



Gesundheit für alle! Ausbildung von Gesundheitslotsen

Nur die gesundheitsinteressierten Kollegen melden sich zu den BGM/BGF Maßnahmen an? Wie kann in der Gesamtbelegschaft mehr Bereitschaft zur Eigenprävention geweckt werden? Die Gesundheitslotsen nehmen ihre Rolle als kollegialer Ansprechpartner und Multiplikator wahr und können ihre Kollegen zu gesundheitsbezogenen Maßnahmen schnell und wirkungsvoll informieren und motivieren. Die Arbeit der Gesundheitslotsen stellt einen besonders wichtigen Erfolgsfaktor im BGM/BGF dar.

NUTZEN FÜR DIE TEILNEHMER

- Sie kennen die Chancen eines umfassenden BGM/BGF.
- Sie können Kollegen einen Überblick über das unternehmensinterne BGM/BGF Angebot geben und zu einzelnen verhältnis- und verhaltenspräventiven Maßnahmen informieren.
- Sie können motivational-kommunikative Strategien einsetzen, um dezentral Interesse und Lust auf Gesundheit zu wecken.
- Sie gestalten eine gesundheitsförderliche Betriebskultur und bauen Gesundheitswissen im Unternehmen auf.

ZIELGRUPPE

Gesundheitsinteressierte, die diese Aufgabe ehrenamtlich neben ihrer Haupttätigkeit wahrnehmen möchten

INHALTE

- Bedeutung von BGM: Grundlagen BGM/BGF, verhaltens- und verhältnispräventive Handlungsfelder und Maßnahmen
- Grundlagen Gesundheit: vier Aspekte von Gesundheit, Gesundheitsentstehung und das Modell der Salutogenese, Belastungs- und Beanspruchungsmodell, personale, organisationale und soziale Ressourcen erkennen und fördern
- Die neue Rolle als Gesundheitslotse: Rollenbild, Chancen, Aufgaben und Grenzen
- Geeignete Kommunikationskanäle zur aktiven Bewerbung von gesundheitsförderlichen Maßnahmen einsetzen, motivational-kommunikative Strategien
- Ableitung konkreter Ansätze zur Sensibilisierung und Motivation der Kollegen
- Organisation der Gesundheitslotsen untereinander

Methoden: Impulsvortrag, Lehrgespräch, Trainer-Demo, Einzelarbeit, Gruppenübungen, Erfahrungsaustausch, Gesprächssimulation, Statuten, Präsentation, Collage mit Vernissage

Dauer: 3 x 2 Tage

Ausbildungsende: Abschluss mit Zertifikatsüberreichung



Referentin:

Silvia Balaban

Dipl.-Wirtschaftspsychologin [FH]

+49 [0] 1577 152 99 11

Silvia.Balaban@recalibration.de