

Mit gesunden und zufriedenen Mitarbeitern zu mehr Produktivität

# Betriebliches Gesundheitsmanagement

Analyse – Maßnahmenplanung – Umsetzung – Evaluation

## Wie Sie ein nachhaltiges Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) in Ihrem Unternehmen implementieren

- **Körperliche Gesundheit im Unternehmen:** Welche gesundheitsfördernden Maßnahmen sich für Ihr Unternehmen eignen
- **Psychische Gesundheit im Unternehmen:** Wie Sie psychische Überlastungen in Ihrem Unternehmen reduzieren und Resilienz steigern können
- **Instrumente des BGM:** Mit diesen Maßnahmen steigern Sie die Zufriedenheit, Gesundheit und Produktivität Ihrer Mitarbeiter
- **Die Rolle von Führungskräften und Stakeholdern:** So arbeiten Sie optimal zusammen
- **Von digitalem Stress bis demografischer Wandel:** Wie Sie neuen Herausforderungen des BGMs begegnen
- **Kennzahlen und Controlling:** Wie Sie Ihren nachhaltigen Erfolg messen können

Ihre Seminarleiterin:



Eva-Maria Röhreke  
Asklepios Connecting  
Health Deutschland GmbH

Ihre Experten:



Nadine Hoffmann  
Coca-Cola European  
Partners Deutschland  
GmbH



Marc Uhmann  
Fraport AG Frankfurt  
Airport Services  
Worldwide

### Exklusive Praxisbeiträge

- ✓ Zwischen Arbeitswelt und Gesundheit darf kein „oder“ stehen, oder? (Fraport AG)
- ✓ Verständnis psychischer Faktoren in der Arbeitswelt zur Entwicklung einer Gesundheitskultur – das VORLEBEN-Programm (Coca-Cola European Partners Deutschland GmbH)

Bitte wählen Sie Ihren Termin:  
21. und 22. März 2019 in Frankfurt/M.  
10. und 11. April 2019 in Köln  
15. und 16. Mai 2019 in München

30 Jahre

MANAGEMENTCIRCLE®  
BILDUNG FÜR DIE BESTEN

Melden Sie sich hier an: [www.managementcircle.de/03-86931](http://www.managementcircle.de/03-86931)

## Grundlagen und Fakten für die Umsetzung eines erfolgreichen BGMs



Ihre Seminarleiterinnen:  
Carola Kleinschmidt, Vortragsrednerin und Trainerin,  
Eva-Maria Röhreke, Trainerin & Coach,  
Anna-Maria Schubert, Psychologische Psychotherapeutin,  
Asklepios Connecting Health Deutschland GmbH, Hamburg



Empfang mit Kaffee und Tee, Ausgabe der Seminarunterlagen **ab 8.30 Uhr**

### 9.15 **Herzlich willkommen**

- Begrüßung durch die Seminarleiterinnen
- Überblick über Inhalte und Zielsetzung des Seminars
- Vorstellungsrunde und Abstimmung mit Ihren Erwartungen als Teilnehmer

### 9.30 **Die 3 Säulen eines funktionierenden Betrieblichen Gesundheitsmanagements**

- Die erste Säule: Gesundheitsfördernde Aktivitäten
- Die zweite Säule: Arbeits- und Prozessgestaltung
- Die dritte Säule: Führungsverhalten

### 10.15 **Körperliche Gesundheit im Unternehmen**

- Säule „Bewegung“
- Säule „Ernährung“
- Angebotsvielfalt, „Must-have“ und Kür

11.00 Kaffee- und Teepause

### 11.30 **Psychische Gesundheit im Unternehmen**

- Säule „Entspannung“
- Säule „Sucht“
- Psychische Überlastungen erkennen und ihnen begegnen
- Angebotsvielfalt, „Must-have“ und Kür

### 12.15 **Instrumente des Betrieblichen Gesundheitsmanagements**

- Analyseinstrumente kennenlernen und im Prozess bewerten:
  - Strategieworkshops
  - Arbeitsunfähigkeitsanalyse
  - Altersstrukturanalyse
  - Mitarbeiterbefragungen
  - Gesundheitszirkel
  - Arbeitssituationsanalysen und (psychische) Gefährdungsbeurteilung

13.00 Business Lunch



[www.managementcircle.de/03-86931](http://www.managementcircle.de/03-86931)

### 14.00 **Zwischen Arbeitswelt und Gesundheit darf kein „oder“ stehen, oder?**

- Health sells – warum ein systematisches Gesundheitsmanagement für Betriebe wichtig ist
- Das Setting Betrieb als ideales Handlungsfeld, Gesundheitsthemen an Beschäftigte aktiv zu adressieren
- Eine positive und gesundheitsfördernde Gestaltung des Arbeitsplatzes und des Umfeldes hat nachweisbar u. a. reduzierende Wirkungen auf den Krankenstand und die Verbesserung des Betriebsklimas zur Folge
- Gesundheitsmanagement liegt bei vielen Arbeitgebern noch im Dornröschenschlaf – wir zeigen, wie das Thema eindeutig messbar wird und gesteuert werden kann



Marc Uhmann  
Leiter Fraport Gesundheitsmanagement,  
**Fraport AG Frankfurt Airport Services Worldwide**, Frankfurt/M.

15.30 Kaffee- und Teepause

### 16.00 **Messbarkeit und Nachhaltigkeit von BGM**

- Umgang mit Analyseinstrumenten: Was passt zu Ihrem Unternehmen?
- Erfolgskriterien für die Umsetzung und Erstellung eines Aktionsplans
- Entwicklung der passenden Maßnahmen (Maßnahmenportfolio)
- Kennzahlen und Controlling (Kosten-Wirkungs-Analyse)
- Alternative Erfolgsmessung

### 17.00 **Die Rolle der Führungskraft und anderer Stakeholder**

- Rolle und Aufgaben von Führungskräften im BGM
- Rolle und Aufgaben von Gesundheitsmanagern, HR, BR, Betriebsarzt, Sozialdienst etc.

### 17.45 **Tagesabschluss**

- Zusammenfassung der Ergebnisse des ersten Seminartages
- Gelegenheit zur Diskussion Ihrer individuellen Fragen

18.00 Ende des ersten Seminartages und anschließendes Get-together

# Praxis statt Theorie: Schaffen Sie gesunde Arbeitsbedingungen

Ihre Seminarleiterinnen:  
Carola Kleinschmidt  
Eva-Maria Röhreke  
Anna-Maria Schubert

### 8.30 Es geht weiter

- Begrüßung und Klärung Ihrer noch offenen Fragen vom Vortag
- Ausblick auf die Inhalte des zweiten Seminartages

### 9.15 Standortbestimmung und Zieldefinition der Teilnehmer



- Das Gesundheitsmanagement des eigenen Unternehmens
- Anlass einer Restrukturierung
- Zielbild

### 9.45 So gestalten Sie Ihr Unternehmen ergonomisch und altersgerecht

- Was Sie bei der Arbeitsplatzgestaltung beachten müssen:
  - Arbeitsplatz
  - Umgebungsbedingungen
  - Pausen und Erholungsmöglichkeiten
  - Sonderfall: Home Office und mobile Arbeitsplätze

10.30 Kaffee- und Teepause

### 11.00 Verständnis psychischer Faktoren in der Arbeitswelt zur Entwicklung einer Gesundheitskultur – Das VORLEBEN-Programm



- In einer von Komplexität, Veränderung und Schnelligkeit geprägten Arbeitswelt, müssen psychisches Wohlbefinden und dessen betriebliche Einflussfaktoren ganzheitlich betrachtet werden
- Das VORLEBEN-Programm lebt dabei die Partizipation der Beschäftigten und Führungskräfte
- Es verankert Maßnahmen nachhaltig im Gesamtkonzept BGM



Nadine Hoffmann  
Manager Health Management,  
**Coca-Cola European Partners  
Deutschland GmbH**, Berlin

### 12.00 Unter „Alles bleibt anders – Moderne Anforderungen BGM“



- Umgang mit digitalem Stress
- Flexibilität/Agilität und Gesundheit
- Demografischer Wandel

12.45 Business Lunch

### 13.45 Übertragen Sie ein Praxisbeispiel auf den eigenen Alltag

- Vorleben und Vorbilder je Rolle
- Zielbild mit Praxisbeispiel verbinden

### 14.30 Praxis: Die nächsten konkreten Schritte in Ihrem BGM



- Meilensteine auf dem Weg zum Ziel
- Zielbild konkretisieren
- Erste Schritte nach dem Seminar fixieren

16.00 Kaffee- und Teepause

### 16.30 Seminarabschluss und Reflektion

- Was haben Sie gelernt?
- Individuelle Lernerfolge und Ergebnisse
- Zusammenfassung der Seminarergebnisse
- Zeit für Ihre abschließenden Fragen

17.00 Ende des Intensiv-Seminars

### Stimmen ehemaliger Teilnehmer unserer HR-Veranstaltungen

„Bringt mich wirklich weiter!“

C. Zigan, Berliner Bäder-Betriebe AÖR

„Sehr praxisorientiert. Tolle Referenten mit Praxiserfahrung.“ K. Edelmann, SKF GmbH Schweinfurt

### Get-together

Ausgang des ersten Seminartages in informeller Runde. Management Circle lädt Sie zu einem kommunikativen Umtrunk ein. Entspannen Sie sich in angenehmer Atmosphäre und vertiefen Sie Ihre Gespräche mit den Referenten und Teilnehmern.

## Nadine Hoffmann

ist verantwortlich für die nationale Steuerung des Gesundheitsmanagements der **Coca-Cola European Partners Deutschland GmbH**. Dabei ist es besonders wichtig, in Zeiten der Komplexität und Veränderung passende Konzepte zu entwickeln, um die Gesundheitskultur im Unternehmen voranzutreiben. Dazu gehören Bereiche wie Führungskräfte-Entwicklung, Gesundheitsförderung und auch das Eingliederungsmanagement.

## Carola Kleinschmidt

ist selbstständige Autorin und Trainerin bei **Asklepios Connecting Health**. Die Themen „Psychische Gesundheit“ und „Älterwerden im Betrieb“ entwickelten sich bereits kurz nach ihrem Studium zu ihren Schwerpunktthemen. Sie schrieb verschiedene Sachbücher – darunter auch der Bestseller „Bevor der Job krank macht“ gemeinsam mit Herrn Dr. Unger. Sowie „Jung alt werden – warum es sich bereits mit 40 lohnt, an 80 zu denken“, ein Buch zur Frage, was der demografische Wandel für jeden Einzelnen bedeutet. Seit 2005 arbeitet sie als Referentin und Workshopleiterin. Sie absolvierte außerdem eine Weiterbildung zur zertifizierten Trainerin (Zusatzausbildung Kommunikationspsychologien, Schulz-von-Thun-Institut).

## Eva-Maria Röhreke

ist Trainerin und Coach bei **Asklepios Connecting Health**. Bereits während ihres Studiums (Betriebswirtschaft mit den Schwerpunkten Personal und Organisation) begleitete sie für Glücksburger Konzepte GmbH Unternehmen in Veränderungsprozessen. In unterschiedlichen Positionen im Inhouse Consulting der Tchibo Holding AG sowie als Leiter Controlling Tchibo Cafe Service GmbH initiierte und führte Frau Röhreke Projekte zur Prozessoptimierungen zusammen mit den betroffenen Mitarbeitern der Fachbereiche. Die Begleitung der von Veränderungen betroffenen Mitarbeitern sowie persönliche Erfahrungen ließen Frau Röhreke über mehrjährigen Ausbildungen tief in das Thema Achtsamkeit und Resilienz eintauchen. Seit 2008 begleitet sie Menschen im Rahmen von Achtsamkeits-, Meditations- oder Resilienztrainings, um sie auf Prozesse der Veränderung vorzubereiten oder gesund durch diese zu führen.

## Anna-Maria Schubert

Nach dem Studium der Psychologie mit den Schwerpunkten Arbeits- und Organisationspsychologie sowie Gesundheitspsychologie arbeitete Frau Schubert zunächst in der psychologischen Marktforschung und Beratung. Im Anschluss daran folgte eine wissenschaftliche Tätigkeit im Rahmen ihrer Promotion im Bereich Neuroökonomie und Bildgebung (fMRT). Als approbierte Psychologische Psychotherapeutin in Verhaltenstherapie kann Frau Schubert auf ein vielfältiges Spektrum beruflicher Erfahrung sowohl im Unternehmenskontext als auch im Rahmen von Forschung und Wissenschaft sowie stationärer und ambulanter Patientenbetreuung zurückgreifen und ihr Wissen situationsspezifisch und klientenzentriert einsetzen. Neben den Sprechstunden für seelische Gesundheit begleitet Frau Schubert auch Workshops und unternehmensinterne psychologische Gruppenangebote für **Asklepios Connecting Health**. Daneben ist sie weiterhin im ambulanten Kontext verhaltenstherapeutisch tätig.

## Marc Uhmann

leitet das Fraport-Gesundheitsmanagement. Seine wichtigste Aufgabe ist es, bei den Beschäftigten der **Fraport AG** mit Sitz in Frankfurt am Main proaktiv in Richtung Gesunderhaltung zu wirken. Steigende Anforderungen an Effizienz und Flexibilität sowie körperlich anspruchsvollen Tätigkeiten in den operativen Bereichen sind Belastungen, denen es beim Betreiber einer der größten Flughäfen auf dieser Welt frühzeitig zu begegnen gilt. Er wurde 1971 geboren, ist Krankenkassenfachwirt und Betriebswirt (VWA). Seit über 20 Jahren befasst er sich mit dem Thema Gesundheit aus den Perspektiven Versicherung, Arbeitnehmer, Führungskraft und Arbeitgeber.

## AUCH ALS INHOUSE TRAINING

### So individuell wie Ihre Ansprüche – Inhouse Trainings nach Maß!

Zu diesen und allen anderen Themen bieten wir auch firmeninterne Schulungen an. Ihre Vorteile: Kein Reiseaufwand – passgenau für Ihren Bedarf – optimales Preis-Leistungsverhältnis!

Ich berate Sie gerne und erstelle Ihnen ein individuelles Angebot. Rufen Sie mich an.



**Stefanie Klose**

Tel.: +49 6196 4722-739

E-Mail: stefanie.klose@managementcircle.de

www.managementcircle.de/inhouse



## Bitte beachten Sie auch unsere Veranstaltung

# Lean HR

Die strategische Ausrichtung für Ihren Personalbereich

**25. und 26. Februar 2019 in München**

**18. und 19. März 2019 in Köln**

**24. und 25. April 2019 in Frankfurt/M.**

Nähere Informationen gibt Ihnen gerne

**Eberhard Bergmann**

Tel.: +49 6196 4722-800, Fax: +49 6196 4722-888,

E-Mail: kundenservice@managementcircle.de

Web: www.managementcircle.de/02-86813

## Warum dieses Seminar für Sie wichtig ist

Unsere **Arbeitswelt** befindet sich in einem **stetigen Wandel**: Arbeitszeiten werden flexibler, die Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit verschwimmen und **arbeitsbezogene Stressoren** nehmen immer mehr zu.

Kurz: Die **psychische** und **körperliche Gesundheit von Mitarbeitern** wird für Unternehmen immer wichtiger, um die Leistungsfähigkeit, Produktivität und Zufriedenheit im Unternehmen zu sichern. Daher ist es heute mehr denn je an der Zeit, ein **nachhaltiges Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)** in Ihrem Unternehmen zu implementieren und auszubauen.

Profitieren Sie vom **Fach- und Praxiswissen** unserer Experten. Unsere Referenten zeigen Ihnen in diesem Intensivseminar auf, wie Sie gezielt und **strategisch vorgehen**, welche **Maßnahmen** sich speziell für Ihr Unternehmen anbieten und wie Sie Ihre **Erfolge evaluieren** können.

## Ihre Themenschwerpunkte

- Die drei Säulen eines **funktionierenden Betrieblichen Gesundheitsmanagements**
- **Körperliche** Gesundheit im Unternehmen steigern
- **Psychische** Überlastungen erkennen und ihnen richtig begegnen
- **Instrumente** und **Maßnahmen** des Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- **Messbarkeit** Ihres BGM-Erfolges
- Die Zusammenarbeit mit Führungskräften und **Stakeholdern**
- **Moderne Herausforderungen** im Betrieblichen Gesundheitsmanagement
- Die **Implementierung** eines nachhaltiges BGMs in Ihrem Unternehmen Schritt für Schritt

## Ihr Praxis-PLUS:

Erfahren Sie im exklusiven Praxisbericht der **Coca-Cola European Partners Deutschland GmbH** mehr über das erfolgreiche VORLEBEN-Programm und welche Rolle dabei insbesondere die Führungskräfte spielen. Lernen Sie außerdem Praxisbeispiele der **Fraport AG** kennen, die ein umfassendes Betriebliches Gesundheitsmanagement ausgebaut haben und wie das Unternehmen anhand von Kennzahlen das BGM eindeutig messbar und steuerbar macht.

## 6 gute Gründe dieses Seminar zu besuchen

- Sie erfahren, wie Sie **ein nachhaltiges Betriebliches Gesundheitsmanagement** Schritt für Schritt in Ihrem Unternehmen umsetzen.
- Sie lernen kompakt in zwei Tagen alle wichtigen **gesundheitlichen Faktoren** und **Maßnahmen** für Ihr Unternehmen kennen.
- Sie hören, welche **modernen Anforderungen** sich an Ihr BGM durch den Wandel der Arbeitswelt stellen.
- Sie erfahren, mit welchen **Stakeholdern** Sie effizient zusammenarbeiten können und welche Rolle **Führungskräfte** dabei spielen.
- Sie lernen wichtige **Kennzahlen** kennen und Ihre **Erfolge sinnvoll zu evaluieren**.
- Sie erarbeiten im Seminar konkret und praktisch die **nächsten Schritte für Ihr BGM**, sodass Sie nach dem Seminar direkt loslegen und das erlernte auf Ihr Unternehmen anwenden können.

## Sie haben noch Fragen? Gerne!

Rufen Sie mich bitte an oder schreiben Sie mir eine E-Mail. Gerne berate ich Sie persönlich und beantworte Ihre Fragen zur Veranstaltung.

*Kristin Pollmann*



**Kristin Pollmann**

Projektmanagerin Konferenzen/Seminare  
Tel.: +49 6196 4722-472  
kristin.pollmann@managementcircle.de

**30 Jahre**  
MANAGEMENTCIRCLE®

## Personal-Blog

News und Trends zu Personal Themen!

Jetzt folgen!  [www.management-circle.de/personal](http://www.management-circle.de/personal)  
 @personal\_circle



## ■ Wer sollte an diesem Seminar teilnehmen?

Das Seminar richtet sich an **Leiter** und **leitende Mitarbeiter** aus dem Bereich **Human Resources**. Es sind **Personalleiter, Personalreferenten, Personalverantwortliche, Gesundheitsmanager, Betriebsräte, Personalräte, Betriebsärzte, Werksärzte** angesprochen sowie **Fach- und Führungskräfte**, die ihr Wissen im Bereich Gesundheitsmanagement aktualisieren möchten.

## ■ 6 gute Gründe für ein Management Circle Seminar

1. **30 Jahre Erfahrung** auf dem Gebiet von Seminaren für Fach- und Führungskräfte
2. Die **besten Referenten**, die der Markt bietet
3. **TOP-Themen** mit sehr hohem Praxisinhalt
4. Intensiver **Wissens- und Meinungsaustausch** in kleinen Seminargruppen
5. **Ausgezeichnete Seminarunterlagen**
6. **First-Class-Locations**

## ■ Termine und Veranstaltungsorte

**21. und 22. März 2019 in Frankfurt/M.** 03-86931  
Capri by Fraser Frankfurt, Europa-Allee 42, 60327 Frankfurt/M.  
Tel.: +49 69 133 88 77-800, Fax: +49 69 133 88 77-999  
E-Mail: reservations.frankfurt@capribyfraser.com

**10. und 11. April 2019 in Köln** 04-86932  
Hotel im Wasserturm Köln, Kaygasse 2, 50676 Köln  
Tel.: +49 221 2008-140, Fax: +49 221 2008-144  
E-Mail: reservation@hotel-im-wasserturm.de

**15. und 16. Mai 2019 in München** 05-86933  
Platzl Hotel, Sparkassenstraße 10, 80331 München  
Tel.: +49 89 23703-722, Fax: +49 89 23703-727  
E-Mail: reservation@platzl.de

Für unsere Seminarteilnehmer steht im jeweiligen Tagungshotel ein begrenztes Zimmerkontingent zum Vorzugspreis zur Verfügung. Nehmen Sie die **Reservierung bitte rechtzeitig selbst direkt im Hotel** unter Berufung auf Management Circle vor.

## Begrenzte Teilnehmerplätze – jetzt anmelden!

Online-Anmeldung: [www.managementcircle.de/03-86931](http://www.managementcircle.de/03-86931)

PDF zum Ausdrucken: [www.managementcircle.de/form](http://www.managementcircle.de/form)

E-Mail: [anmeldung@managementcircle.de](mailto:anmeldung@managementcircle.de)

Telefonisch: **+49 6196 4722-700**

per Post: **Management Circle AG, Postfach 56 29, 65731 Eschborn/Ts. (Germany)**

### Anmeldebedingungen

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und eine Rechnung. Die Teilnahmegebühr für das zweitägige Seminar beträgt inkl. Business Lunch, Erfrischungsgetränken, Get-together und der Dokumentation € 1.995,-. Sollten mehr als zwei Vertreter desselben Unternehmens an der Veranstaltung teilnehmen, bieten wir **ab dem dritten Teilnehmer 10% Preisnachlass**. Bis zu vier Wochen vor Veranstaltungstermin können Sie kostenlos stornieren. Danach oder bei Nichterscheinen des Teilnehmers berechnen wir die gesamte Teilnahmegebühr. Die Stornierung bedarf der Schriftform. Selbstverständlich ist eine Vertretung des angemeldeten Teilnehmers möglich. Alle genannten Preise verstehen sich zzgl. der gesetzlichen MwSt.

### Werbewiderspruch

Sie können der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke durch die Management Circle AG selbstverständlich jederzeit widersprechen oder eine erteilte Einwilligung widerrufen. Hierfür genügt eine kurze Nachricht an unseren Datenschutzbeauftragten per Mail an [datenschutz@managementcircle.de](mailto:datenschutz@managementcircle.de) oder per Post an Management Circle AG, Datenschutz, an die oben genannte Adresse. Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter [www.managementcircle.de/datenschutz](http://www.managementcircle.de/datenschutz).

## ■ Über Management Circle

Als anerkannter Bildungspartner und Marktführer im deutschsprachigen Raum vermittelt Management Circle *WissensWerte* an Fach- und Führungskräfte. Mit seinen 200 Mitarbeitern und jährlich etwa 3000 Veranstaltungen sorgt das Unternehmen für berufliche Weiterbildung auf höchstem Niveau. Weitere Infos zur *Bildung für die Besten* erhalten Sie unter [www.managementcircle.de](http://www.managementcircle.de)



Reisen Sie mit der Deutschen Bahn zu attraktiven Sonderkonditionen zum Veranstaltungsort.  
Infos unter: [www.managementcircle.de/bahn](http://www.managementcircle.de/bahn)