

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

BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT – GRUNDLAGEN UND RAHMENBEDINGUNGEN

Einführung in das 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

Arbeitsorganisation (Job Rotation, Job Enlargement, Job Enrichment), Arbeitsplatzgestaltung (gesunder Arbeitsplatz, Home-/Mobile-Office), Arbeitszeitgestaltung, Serviceleistungen für Kinderbetreuung und Betreuung pflegebedürftiger Familienmitglieder, Qualifizierung (Weiterbildungen, Stressmanagement, Konfliktmanagement, Selbstmanagement), Generationsmodelle

Wirtschaftliche Aspekte des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Fehlzeiten (Absentismus, Präsentismus), Return on Investment (ROI) im Kontext der betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention, Return on Prevention (ROP), Mitarbeiterzufriedenheit

Gesetzliche Grundlagen und Normen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Ergonomie am Arbeitsplatz, Arbeitssicherheit (ASI)/Arbeitsschutz (Arbeitsbedingungen beurteilen, Mitarbeiter beteiligen und unterweisen, Arbeitsschutz planen), steuerliche Aspekte, Qualitätsmanagement, Regelungen für Home-/Mobile-Office

Steuerliche Aspekte des BGM I

Betriebliche Gesundheitsförderung und Primärprävention durch die gesetzlichen Krankenkassen (Sozialgesetzbuch: §§ 20a und 20b SGB V)

Steuerliche Aspekte des BGM II

Steuerliche Vorteile Betrieblicher Gesundheitsförderung (Einkommenssteuergesetz: § 3 Nr. 34 EStG)

INSTRUMENTE DES BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENTS

Instrumente des BGM

Arbeitsplatzbegehungen, Gefährdungsbeurteilung, Altersstrukturanalysen, Fehlzeitenanalyse/ Gesundheitsbericht, Mitarbeiterbefragung, Nationale Präventionskonferenz (NPK), Arbeitsbewältigungsindex (ABI)

Erfolgreiche Planung und Steuerung von Projekten im BGM

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

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), Bürogymnastik, Gehirntraining (Leistungsoptimierung), Entspannung/Körperwahrnehmung, Immunsystem stärken

BEM – Betriebliches Eingliederungsmanagement

Gesetzliche Grundlagen (Sozialgesetzbuch: § 167 SGB IX), Gesundheit erhalten und fördern, Arbeitsunfähigkeit überwinden, erneuter Arbeitsunfähigkeit vorbeugen, Arbeitsplatz des Betroffenen erhalten

UMSETZUNG UND MAßNAHMEN DES BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENTS

Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Mitarbeiterorientiertes Führungsverhalten, Anerkennung, Motivation, Weiterbildung, Lebensphasenorientierung, Kommunikation, Moderation, Gesprächsführung, Health-oriented Leadership

Aspekte der Arbeitspsychologie

Stress, Psychische Störungen (Angsterkrankungen, Depressionen), Burnout, Rückenbeschwerden und Psyche, Psychische Belastung bei der Arbeit, Psychoedukation - Erkrankungen verstehen und Betroffene aufklären

Bewegung & Ernährung als Basis des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Ernährungswissenschaftliche Grundlagen, Gesundheitssport, Bewegung, Fitness

Best Practice I – gesunde Ernährung

Ernährungsberatung, Ernährungsgewohnheiten, Kantinencheck – Angebote & Preise

Best Practice II – Gesundheits- und Fitnessangebote

Rückenschule, Laufgruppen, ergonomische Schulungen, Kräftigung, Entspannung

Best Practice III – Kooperationen und Partnerschaften

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

Erfolgreiche Kommunikation im BGM

Innerbetriebliche Kommunikation, Sensibilisierung von Führungskräften, Fallbeispiele

DER ZEITLICHE LEHRGANGSABLAUF

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Projektstudie (PS)	Webinar (WEB) & Web-Based-Training (WBT)	Seminar (S)
Dein <u>WELCOME</u> Paket der Deutschen Sportakademie				WEB: Check-In-Webinar WBT: Zeit- und Selbstmanagement	
1	SB 1: Einführung in das Betriebliche Gesundheitsmanagement	OT 1: Gesellschaftliche Entwicklungen			
2		OT 2: Körperliche und psychische Belastungen am Arbeitsplatz	PS 1: Grundlagen des BGM	WEB 1: Medizinische Grundlagen – Basis WEB 2: Employer Branding & Work-Life-Balance	
3	SB 2: Wirtschaftliche Aspekte des Betrieblichen Gesundheitsmanagements	OT 3: Betriebswirtschaftliche Zusammenhänge			
4	SB 3: Gesetzliche Grundlagen und Normen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements				
5		OT 4: Rechtliche Rahmenbedingungen	PS 2: Wirtschaftliche Aspekte und rechtliche Rahmenbedingungen des BGM	WEB 3: Steuerliche Aspekte des BGM I WEB 4: Steuerliche Aspekte des BGM II	S 1: Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis <i>2 Tage</i>
6	SB 4: Instrumente des BGM	OT 5: Analysen der Arbeitswelt			S 2: Erfolgreiche Kommunikation im Betrieblichen Gesundheitsmanagement <i>2 Tage</i>
7	SB 5: Erfolgreiche Planung und Steuerung von Projekten im BGM SB 6: BEM – Betriebliches Eingliederungsmanagement	OT 6: Kennzahlen des BGM		WEB 5: Kennzahlen im BGM	S 3: Psychoedukation – Erkrankungen verstehen und Betroffene aufklären <i>½ Tag</i>
8	SB 7: Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des Betrieblichen Gesundheitsmanagements	OT 7: Führung und Vermittlung von BGM-Maßnahmen			
9	SB 8: Bewegung & Ernährung als Basis des Betrieblichen Gesundheitsmanagements				
10	SB 9: Suchtberatung in der Arbeitswelt	OT 8: Sucht am Arbeitsplatz – Prävention & Intervention			
11	SB 11: Aspekte der Arbeitspsychologie		PS 3: Instrumente, Umsetzung und Maßnahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements		
12				WEB 6: Best Practice I – gesunde Ernährung WEB 7: Best Practice II – Gesundheits- und Fitnessangebote WEB 8: Best Practice III – Kooperationen und Partnerschaften	

ABSCHLUSSPRÜFUNG: KLAUSUREN