

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Zeit- und Selbstmanagement

Bedeutung des Zeit- und Selbstmanagements, Umgang mit Zeitfressern, erfolgreiche Methoden des Zeit- und Selbstmanagements

Grundlagen und Rahmenbedingungen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Einführung ins Betriebliche Gesundheitsmanagement

Demografie, Zivilisationskrankheiten, Wandel der Arbeitswelt (körperliche und psychische Belastungen, Burn-out), Gefährdungsbeurteilung psychischer Erkrankungen, 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

Fachkräftemangel, Unternehmenspositionierung, Arbeitszeitgestaltung, Arbeitsorganisation (Teamarbeit, Jobrotation, Jobenlargement, Jobenrichment), Arbeitsplatzgestaltung, Serviceleistungen für Familien (Kinderbetreuung, Betreuung pflegebedürftiger Familienmitglieder), Qualifizierung (Stressmanagement, Konfliktmanagement, Selbstmanagement), Mitarbeiterzufriedenheit

Wirtschaftliche Aspekte des BGM

Fehlzeiten (Absentismus, Präsentismus), Return on Investment (ROI) im Kontext der betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention, Return on Prevention (ROP), Steuerfreibetrag für die betriebliche Gesundheitsförderung

Gesetzliche Grundlagen und Normen des BGM

Ergonomie am Arbeitsplatz, Arbeitssicherheit (ASI)/Arbeitsschutz (Arbeitsbedingungen beurteilen, Mitarbeiter beteiligen und unterweisen, Arbeitsschutz planen), steuerliche Aspekte, Qualitätsmanagement, Gefährdungsbeurteilung psychischer Erkrankungen

Steuerliche Aspekte des BGM I

Fünftes Buch Sozialgesetzbuch (§§ 20–24i SGB V)

Steuerliche Aspekte des BGM II

Einkommenssteuergesetz (§ 3 Nr. 34 EStG: betriebliche Gesundheitsförderung)

Instrumente des BGM

Instrumente des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Gefährdungsbeurteilung, Arbeitsplatzbegehungen, Altersstrukturanalysen, Mitarbeiterbefragung, Fehlzeitenanalyse/Gesundheitsbericht

Erfolgreiche Planung und Steuerung von BGM-Projekten

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

Kennzahlen im BGM

Ziele, Maßnahmen, Festlegung von Kennzahlen (Fehlzeitenquote, Arbeitszufriedenheit), Controlling

Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis

Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten (Reduzierung von Bewegungsmangel und speziellen gesundheitlicher 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)

Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

Orientierungsphase, Arbeitsmittel/Instrumente, beteiligte Akteure, gesetzliche Grundlagen (§ 84 Absatz 2 SGB IX), Gesundheit erhalten und fördern, Arbeitsunfähigkeit überwinden, erneuter Arbeitsunfähigkeit vorbeugen, Arbeitsplatz des Betroffenen erhalten

Umsetzung und Maßnahmen des BGM

Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des BGM

Mitarbeiterorientiertes Führungsverhalten, Anerkennung, Motivation, Weiterbildung, Lebensphasenorientierung, Kommunikation, Moderation, Gesprächsführung

Bewegung & Ernährung als Basis des BGM

Ernährungswissenschaftliche Grundlagen, Gesundheitssport, Bewegung, Fitness

Best Practice I: gesunde Ernährung

Ernährungsberatung, Ernährungsgewohnheiten, Kantinencheck: Angebotsgestaltung und Preisstruktur

Best Practice II: Gesundheits- und Fitnessangebote

Rückenschule, Laufgruppen, ergonomische Schulungen, Kräftigungsprogramme, Entspannung

Best Practice III: Kooperationen und Partnerschaften

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

Erfolgreiche Kommunikation im BGM

Innerbetriebliche Kommunikation, Sensibilisierung von Führungskräften, Fallbeispiele





Der zeitliche Lehrgangsablauf

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Projektstudie (PS)	Webinar (WEB)	Präsenzphase (PP)
1	SB 1: Einführung ins Betriebliche Gesundheitsmanagement	OT 1: Gesellschaftliche Entwicklungen		WEB 1: Zeit- und Selbstmanagement	
2		OT 2: Körperliche und psychische Belastungen am Arbeitsplatz	PS 1: Grundlagen des Betrieblichen Gesundheitsmanagement	WEB 2: Medizinische Grundlagen – Basis WEB 3: Employer Branding & Work-Life-Balance	
3	SB 2: Wirtschaftliche Aspekte des BGM	OT 3: Betriebswirtschaftliche Zusammenhänge			
4	SB 3: Gesetzliche Grundlagen und Normen des BGM				
5		OT 4: Rechtliche Rahmenbedingungen	PS 2: Wirtschaftliche Aspekte und rechtliche Rahmenbedingungen	WEB 4: Steuerliche Aspekte des BGM I WEB 5: Steuerliche Aspekte des BGM II	
6	SB 4: Instrumente des BGM	OT 5: Analysen der Arbeitswelt			
7	SB 5: Erfolgreiche Planung und Steuerung von BGM-Projekten			WEB 6: Kennzahlen im BGM	
8		OT 6: Kennzahlen des BGM			PP 1: Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis <i>2 Tage</i>
9	SB 6: Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)				
10	SB 7: Mitarbeiterorientierte Führung als Baustein des BGM	OT 7: Führung und Vermittlung von BGM-Maßnahmen			
11	SB 8: Bewegung & Ernährung als Basis des BGM		PS 3: Instrumente, Umsetzung und Maßnahmen des BGM	WEB 7: Best Practice I: gesunde Ernährung WEB 8: Best Practice II: Gesundheits- und Fitnessangebote WEB 9: Best Practice III: Kooperationen und Partnerschaften	
12					PP 2: Erfolgreiche Kommunikation im Betrieblichen Gesundheitsmanagement <i>2 Tage</i>

Abschlussprüfung: Klausuren