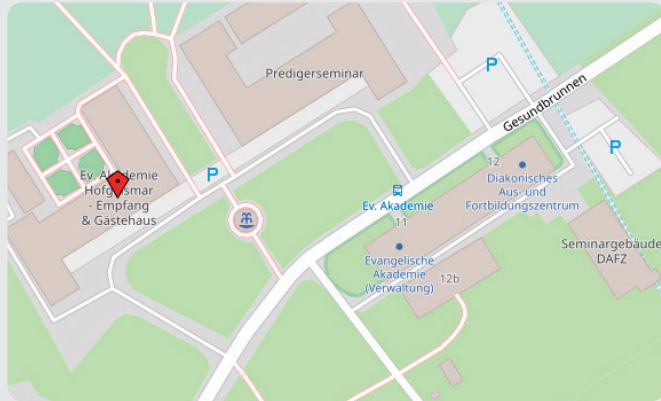


## VERANSTALTUNGSORT



**Evangelische Akademie Hofgeismar**  
Tagungsstätte, Gesundbrunnen 8, 34369 Hofgeismar

## ANMELDUNG

**Fax-Anmeldung: 0561-9706222**  
**oder per E-Mail: schulte@regionnordhessen.de**

Organisation\* .....

Titel .....

Vorname, Name\* .....

Straße u. Hausnummer\* .....

PLZ u. Ort\* .....

E-Mail\* .....

Datum u. Ort\* .....

Unterschrift\* .....

\* Pflichtfelder

**Ausbildungspreis inkl. Catering und Übernachtung 790,00€ (zzgl. MwSt.)**  
Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung über den Tagungsbeitrag. Bei Überweisung ab 10 Werktagen vor Veranstaltungsbeginn bitte Ihren Überweisungsbeleg am Check-In vorlegen.

## PROJEKTPARTNER



Regionalmanagement  
NordHessen

## KONTAKT

### Anmeldung:

**Regionalmanagement Nordhessen GmbH**  
Ute Schulte  
Projektmanagement Gesundheit  
☎ 0561-97062 18  
✉ schulte@regionnordhessen.de

### Informationen zum Kurs:

**Evang. Kirche von Kurhessen-Waldeck**  
Pfarrer Dr. Jochen Gerlach  
☎ 0561-9378 350  
✉ arbeitswelt@ekkw.de

### Ansprechpartner:

**AOK - Die Gesundheitskasse in Hessen**  
Ulrike Fischer  
☎ 0561-7892281  
✉ ulrike.fischer@aok.de

## WEITERE INFORMATIONEN

➔ [www.arbeitswelt-ekkw.de](http://www.arbeitswelt-ekkw.de)  
[www.nordhessen-gesundheit.de](http://www.nordhessen-gesundheit.de)  
[www.aok.de](http://www.aok.de)



GEMEINSAM  
GESUNDHEIT FÖRDERN

Ausbildung 2019

**Gesundheitslotsen**  
im Betrieb

Ausbildung zu betrieblichen  
Gesundheitslotsen für  
kleine und mittlere  
Unternehmen

Betriebliche Gesundheitslotsen sind Multiplikatoren und Multiplikatorinnen für gesundheitsfördernde Lebens- und Arbeitsweisen. Sie sind kollegiale Ansprechpartner und Begleiter, die über gesundheitsrelevante Informationen verfügen. Sie ersetzen keine professionellen Berater. Sie sind Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung und sie können Impulse geben, dass sie sich weiterentwickelt. Sie unterstützen vor Ort, sprechen an, hören zu und motivieren und mobilisieren bezüglich Gesundheit. Bei Bedarf verweisen sie an kompetente inner- und außerbetriebliche Anlaufstellen.

Betriebliche Gesundheitslotsen sind Mitarbeitende und nehmen ihre Aufgaben neben der Haupttätigkeit wahr.

## 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

## Aufgaben eines Gesundheitslotsen

- Vertrauensvolle Unterstützung der Kolleginnen und Kollegen zu Themen gesundheitsfördernder Lebens- und Arbeitsorganisation
- Kollegiale Information über Angebote der Betrieblichen Gesundheitsförderung sowie des regionalen Netzwerkes
- Sensibilisierung für Gesundheitsthemen im Betrieb
- Impulsgeber für betriebliche Gesundheitsförderung

## AUSBILDUNG

Die Ausbildung gliedert sich in vier Module. Die Module beginnen jeweils freitags um 9:00 Uhr und enden samstags um 13:30 Uhr. Sie enthalten eine 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 weiter zu entwickeln.

### MODUL 1 - 15.03. - 16.03.2019

#### Die Aufgaben des Gesundheitslotsen in der betrieblichen Gesundheitsförderung

- ✓ 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 - 14.06. - 15.06.2019

#### 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 - 16.08. - 17.08.2019

#### Gelingende Kommunikation, gesunde Ernährung, Stressbewältigung und Suchtprävention

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

### MODUL 4 - 18.10. - 19.10.2019

#### Die ersten Schritte als Gesundheitslotse

- ✓ Einbindung im Betrieb
- ✓ Regionale Netzwerke
- ✓ Kommunikation im Betrieb
- ✓ Konkretisierung der Aufgaben als betrieblicher Gesundheitslotse

Änderungen vorbehalten.

## TEILNAHMEGEBÜHREN

Ausbildungspreis inkl. Catering und Übernachtung  
790,00€ (zzgl. MwSt.)

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung über den Tagungsbeitrag. Bei Überweisung ab 10 Werktagen vor Veranstaltungsbeginn bitte Ihren Überweisungsbeleg am Check-In vorlegen.