

# Betriebliches Gesundheitsmanagement

## Dein **WELCOME** Paket

Check-In & Einführung in deinen Lehrgang, erste Schritte in deiner Lernwelt, erfolgreiche Methoden, wie du dein Zeit- & Selbstmanagement optimierst, wie du mit „Zeitfressern“ umgehst

## Grundlagen und Rahmenbedingungen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

### Einführung ins Betriebliche Gesundheitsmanagement

Demografie, Zivilisationskrankheiten, Wandel der Arbeitswelt (körperliche und psychische Belastungen, Burn-out), Gesundheitszirkel (Führungskräfte, Personalabteilung, Betriebsrat, Betriebsarzt, Fachkraft für Arbeitssicherheit), Work-Life-Balance, betriebliche Gesundheitsförderung, BGM als Unternehmensstrategie

### Medizinische Grundlagen – Basis

Physiologie, Anatomie, Psychologie – praktische Einblicke in Gesundheits- und Krankheitsbilder

### Employer Branding & Work-Life-Balance

Fachkräftemangel, Unternehmenspositionierung, Arbeitszeitgestaltung, Arbeitsorganisation (Teamarbeit, Jobrotation, Jobenlargement, Jobenrichment), Arbeitsplatzgestaltung, Serviceleistungen für Familien (Kinderbetreuung, Betreuung pflegebedürftiger Familienmitglieder), Qualifizierung (Stressmanagement, Konfliktmanagement, Selbstmanagement), Mitarbeiterzufriedenheit

### Wirtschaftliche Aspekte des BGM

Fehlzeiten (Absentismus, Präsentismus), Return on Investment (ROI) im Kontext der betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention, Return on Prevention (ROP), Steuerfreibetrag für die betriebliche Gesundheitsförderung

### Gesetzliche Grundlagen und Normen des BGM

Ergonomie am Arbeitsplatz, Arbeitssicherheit (ASI)/Arbeitsschutz (Arbeitsbedingungen beurteilen, Mitarbeiter beteiligen und unterweisen, Arbeitsschutz planen), steuerliche Aspekte, Qualitätsmanagement

### Steuerliche Aspekte des BGM I

Fünftes Buch Sozialgesetzbuch (§§ 20–24i SGB V)

### Steuerliche Aspekte des BGM II

Einkommenssteuergesetz (§ 3 Nr. 34 EStG: Betriebliche Gesundheitsförderung)

## Instrumente des BGM

### Instrumente des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Gefährdungsbeurteilung, Arbeitsplatzbegehungen, Altersstrukturanalysen, Mitarbeiterbefragung, Fehlzeitenanalyse/Gesundheitsbericht

### Erfolgreiche Planung und Steuerung von BGM-Projekten

Initiieren, Planen, Steuern und Kontrollieren von BGM-Projekten, systematische Ergebniskontrolle und -evaluation, Verwendung von Kennzahlen

### Kennzahlen im BGM

Ziele, Maßnahmen, Festlegung von Kennzahlen (Fehlzeitenquote, Arbeitszufriedenheit), Controlling

### Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis

Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten (Reduzierung von Bewegungsmangel und speziellen gesundheitlichen Risiken), Handlungsfeld Ernährung (Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung sowie Vermeidung und Reduktion von Übergewicht), Handlungsfeld Stressmanagement (Förderung von Stressbewältigungskompetenzen und Entspannung), Handlungsfeld Suchtmittelkonsum (Förderung des Nichtrauchens und gesundheitsgerechter Umgang mit Alkohol/Reduzierung des Alkoholkonsums)

### Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

Orientierungsphase, Arbeitsmittel/Instrumente, beteiligte Akteure, gesetzliche Grundlagen (§ 84 Absatz 2 SGB IX), Gesundheit erhalten und fördern, Arbeitsunfähigkeit überwinden, erneuter Arbeitsunfähigkeit vorbeugen, Arbeitsplatz des Betroffenen erhalten

## Umsetzung und Maßnahmen des BGM

### Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des BGM

Mitarbeiterorientiertes Führungsverhalten, Anerkennung, Motivation, Weiterbildung, Lebensphasenorientierung, Kommunikation, Moderation, Gesprächsführung

### Bewegung & Ernährung als Basis des BGM

Ernährungswissenschaftliche Grundlagen, Gesundheitssport, Bewegung, Fitness

### Best Practice I – gesunde Ernährung

Ernährungsberatung, Ernährungsgewohnheiten, Kantinencheck: Angebotsgestaltung und Preisstruktur

### Best Practice II – Gesundheits- und Fitnessangebote

Rückenschule, Laufgruppen, ergonomische Schulungen, Kräftigungsprogramme, Entspannung

### Best Practice III – Kooperationen und Partnerschaften

Berufsgenossenschaften, Deutsche Rentenversicherung, Krankenkassen, Integrationsamt und Fachdienste, Gewerkschaften, Fachinstitute, betriebsärztliche Dienste, Behörden, Sportorganisationen

### Erfolgreiche Kommunikation im BGM

Innerbetriebliche Kommunikation, Sensibilisierung von Führungskräften, Fallbeispiele

Inklusive  
**Praxisworkshops**  
Betriebliche Gesundheitsförderung  
Kommunikation im BGM



## Der zeitliche Lehrgangsablauf

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Projektstudie (PS)	Webinar (WEB) & Web-Based-Training (WBT)		Präsenzphase (PP)
Dein <b>WELCOME</b> Paket der Deutschen Sportakademie				<b>WEB:</b> Check-In-Webinar	<b>WBT:</b> Zeit- und Selbstmanagement	
1	<b>SB 1:</b> Einführung ins Betriebliche Gesundheitsmanagement	<b>OT 1:</b> Gesellschaftliche Entwicklungen				
2		<b>OT 2:</b> Körperliche und psychische Belastungen am Arbeitsplatz	<b>PS 1:</b> Grundlagen des Betrieblichen Gesundheitsmanagement	<b>WEB 1:</b> Medizinische Grundlagen – Basis	<b>WEB 2:</b> Employer Branding & Work-Life-Balance	
3	<b>SB 2:</b> Wirtschaftliche Aspekte des BGM	<b>OT 3:</b> Betriebswirtschaftliche Zusammenhänge				
4	<b>SB 3:</b> Gesetzliche Grundlagen und Normen des BGM					
5		<b>OT 4:</b> Rechtliche Rahmenbedingungen	<b>PS 2:</b> Wirtschaftliche Aspekte und rechtliche Rahmenbedingungen	<b>WEB 3:</b> Steuerliche Aspekte des BGM I	<b>WEB 4:</b> Steuerliche Aspekte des BGM II	<b>PP 1:</b> Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis <i>2 Tage</i>
6	<b>SB 4:</b> Instrumente des BGM	<b>OT 5:</b> Analysen der Arbeitswelt				<b>PP 2:</b> Erfolgreiche Kommunikation im Betrieblichen Gesundheitsmanagement <i>2 Tage</i>
7	<b>SB 5:</b> Erfolgreiche Planung und Steuerung von BGM-Projekten			<b>WEB 5:</b> Kennzahlen im BGM		
8		<b>OT 6:</b> Kennzahlen des BGM				
9	<b>SB 6:</b> Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)					
10	<b>SB 7:</b> Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des BGM	<b>OT 7:</b> Führung und Vermittlung von BGM-Maßnahmen				
11	<b>SB 8:</b> Bewegung & Ernährung als Basis des BGM		<b>PS 3:</b> Instrumente, Umsetzung und Maßnahmen des BGM	<b>WEB 6:</b> Best Practice I – gesunde Ernährung	<b>WEB 7:</b> Best Practice II – Gesundheits- und Fitnessangebote	
				<b>WEB 8:</b> Best Practice III – Kooperationen und Partnerschaften		
12						

Die Präsenzphasen sind einzeln oder in Blöcken buchbar!

**Abschlussprüfung:** Klausuren