

Ausbildung 2022

# **Gesundheitslotsen** im Betrieb

Ein Angebot zur Stärkung der betrieblichen Gesundheitsförderung für kleine und mittlere Unternehmen.



Betriebliche Gesundheitslotsinnen und -lotsen sind Multiplikatoren für gesundheitsfördernde Lebens- und Arbeitsweisen. Sie sind kollegiale Ansprechpartner und Begleiter, die über gesundheitsrelevante Informationen verfügen. Sie ersetzen keine professionellen Berater, sind jedoch Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung und können in diesem Bereich wichtige Impulse geben. Gesundheitslotsen unterstützen vor Ort, sprechen an, hören zu, motivieren und mobilisieren ihre Kolleginnen und Kollegen im Hinblick auf deren Gesundheit. Bei Bedarf verweisen sie an kompetente inner- und außerbetriebliche Anlaufstellen.

Sie sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und nehmen ihre Aufgaben neben der Haupttätigkeit wahr. Die Ausbildung ist ein Kooperationsprojekt der Evangelischen Kirche Kurhessen-Waldeck, des Netzwerks "Mehr betriebliche Gesundheit Nordhessen" und der Regionalmanagement Nordhessen GmbH.

## 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 der gesundheitsfördernden 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 (2 tägig). Die Module beginnen jeweils um 09:00 Uhr und enden am Folgetag 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. Die ausgebildeten Gesundheitslotsen werden jährlich kostenlos zu Netzwerktreffen mit Weiterbildungsangeboten eingeladen.

## **MODUL 1** - DIENSTAG, 31.05. - MITTWOCH, 01.06.2022

## 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** - DIENSTAG, 28.06. - MITTWOCH, 29.06.2022

## 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 - Freitag, 16.09. - Samstag, 17.09.2022

## Gelingende Kommunikation, gesunde Ernährung, Stressbewältigung und Suchtprävention

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

## **MODUL 4** - DIENSTAG, 11.10. - MITTWOCH, 12.10.2022

#### Die ersten Schritte als Gesundheitslotse

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

Änderungen vorbehalten.

## **TEILNAHMEGEBÜHREN**

Die Teilnahmegebühren betragen 2.900,00 € zzgl. MwSt. inkl. Verpflegung und Übernachtung.

Die Kosten werden mit 2.000,00 € durch die teilnehmenden Krankenkassen gefördert.\*

\*Die Kursgebühren werden im Rahmen des Präventionsauftrags der Krankenkassen gefördert. Voraussetzung ist eine Vereinbarung mit einer der teilnehmenden Krankenkassen zur Förderung der betrieblichen Gesundheit. Die Kursteilnehmer müssen kein Mitglied in den beteiligten Krankenkassen sein. Wir vermitteln Ihnen den Kontakt zu den teilnehmenden Krankenkassen. Maximale Teilnehmerzahl 14 Personen.

#### **VERANSTALTUNGSORT**



## Evangelische Akademie Hofgeismar

Tagungsstätte, Gesundbrunnen 8, 34369 Hofgeismar

#### **ANMELDUNG**

# Anmeldung per E-Mail an: stefanie.grimm@regionnordhessen.de

Organisation*		
Organisation		
Titel		
Vorname, Name*		
Straße u. Hausnummer*		
PLZ u. Ort*		
E-Mail*		
Datum u. Ort*	Unterschrift*	* Pflichtfelder

Teilnahmevoraussetzung: Teilnahme nur für Geimpfte oder Genesene (2G-Regelung). Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind verpflichtet beim Einlass einen Impf- bzw. Genesungsnachweis in Kombination mit einem gültigen Personalausweis vorzuzeigen.

## **PROJEKTPARTNER**

















#### KONTAKT

#### **Informationen zum Kurs:**

**Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck** Peter Grohme

**3** 06456-3059956

peter.grohme@ekkw.de

## **Anmeldung:**

**Regionalmanagement Nordhessen GmbH**Stefanie Grimm

**3** 0561-97062 219

■ stefanie.grimm@regionnordhessen.de

## WEITERE INFORMATIONEN

www.arbeitswelt-ekkw.de www.nordhessen-gesundheit.de

