonstige Interessierte



Ihr Vorteil durch die Teilnahme an der Lehrveranstaltung der GPeV-Akademie

Die zwei- bis dreitägige Präsenzveranstaltung zum/ zur Betriebsinternen Präventionsberater:in* steht möglichst am Anfang einer Wertschöpfungskette der Gesundheit im eigenen Unternehmen oder unterstützt eine Fortführung sowie Qualifizierung von Mitarbeitenden in diesem Bereich. Sie kann damit als Maßnahme gesehen werden, durch die sich ein Unternehmen Expertise „inhouse“ ausbildet, und damit über einen ganzheitlichen, fundierten und praxisnahen Überblick über das umfangreiche Feld der Betrieblichen Gesundheitsförderung und deren inhaltliche Hintergründe erhält. Der Betriebsinterne Präventionsberater soll damit für Unternehmen eine entscheidende Kontaktstelle einnehmen, denn er kennt einerseits informelle Strukturen im Unternehmen oder Bedarfe in verschiedenen Arbeitsbereichen, andererseits kann er nach dieser Weiterbildung auf dem komplexen Präventionsmarkt effektive Maßnahmen identifizieren, bewerten und über verlässliche Anbieter durchführen lassen – bedarfsgerecht und nach gesetzlichen Vorgaben. Der Präventionsberater wird damit zur zentralen Kontaktstelle für die Gesundheitsfragen im Unternehmen:

Als Ansprechpartner für die Geschäftsführung, die Personalentwicklung, der Mitbestimmungsorgane bis hin zu Betriebsärzten oder Sicherheitsbeauftragten: Auch als Berater einzelner Mitarbeitender. Unnötige Ausgaben oder ineffektive Programme werden somit nicht nur vermieden, sondern Gesundheit, Sicherheit und Leistungsfähigkeit werden unterstützt, Fördermittel erschlossen.

Betriebliches Gesundheitsmanagement – Notwendigkeit und Chance

Nutzen für die Unternehmen:

- unkomplizierte und kostengünstige Erfassung von Bedarfen und Erfüllung gesetzlicher Vorgaben
- Vermeidung unnötiger Kosten durch die Auswahl geeigneter Maßnahmen
- Nutzung steuerlicher Vorteile oder Subventionierungen
- mögliche Kick-off-Aktionen für Transparenz der Maßnahmen
- kleinschrittige und unkomplizierte Umsetzung (Stufenmodell)
- Qualität ohne überdimensionalen Kostenaufwand
- unkomplizierte und kostengünstige Evaluation der Maßnahmen
- Möglichkeiten zum sukzessiven Ausbau des Engagements für Gesundheit
- Adressierung an das gesamte Unternehmen, die Individuen sowie das soziale Umfeld der Individuen (Partner/ Familie)
- Vernetzung mit anderen Themenbereichen (bspw. CSR)
- Verbesserung der Mitarbeiterzufriedenheit/ Mitarbeiterbindung (Employer Branding)

* Auch wenn nicht immer angegeben/ ausformuliert, so sind bei uns stets alle Gender gleichermaßen angesprochen!

REFERENZEN



Das sagen unsere bisherigen Schulungsteilnehmenden:

” Es war ein sehr kompaktes und informatives Paket von Hintergründen und Erläuterungen. Klar strukturiert und interessant gestaltet. Mein Resultat: sehr gut. “

” Es war von der ersten bis zur letzten Minute eine sehr informierende, lockere und sehr gut durchdachte, strukturierte Veranstaltung. “

”Hat sehr viel Spaß gemacht, die exzellenten Referenten waren sehr motivierend. “

” Abwechslungsreiche und interessante Programmauswahl. Gute Referenten und Beispiele für Umsetzungsmöglichkeiten in die Praxis. “

Sämtliche bisherigen Veranstaltungen wurden insgesamt zwischen 1,2 und 1,75 bewertet (Schulnotenskala) mit einer über 90-prozentigen Weiterempfehlungsquote.

Auszug aus der Unternehmens-Referenzliste „Kooperationspartner/ Schulungsteilnehmer“:

AMEROPA · AXA VERSICHERUNG · BARMER · BERUFGENOSSENSCHAFT RCI
BOLLINGER-GROHMANN · BORGWARNER TURBO SYSTEMS · BOSTON
CONSULTING GROUP · CONDOR · DEUTSCHE BUNDESBANK ZENTRALE ·
DEUTSCHE FUSSBALL-LIGA · DEUTSCHE SPORHOCHSCHULE KÖLN ·
EDELSTAHL ROSSWEG · FISCHER STAHLBAU · FRAPORT · GLOBUS
HANDELSHOF · HIB HUBER INTEGRALBAU · H'OTELLO · LANDKREIS HILDESHEIM
LUFTHANSA AG · KLOSTERFRAU · LANDRATSAMT TRAUNSTEIN · LELY
MASCHINENFABRIK · MALTESER HILFSDIENST · METRANS RAIL · MÖVENPICK
HOTEL · OTTONOVA · ROESS NATURE GROUP · R&V VERSICHERUNG ·
SENATSVERWALTUNG BERLIN · SHERATON HOTEL · DEUTSCHES ROTES KREUZ
SPRINGER NATURE · STADA ARZNEIMITTEL · STADT FRANKFURT · STADT
FREISING · STADT NAUHEIM · STADTVERWALTUNG BONN · STADTVERWALTUNG
ELTVILLE · TNT EXPRESS · TU MÜNCHEN · UPS · VISSMANN WERKE · U.A.M.

Lehrinhalte und Lernziele



Die Teilnehmenden werden ...

- einen ganzheitlichen und fundierten Überblick über den Themenkomplex Prävention bekommen, u.a. über:
 - rechtliche, versicherungstechnische und politische Rahmenbedingungen
 - psychische und physische Herausforderungen durch Home-Office und/oder Reboarding
 - Betriebliches Eingliederungsmanagement (inkl. Datenschutz und Mitbestimmung)
 - Bewegung und Sport
 - Ernährung
 - medizinische Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen
 - Stress und Entspannung
 - Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit
 - allgemeinen aktiven Lebensstil
- eine Analyse von Bedarfen für das eigene Unternehmen durchführen können
- geeignete und qualitative hochwertige Maßnahmen auswählen sowie deren Nutzen bewerten können
- als Ansprechpartner für Gesundheitsfragen im eigenen Unternehmen qualifiziert werden und interdependente Zusammenhänge berücksichtigen können.

Methodik

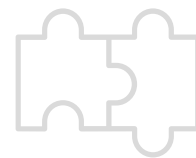
Die Wissensvermittlung ist an der Praxis orientiert und verfolgt auf vielfältige Art und Weise den Bezug zum Alltag. Sie beinhaltet Vorträge, Einzel- und Gruppenarbeiten, Brainstorming, Diskussionen etc.

Ergänzende Module werden über die E-Akademie der GPeV angeboten.

Informationen und Ihren persönlichen Gutscheincodes erhalten Sie in der Veranstaltung.



Die Themenkomplexe



Grundlagen und Rahmenbedingungen

Grundlagen der Prävention

Definition und Erläuterung der relevanten Begriffe (u.a. Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation, Salutogenese und Pathogenese etc.)

Besonderheiten in der Prävention: Struktur des Gesundheitsmarktes und der relevanten Player

Notwendigkeit und Grundlagen zum BGM und BGF

Politische Dimension: Das Präventionsgesetz
Setting Ansätze: Lebenswelten und Lebensphasen

Individual-Ansatz:

Deduktion von Gesundheitsfaktoren auf den einzelnen Menschen:

- Risikofaktoren
- Verhaltensbezogene Faktoren
- Psychische und physische Leistungsfähigkeit
- Von der Selbstanalyse zum Selbstcoaching

Kosten und Erstattungen

- Kosten der Prävention
- Erstattungen und Zuschüsse
- Steuerliche Behandlung von Betrieblicher Gesundheitsförderung

Betriebsindividuelle Analyse und Beratung

Kennziffern, Analysemethoden und Bedarfe für strategisches BGM

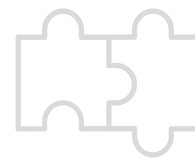
Zeitgeist und Pandemie

Gesundheit im Unternehmen – Herausforderung zum finden und binden junger Fachkräfte

Home-Office, Hygiene & Co.: Herausforderungen für ein Reboarding

Betriebliches Eingliederungsmanagement (inkl. Prozess, Datenschutz und Mitbestimmung)

Die Themenkomplexe



Gesunde Unternehmensführung

Grundlagen der gesunden Unternehmensführung

Definition und Erläuterung relevanter Begriffe, Theorien und Ansätze zur Unternehmensführung

Klassische Konzepte zur Unternehmensführung
Implikationen durch BGM

Die Rolle der Führungskraft

Arbeitsmedizin

Grundlagen der Arbeitsmedizin

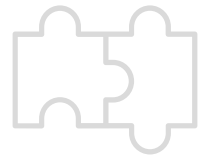
Grundlagen und Aufgaben der Arbeitsmedizin (des Facharztes für Arbeitsmedizin) und Einbindung in den Arbeitsschutz/ Arbeitssicherheit sowie in das allgemeine BGM

- Arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen nach Rechtsvorschriften
- Bereich Berufskrankheiten
- Bereich Arbeits- und Organisationspsychologie
Bereich Arbeitsplatzbeurteilung und Gefährdungsanalyse
- Bereich Rehabilitation und Wiedereingliederungsmanagement
- Hygiene am Arbeitsplatz

Betriebsarzt und der Betriebsinterne Präventionsberater

Betriebsindividuelle Zusammenarbeit

Die Themenkomplexe



Ernährung

Grundlagen der Ernährung

Grundlagen und zentrale Begriffe (u.a.)

- Kohlenhydrate
- Fett
- Eiweiß
- Ballaststoffe
- Vitamine
- Mineralien

Energiebilanz

Die Ernährung im internationalen Vergleich

Essen und Trinken

Ernährung und Bewegung

Ernährung und Schlaf

Ernährung und Glück

Von Ernährungsweisheiten und Diäten

Gefahren von Fehlernährung (u.a. Diabetes TypII)

Ernährung im Kontext

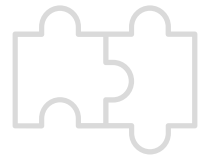
Ernährung im Alltag

Ernährung im Berufsalltag:

Beispiele für eine gesunde Ernährung im Büro



Die Themenkomplexe



Körper und Bewegung

Bewegung und Sport

- Grundlagen zur Bewegung und Sport und Vorteile eines aktiven Lebensstils
- Bewegung und das Herz-Kreislauf-System
- Bewegung und die Wirkung auf den ganzen Körper
- Bewegung und Geist
- Bewegung im Alltag
- Die Suche nach dem richtigen Sport

Grundlagen zum Rücken

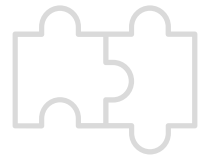
- Die Wirbelsäule und die Rückenmuskulatur
- Rücken und Bewegung
- Schonhaltung und Bewegungsmangel
- Prävention von chronischen Rückenleiden
- Bewegungspausen im Arbeitsalltag

Herz-Kreislauf-System

- Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems und kardiovaskulärer Prozesse
- Gefahren für das Herz-Kreislauf-System
- (u.a. das Metabolische Syndrom, chronisch-rheumatische Herzkrankheiten, Infarkt- oder Schlaganfallrisiko)
- Vorsorge für das Herz-Kreislauf-System



Die Themenkomplexe



Stressmanagement

Grundlagen des Stressmanagements

Definition und Erläuterung der relevanten Begriffe (u.a. Eustress und Distress, biotische und abiotische Stressfaktoren, Physische und psychische Stressreaktionen)

Stressmanagement-Modelle

Gefahren durch Stress (u.a. Burn-Out, Risikoanstieg für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depression)

Erkennen und Bewerten von Stress- und Stresssymptomen

Methoden der Stressbewältigung und Entspannung

Stress im interdependenten Zusammenhang zu Ernährung, Bewegung & Co.

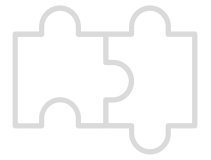
Stress im Berufsalltag

Stresspotenziale am Arbeitsplatz

Stressbewältigung und Entspannung am Arbeitsplatz



Die Themenkomplexe



Gesunder Schlaf

Grundlagen

Schlaf und Schlafhygiene

- Schlafrhythmus
- Schlafphasen und Schlafzyklen
- Schlafstörungen

Schlaf im Kontext

Schlaf und Ernährung

Schlaf und Stress

Schlaf und Schichtarbeit

Achtsamkeit

Grundlagen

Begriffsklärung

Selbstwahrnehmung – Achtsamkeit – Stressabbau

Achtsamkeit und Medizin

Achtsamkeit und Hirnforschung

Achtsamkeit und Entspannung

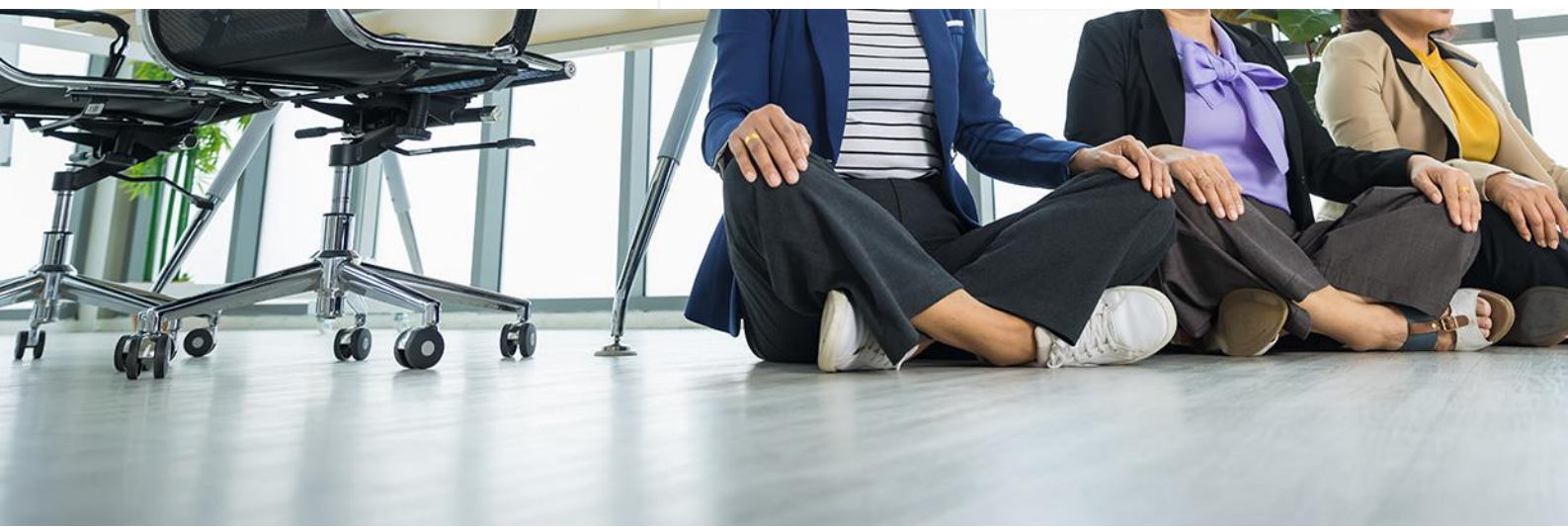
Achtsamkeit und Kommunikation

Formen der Achtsamkeit

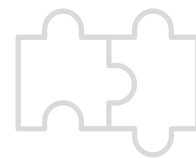
Bewusstes Leben: Wie geht Achtsamkeit?

Formen der Meditation

Andere Formen der Achtsamkeit



Die Themenkomplexe



Praxisorientierung und Gewichtung

Psychische Gefährdungsbeurteilung als Einstieg in ein systematisches BGM

Die Psychische Gefährdungsbeurteilung ist seit fast zehn Jahren im Arbeitsschutzgesetz verankert und rückt bei Kontrollen sowie in der Rechtsprechung bei Fragen zur Haftung oder verfehlten Vorbeugung von Unfällen oder Arbeitsunfähigkeiten in den Mittelpunkt.

Verfolgen Sie hier den Weg, diese gesetzliche Verpflichtung als Ausgangspunkt zu einem systematischen Gesundheitsmanagement zu machen.

Kommunikation

Ein ganzheitliches BGM muss auch authentisch, motivierenden und informativ kommuniziert werden – nach innen und außen. Diese Querschnittsaufgabe wird im Rahmen des Lehrgang implizit und explizit mehrfach angesprochen.

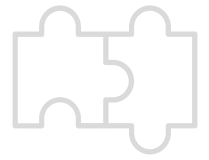
Best Practice

Was sind die Erfolgsfaktoren eines erfolgreichen BGMs? Was setzen andere Unternehmen ein?

Wir stellen Ihnen hier ausgewählte kostenlose wie kostenpflichtige Maßnahmen und Dienstleistungen aus verschiedenen Bereichen vor.



Auswahl Referierende



Karolin Schilp

absolvierte ein Studium der Sozialpädagogik mit Schwerpunkt auf klinischer Psychologie und familien- und personenzentrierter Beratung. 2008 war sie an der Implementierung des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM) der Uniklinik Köln maßgeblich beteiligt. Seitdem berät sie dort als BEM-Beauftragte Beschäftigte und Führungskräfte zu Fragen der Gesunderhaltung und begleitet Betroffene auf dem Weg zurück in einen gesunden Berufsalltag. Seit 2014 ist sie darüber hinaus selbständige Trainerin für Resilienz und Stressmanagement und Systemische Beraterin mit mehrfachen Zertifikaten und Weiterbildungen (u. a. IHK, DGSF, AIP).

Beatrix von Eycken

blickt auf jahrelange Erfahrung im BGM und Arbeitsschutz internationaler Konzerne zurück. Seit 2019 bietet sie als Coach und Beraterin Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung, Trainings zu Resilienz, psychische Belastung in der Arbeitswelt, Stressmanagement, Kommunikation, Zeit- und Selbstmanagement, Veränderungsmanagement oder Konfliktlösung. Sie weist Zusatzqualifikationen aus wie Arbeitsbewältigungs-Coach, systemischer Coach, Hypnosecoach, zertifizierte Mediatorin (außergerichtliche Konfliktlösung), Resilienztrainerin oder Burn-out Coach

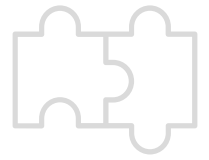
Michael Paul Herbst

ist Speaker, Trainer und Coach: 2005 beendete er seine Managerkarriere und folgte seiner zweiten Passion. Schon während seines Ingenieurstudiums befasste er sich mit moderner Physik und taoistischer Philosophie und ließ er sich in fernöstlichen Vitalisierungs-, und Mentalkünsten, die er zur Vermittlung von Souveränität, Gelassenheit oder Widerstandskraft nutzt, qualifiziert ausbilden. Die stark energiegeladenen Methoden lehrt er im westlichen Kontext, u.a. für Führungskräfte, Mitarbeitende, Lehrpersonen und Lernende. Seine Schwerpunkte sind: Leadership, Gesundheitsförderung und -management und die Stärkung von Lebensqualität und Lebensfreude.

Dr. Peter Preuß

studierte Sportwissenschaft an der Ruhr-Universität Bochum und arbeitete als in der ambulanten Rehabilitation als Sporttherapeut. Nach seiner Promotion an der Deutschen Sporthochschule in Köln übernahm abschließend die Leitung des Hochschulsports der Universität Bonn und verantwortet seitdem zusätzlich den Bereich „Sport und Bewegung“ im Kontext des universitären Gesundheitsmanagements „Healthy Campus Bonn“ für Studierende und Beschäftigte. Zudem ist er an der Deutschen Trainer Akademie im Bereich Fitness- und Gesundheitstraining tätig.

Auswahl Referierende



Prof. Dr. med. Hans-Georg Predel

ist Leiter des Instituts für Kreislaufforschung und Sportmedizin an der Deutschen Sporthochschule Köln mit den Schwerpunktbereichen Innere Medizin, Sportmedizin, Kardiovaskuläre Präventionsmedizin und Ernährungsmedizin. Er sitzt mehreren Fachverbänden bei und vor (bspw. Deutsche Hochdruckgesellschaft, Kongress der Deutschen Hypertonie-Gesellschaft oder dem Sportmediziner-Kongress, New York Academy of Science, Deutsche Gesellschaft für Kardiologie, Deutsche Gesellschaft für Innere Medizin, European Society of Cardiology). Forschungsschwerpunkte: Körperliche/sportliche Aktivität in Prävention und Rehabilitation von Zivilisationskrankheiten, Konzeption und Evaluation therapeutische Lebensstilprogramme, Geschlechtsspezifische Aspekte der Bewegungstherapie oder Sportverletzungen.

Prof. (FH) Dr. Mathias Bellinghausen

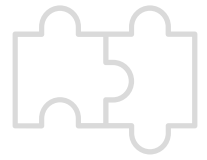
ist Professor für Prävention und Gesundheitskompetenz und Prodekan der Sportmanagement-Fakultät an der HAM - Hochschule für angewandtes Management, für die er u.a. den berufsbegleitenden Masterstudiengang "Prävention und Gesundheitsförderung in den Lebenswelten" akkreditierte. Er ist VV der Gesellschaft für Prävention sowie Mitglied oder wissenschaftlicher Berater verschiedener Gremien, wie der "Fachgruppe BGM" der Offensive Mittelstand/ INQA, DSPN, Aktionsbündnis Prävention Deutschland, Ruhrkonferenz NRW sowie der Jury des Health Academic Awards oder Top Brand Corporate Health.

Achim Heck

bildet seit 2006 für die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.) die Absolventen der Ernährungsberaterlehrgänge im Bereich „Sport und Ernährung“ aus und hat u.a. seit 2012 einen Lehrauftrag an der Deutschen Sporthochschule Köln am Institut für Biochemie. Zudem ist er für die Universitäre Weiterbildung der DSHS als Referent u.a. beim DSHS Coach für Sporternährung und DSHS Athletiktrainer tätig.

Walter Zornek

ist Unternehmensberater, Managementtrainer und Executive Facilitator und unterstützt Führungskräfte und Unternehmen bei der Gestaltung von Strategie, Veränderung und Entwicklungen um u.a. Leistung und Resilienz zu steigern. Er verfügt über fünfundzwanzigjährige Berufserfahrung in der digitalen Industrie, Technik, Marketing, Produktmanagement, Vertrieb und Unternehmensstrategie. Davon viele Jahre Leitender Angestellter und Geschäftsführer in Konzernen, mittelständischen Unternehmen und Startups, weltweite Tätigkeit.



Staffelpreis für die 2-Tagesveranstaltung inkl. Handreichung:

- bis 25 Personen: EUR 19.750,00 (Richtwert)
- Zzgl. MwSt.

Bei Teilnahme von mehr als 25 Mitarbeitern wird jede weitere Person mit 179,00 Euro (zzgl. MwSt.) verrechnet.

Zudem:

Variable Kosten pro Veranstaltung

- Raummieten, Technik
- Verpflegung vor Ort/ Tagungspauschalen
- Reise- (und ggf. Übernachtungs-) Kosten der Referierenden

Hinweis

Unsere Ausbildung zum Präventionsberater ist modular aufgebaut. Selbstverständlich haben Sie die Möglichkeit, einzelne Module außerhalb der Weiterbildung einzukaufen oder eine andere Zusammenstellung mit uns zu besprechen! Die Kosten werden dementsprechend natürlich angepasst.

Im o.g. Tagungspreis inbegriffen ist eine Handreichung, die in Teilen grafisch und inhaltlich individuell gestaltet werden kann (customized).

„Große Potentiale für die Gesundheit – und damit der Lebensqualität und Leistungsfähigkeit – liegen in der ganzheitlichen Prävention. Themenmonotone Einzelprojekte sind ohne konstruktive Gesamtstrategie der Menschen aus den Unternehmen selbst wenig zielführend. Es ist an der Zeit, dass Organisationen und jeder einzelne diese Potentiale nutzt.“

Professor Dr. Jürgen Buschmann

„Ein effizientes und authentisch-partizipatives BGM lässt sich insbesondere mit qualifizierten Multiplikatoren implementieren und nachhaltig umsetzen. Der Impact durch diese Expertise im eigenen Haus ist hochgradig lohnenswert!“

Professor (FH) Dr. Mathias Bellinghausen

PORTAVIT
Vital & Gesund. Gemeinsam!

PORTAVIT GmbH

Birresborner Straße 3

50935 Köln

Tel.: +49 (0)221 - 8000 4183 ·

info@portavit.de

www.portavit.de



Gesellschaft für Prävention

Gesellschaft für Prävention e.V.

Lengsdorfer Hauptstr. 38

53127 Bonn

Tel.: +49 (0)228 97 64 97-0

Fax: +49 (0)228 97 64 97-7 ·

schlink@gpev.eu

www.gpev.eu