

Bitte melden Sie sich online an unter:

**Anmelde**link

[www.mittlerer-niederrhein.ihk.de/28560](http://www.mittlerer-niederrhein.ihk.de/28560)



**Anmelde**frist

17. August 2022

Bei Rückfragen melden Sie sich bitte bei Ihrer Ansprechpartnerin:

**Romina Basile**

IHK Mittlerer Niederrhein

☎ 02151 635-351

@ romina.basile@mittlerer-niederrhein.ihk.de

**Veranstaltungs**ort

salvea Zentrale (Inoges Holding GmbH)  
Konrad-Adenauer-Platz 1 (Eingang Westparkstraße)  
47803 Krefeld

Eine gemeinsame Veranstaltung von:



Bildnachweis: luckybusiness – stock.adobe.com

11. Aktionstag

# BETRIEBLICHES GESUNDHEITS- MANAGEMENT

24.08.2022

Aktionstag

# BETRIEBLICHES GESUNDHEITS- MANAGEMENT

Die herausforderndste Phase der Pandemie scheint vorüber, aber die Zeit wirkt nach. Belastungen und Stress waren gerade in den Lockdownphasen deutlich höher als zu „normalen Zeiten“. Aber auch ohne Pandemie wird das Arbeitsleben anspruchsvoller und komplexer. Der Arbeitsausfall wegen psychischer Erkrankungen ist 2021 auf einen neuen Rekordwert gestiegen. Ein Fokus des Betrieblichen Gesundheitsmanagements sollte daher auf der Bewältigung dieser Herausforderungen liegen.

An unserem diesjährigen Aktionstag Betriebliches Gesundheitsmanagement möchten wir das Thema „Mentale Gesundheit von Beschäftigten“ in den Mittelpunkt stellen. Insbesondere in der gesunden Führung liegt ein Fokus darauf, achtsam mit den eigenen Bedürfnissen umzugehen und die der Mitarbeitenden sowohl zu kennen als auch im täglichen Arbeitsalltag daraus wirklich praktische Handlungen abzuleiten. Was können Sie tun, um die Resilienz Ihrer Mitarbeitenden zu stärken? Welchen Einfluss können Betriebe auf das Medienverhalten innerhalb der Belegschaften nehmen? Unser Vortrags- und Workshopprogramm hat das Ziel, dass Sie die besten Instrumente für Ihr Unternehmen kennenlernen, so dass Fehltagewegen psychischer Überbelastung in Ihrem Betrieb hoffentlich der Vergangenheit angehören.

## PROGRAMM

10:30 Uhr

Einlass/Registrierung

11:00 Uhr

Begrüßung

11:15 Uhr

Impulsvortrag

**„Mitarbeiter binden & Ressourcen stärken:  
gesunde Führung als Potenzial nutzen“**

Max Jacobsen, M.Sc. Psychologie und Justus Ludwig, Systemischer Berater & MBSR-Lehrer | Mehrwert Achtsamkeit, Düsseldorf & Berlin

Der Impulsvortrag hat das Ziel, die Methoden und Ansätze der Achtsamkeit zu verstehen und in den Alltag zu integrieren, um ihr Potenzial für den Einzelnen und/oder Teams auszuschöpfen.

12:15 Uhr

BGM Praxisforum

**Interaktiver Austausch und Information rund um BGM & bewegte Pause zum Mitmachen**

13:00 Uhr

Workshop 1

**Fels in der Brandung – Wie Sie die Resilienz Ihrer Mitarbeiter stärken**

Nathalie Marcinkowski, M.Sc. Psychologie, Dozentin, Autorin, Coach | AOK/BGF-Institut

In diesem Workshop erhalten Sie wissenschaftlich fundierte Schlüssel, um die Resilienz Ihrer Mitarbeitenden zu stärken und selbst handlungsfähig zu bleiben.

13:00 Uhr

Workshop 2

**Digital Happiness**

Maylin Fiederer, M.Sc. Gesundheitsmanagement, Greater Coach | salvea

In diesem Workshop erhalten Sie Hintergrundinformationen und Impulse zum gesundheitsförderlichen Umgang mit digitalen Medien und der entsprechenden Umsetzung im Betrieb.

14:30 Uhr

Ende der Veranstaltung