

AUSGEZEICHNET WEITERKOMMEN.

WEITERBILDUNGEN
2024

Betriebliches
Gesundheitsmanagement

Informationen und Beratung – Rund um unsere Angebote im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement



Sarah Klemenz-Hidien

Produktmanagerin

Telefon 0261 30471-17

klemenz@ihk-akademie-koblenz.de

WIR STELLEN UNS VOR ...

Die IHK-Akademie Koblenz e. V. als Bildungseinrichtung der IHK Koblenz stellt seit mehr als 50 Jahren qualifizierte und fachspezifische Weiterbildung im kaufmännischen sowie technischen Bereich bereit. Pro Jahr werden ca. 1.000 Veranstaltungen durchgeführt und rund 10.000 Teilnehmer an verschiedenen Veranstaltungsorten im nördlichen Rheinland-Pfalz weitergebildet.

Durch das vielfältige Angebot von berufsbegleitenden Lehrgängen sowie einer Vielzahl an ein- bis mehrtägigen Seminaren lassen sich die Bildungsangebote sehr gut in den Berufsalltag integrieren. Mit Blended-Learning-Konzepten bieten wir zeit- und ortsunabhängige Lernmöglichkeiten, um unseren Teilnehmern eine größtmögliche Flexibilität zu ermöglichen. Zudem geben Coaching-Angebote und speziell auf Unternehmen zugeschnittene Weiterbildungen eine Möglichkeit, die Personalentwicklung zu individualisieren, um nah und bedarfsorientiert am Arbeitsplatz zu qualifizieren.

Die IHK-Akademie Koblenz ist aufgrund ihrer thematischen und räumlichen Nähe zu Unternehmen und deren Mitarbeitern die erste Adresse der beruflichen Bildung im nördlichen Rheinland-Pfalz. Zu allen Fragen der Weiterbildung sowie zur Unterstützung der unternehmensinternen Personalentwicklung beraten Sie die Mitarbeiter der IHK-Akademie gerne.

INHALT

Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)	4
Betriebliches Eingliederungsmanagement	5
Fit for Work and Life	6
Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung	7
Resilienz im Arbeitsalltag	8
Resilienz: Umgang mit Druck und Veränderungen	9
Umgang mit psychischen Erkrankungen im betrieblichen Rahmen	10
Umgang mit Stress und Belastung	11

Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)

Webcode:
544FBG

Zeitraum & Ort:	08. bis 26. April 2024 online 06. bis 22. November 2024 online
Dauer:	Sechs Unterrichtstage und ein Klausurtermin
Preis:	1.025 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Leistungsfähige Mitarbeiter/-innen sind die wichtigste Voraussetzung für den Erfolg von Unternehmen und Organisationen. Daher arbeiten viele Unternehmen und Organisationen daran, die Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter/-innen zu erhalten. Um ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) einzuführen ist es wichtig, alle notwendigen Maßnahmen planvoll, strukturiert und effektiv umzusetzen und miteinander verbinden zu können. Dieser Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer/-innen zu kompetenten Ansprechpartnern rund um das Thema betriebliches Gesundheitsmanagement.

Ziele des Lehrgangs sind:

- Die Anforderungen des BGM zu kennen
- Die passende BGM-Strategie für das eigene Unternehmen oder die eigene Organisation umzusetzen
- Praxisnah durch Fallstudien und Best-Practice-Beispiele zu lernen

ZIELGRUPPE

Der Lehrgang ist für alle Personen geeignet, die in der betrieblichen Gesundheitsförderung tätig sind oder tätig werden wollen. Dies können sowohl Mitarbeiter/-innen in Unternehmen sein als auch externe Dienstleister oder selbständige Berater/-innen.

Darüber hinaus richtet sich der Lehrgang an Fach- und Führungskräfte, die im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements professionell tätig werden wollen.

INHALTE

- Grundlagen des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Gesetzliche Grundlagen
- BGM: Ziele und Strategien
- Betriebliche Gesundheitsförderung als Teil des BGM gestalten
- Werbung und Öffentlichkeitsarbeit
- BGM als integraler Bestandteil der Unternehmenskultur - Rolle der Führung
- Qualitätsmanagement
- Projektmanagement
- Ergänzende Themen
 - Betriebliches Eingliederungsmanagement gem. §167 SGB IX.
 - Suchtprävention, Maßnahmen und Angebote RV und TUV
- Grundlagen von Kommunikation als Basis für eine erfolgreiche Umsetzung

ABSCHLUSS

Bei erfolgreicher Teilnahme an der Zertifikatsprüfung erhalten Sie das Zertifikat „Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)“.

Betriebliches Eingliederungsmanagement

Webcode:
547BEM

Zeitraum & Ort:	12. März 2024 online 14. November 2024 online
Dauer:	1 Tag, von 08.30 Uhr bis 17.20 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Wenn Arbeitnehmer innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen am Stück oder wiederholt arbeitsunfähig sind, muss der Arbeitgeber dem Mitarbeiter ein Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) anbieten.

Das Seminar informiert Sie umfassend über Thematik, Vorgehensweise und Konzepte des Betrieblichen Eingliederungsmanagements.

ZIELGRUPPE

Das Seminar richtet sich an alle Teilnehmer/-innen die mit dem Wiedereingliederungsmanagement betraut sind oder diese Aufgabe in Zukunft übernehmen

INHALTE

- Standortbestimmung – Erwartungen klären
- Rechtsgrundlage und Einordnung – Zielsetzung des Gesetzgebers
- Klärung der Begrifflichkeiten Gesundheit, Krankheit, Arbeitsunfähigkeit
- Teilnehmerabfrage und Aussprache im Plenum – Welche Erfahrungen haben Sie bereits mit dem BEM gemacht?
- Unter welchen Voraussetzungen ist ein BEM-Gespräch anzubieten und wer ist dafür verantwortlich?
- Mitwirken des/der Erkrankten – Datenschutz im Arbeitsverhältnis
- Operative Durchführung – Wer wird mit der Gesprächsführung betraut?
- Welche Ergebnisse können erreicht werden?
- Zusammenarbeit mit externen Stellen
- Sensible Situationen
- Einsatz des Konzeptes der Salutogenese im Rahmen des BEM
- Kommunikation, Gesprächsvorbereitung und Kommunikationstraining anhand von Gesprächslagen
- Strukturierte Einführung im Unternehmen – Wie am besten vorgehen?
- Dokumentation und Evaluation
- Transfer in den Arbeitskreis Gesundheit

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Zeitraum & Ort: **08. November 2024 Koblenz**
Dauer: **1 Tag, von 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr**
Preis: **425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)**

ZIELE

Im Zeitalter der Medienvielfalt und Informationsverdichtung sind viele Bereiche der körperlichen und geistigen Gesundheit oft nicht mehr im Fokus des täglichen Lebens. Das Wissen um Prozesse in unserem Körper gibt uns die Möglichkeit in vielen Bereichen selbst Einfluss zu nehmen auf unseren Zustand. Ein Tag voller aktiver Erlebnisse, überraschender Erkenntnisse, neuer Lern- und Bewegungserfahrungen und Gesundheitsboostern.

ZIELGRUPPE

Alle interessierten Teilnehmer/-innen

INHALTE

Einstimmung in den Tag

- Fokusmoves für bewusste Augenblicke
- Gesundheitssäulen und die wichtigsten Organsysteme im Blick behalten

Fit im Kopf mit Brainmoves

Empfehlungen zur Gesundheitsvorsorge Teil 1:

Stütz- und Bewegungssystem

- Soforthilfen für den Alltag
- Gelenkwechselbeziehungen zur individuellen Anwendung im Alltag bei Schmerzen und Verletzungen

Fit im Körper mit Bewegungsmoves

- Multidimensionales Ausgleichskonzept
- Gegenbewegungen zu den Belastungsbewegungen des Alltags
- Muskelmoves

Empfehlungen zur Gesundheitsvorsorge Teil 2: Stoffwechsel, Ernährung und Umwelt

- Aktivierungsübungen zur Unterstützung des Stoffwechsels
- Ernährungswissen kompakt für ein besseres Lebensgefühl
- Umweltfaktoren und Ihre Einflüsse

Psychosoziale Gesundheit

- Ressourcentraining
- Soforthilfen für den Alltag
- Aktuelle Version eines Browsers

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung

Webcode:
547GPB

Zeitraum & Ort:	07. März 2024 in Koblenz 13. November 2024 in Koblenz
Dauer:	1 Tag, von 08.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Das eintägige Seminar qualifiziert Verantwortliche in Unternehmen, Behörden und Institutionen für eine rechtskonforme und praxisnahe Planung und Umsetzung einer Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung.

ZIELGRUPPE

Das Seminar richtet sich an:

- Personalverantwortliche (Personalreferenten, Personalleiter)
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit/Sicherheitskräfte
- Qualitätsmanager, Gesundheitsmanager
- Arbeitnehmervertreter (Betriebs- und Personalräte)
- Freie Berater im betrieblichen Gesundheitsmanagement

INHALTE

- Warum überhaupt eine psychische Gefährdungsbeurteilung
- Umsetzung einer psychischen Gefährdungsbeurteilung
- Inhalte einer psychischen Gefährdungsbeurteilung
- Methoden einer psychischen Gefährdungsbeurteilung
- Individueller Spielraum
- Kosten einer psychischen Gefährdungsbeurteilung
- Beispiele aus der Praxis
- Was sonst noch wichtig ist
- Feedbackrunde

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Resilienz im Arbeitsalltag

Webcode:
597ResAllt

Zeitraum & Ort:	19. Februar 2024 in Koblenz 27. August 2024 in Koblenz
Dauer:	1 Tag, von 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

In unserem schnellen und sich ständig wandelnden Umfeld geht es darum, Wege für einen gesunden Umgang mit immer neuen Herausforderungen zu finden. Sie schaffen ein Bewusstsein für die täglichen Anforderungen am Arbeitsplatz und entwickeln Handlungsoptionen für die Erhaltung Ihrer Energie und Arbeitskraft sowie für die nachhaltige Anwendung dieser Strategien in der Praxis.

ZIELGRUPPE

Führungskräfte und MitarbeiterInnen

INHALTE

- Strategien, die eigene Resilienz zu stärken
- Das Arbeitsumfeld resilient gestalten

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

Olivia Kingaby | Telefon 0261 30471-30 | kingaby@ihk-akademie-koblenz.de

Resilienz: Umgang mit Druck und Veränderungen

Webcode:
597Res

Zeitraum & Ort:	11. März 2024 in Koblenz 16. Oktober 2024 in Koblenz
Dauer:	1 Tag, von 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Wie kann es gelingen, in Zeiten ständiger Veränderung und wachsender Arbeitsverdichtung im Beruf gesund und zufrieden zu bleiben und aus den Tiefen des Alltags gestärkt herauszugehen, statt getrieben zu reagieren? Resilienz ist gleichermaßen Elastizität und Widerstandskraft, die uns schwierige Situationen erfolgreich überstehen lässt. Sie befähigt Menschen, flexibel und konstruktiv mit beruflichen und privaten Niederlagen und Rückschlägen umzugehen.

Das alles kann man lernen! Das Resilienz-Training versteht sich als Bewusstseinstaining und wirkt als gezieltes Stressmanagement und Burn-out-Prävention. Sie werden Ihren Achtsamkeitsmuskel trainieren, persönliche Motive, Einstellungen, Bewertungen und Werte fürsorglich annehmen und wohlwollend hinterfragen, sowie einen Weg finden, aus Ihrem Hamsterrad herauszukommen.

ZIELGRUPPE

Mitarbeiter und Führungskräfte, die angesichts von permanenten Veränderungen und steigendem Druck aktiv die eigene innere Kraft und Stärke erkennen, kontinuierlich trainieren und nachhaltig in den Alltag integrieren möchten.

INHALTE

Die Teilnehmer

- stärken Ihre Widerstandsfähigkeit gegen Stress
- finden einen Weg aus dem Hamsterrad und
- verankern sich mit der eigenen Kraft

Sie erwartet ein strukturiertes Trainingsprogramm mit Vortrag und Einzelarbeit.

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

Olivia Kingaby | Telefon 0261 30471-30 | kingaby@ihk-akademie-koblenz.de

Umgang mit psychischen Erkrankungen im betrieblichen Rahmen

Webcode:
547UmpE

Zeitraum & Ort:	10. April 2024 in Koblenz 26. September 2024 in Koblenz
Dauer:	1 Tag, von 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Das eintägige Seminar vermittelt Verantwortlichen in Unternehmen, Behörden und Institutionen Wissen zum besseren Verständnis psychischer Erkrankungen, Möglichkeiten zur adäquaten Reaktion und frühzeitigen Intervention, Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten und den eigenen gesunden Umgang mit sich selbst bei der Unterstützung von Betroffenen.

ZIELGRUPPE

Das Seminar richtet sich an:

- Personalverantwortliche (Personalreferenten, Personalleiter)
- Führungskräfte
- Gesundheitsmanager
- Arbeitnehmervertreter (Betriebs- und Personalräte)
- Interessierte Arbeitgeber und Arbeitnehmer

INHALTE

- Basisinformationen zu psychischen Erkrankungen
- Auswirkungen für Arbeitgeber
- Psychische Erkrankungen näher beleuchtet
- Woran erkenne ich Gefährdungen bei mir und anderen
- Verschiedene Methoden zum passenden Umgang
- Selbstschutz im Umgang mit Gefährdeten
- Beispiele aus der Praxis
- Rechnet sich Prävention?
- Feedbackrunde

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Umgang mit Stress und Belastung

Webcode:
597Belast

Zeitraum & Ort:	06. Mai 2024 in Koblenz 23. September 2024 in Koblenz
Dauer:	1 Tag, von 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr
Preis:	425 € (Umsatzsteuer fällt nicht an)

ZIELE

Im Seminar lernen die Teilnehmer Strategien, die es ihnen ermöglichen ohne schlechtes Gewissen unberechtigte Forderungen abzuwehren und berechnete Forderungen selbstsicher durchzusetzen.

ZIELGRUPPE

Alle interessierten Teilnehmer/-innen

INHALTE

- Standortanalyse: Reflexion über eigene Stärken und Schwächen
- Stressauslöser erkennen und beseitigen
- Die eigene Einstellung zum Stress
- Zeitdiebe als Stress-Auslöser
- Feedback geben und nehmen
- Eigene Grenzen erkennen, würdigen und angemessen kommunizieren
- Nein-Sagen in kurzen Rollenspielsequenzen üben
- Positive Selbstsuggestionen

ABSCHLUSS

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN

Olivia Kingaby | Telefon 0261 30471-30 | kingaby@ihk-akademie-koblenz.de

IHRE ANSPRECHPARTNERIN



Sarah Klemenz-Hidien
Telefon 0261 30471-17
Fax 0261 30471-21

klemenz@ihk-akademie-koblenz.de

IHK-Akademie Koblenz e.V.
Josef-Görres-Platz 19
56068 Koblenz

www.ihk-akademie-koblenz.de

 [facebook.com/
IHKAkademieKoblenz](https://facebook.com/IHKAkademieKoblenz)

 [instagram.com/
ihkademiekoblenz](https://instagram.com/ihkademiekoblenz)

Aus Gründen der Praktikabilität und besseren Lesbarkeit verzichten wir darauf geschlechtergerechte Bezeichnungen zu verwenden. Mit unseren Angeboten sprechen wir alle Menschen gleichermaßen an. Ähnliche bzw. vergleichbare Bildungsangebote finden Sie in Datenbanken im Internet, wie zum Beispiel „WIS“, oder erfragen Sie diese bei den Weiterbildungsberatern der Industrie- und Handelskammer.

IHK-Akademie Koblenz e. V., Vereinsregister Amtsgericht Koblenz VR 5a, Nr.: 3271 | Steuer-Nr.: 22/651/4719/0, vertreten durch den Vorstand: Stefan Munsch, Vorsitzender Vorstand, Dr. Sabine Dyas, Geschäftsführerin

Stand: 12/23, Änderungen vorbehalten

 **Akademie Koblenz**
Ausgezeichnet weiterkommen.