

## **Gesundheitsmanagement im Unternehmen**

Wie lassen sich Ressourcen und Potenziale von Gesundheit und Leistung im Unternehmen stärken? Wie können Fehlzeiten nachhaltig verringert werden? Was braucht es, damit gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung gelingt? Und wie werden Kooperationen, gegenseitige Unterstützung und eine gesundheitsorientierte Unternehmenskultur gestärkt? Für Unternehmer, Führungskräfte und Organisations- oder Personalentwickler liegen in diesen Aspekten wesentliche Erfolgsfaktoren ihrer Arbeit.

### **INHALT**

- Burnout Prävention
- Ernährung am Arbeitsplatz
- Bewegung
- Entspannung leicht gemacht
- Stressbewältigung
- Kommunikationstraining
- Stressbewältigung
- Suchtprävention (rauchfrei)
- Gesund führen
- Konflikt und Selbstmanagement
- Zeitmanagement
- Mobbing
- Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

**ZIELGRUPPE** Projektleiter oder GMS Beauftragte, Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Betriebsärzte, sowie weitere mit dem Thema Gesundheit im Betrieb beauftragte Personen aus Unternehmen mit mehr als 20 Beschäftigten/Betriebsstätte ein, diesen Workshop zu nutzen, um exemplarisch einen Gesundheitstag für Ihr Unternehmen vorzubereiten.

**DOZENT** Nina Scheitweiler

**ORT** Diverse

### **SEMINARORGANISATION**

Nina Scheitweiler, [nina@scheitweiler.de](mailto:nina@scheitweiler.de), 0171-1402608, 06202-929960