



# GESUNDHEIT

## BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

### Machen Sie den ersten Schritt!

Gerne beraten wir Sie vor Ort und besprechen, wie wir Ihre Mitarbeitenden am besten schulen können. Selbstverständlich ist dieses Beratungsgespräch für Sie kostenlos!

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:

Fon: 02373/94713-0, Mail: [info@vhs-mhb.de](mailto:info@vhs-mhb.de)

### Betriebliches Gesundheitsmanagement

Das durchschnittliche Alter der Beschäftigten steigt stetig weiter an. Je weniger junge Menschen wir als Gesellschaft haben, umso wichtiger ist es, die Älteren im betrieblichen Prozess zu halten. Gesundheit und Vorbeugung arbeits- und altersspezifischer Krankheiten sind die wesentlichen Faktoren für den Erhalt von Arbeitskraft und Motivation. Wir unterstützen Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement durch unsere Angebote im Gesundheitsbereich. Wir haben darin Erfahrung: Jährlich nehmen an unseren ca. 150 Gesundheitskursen knapp 2.000 Menschen teil. Wir verfügen über eine große inhaltliche Bandbreite und decken somit fast alle Gesundheitsbereiche ab. Von Ernährungs-, über Suchtfragestellungen bis hin zu Präventionsangeboten und Ausgleich für körperliche Belastungen. Einen großen Anteil machen unsere körperbezogenen Entspannungsangebote aus. An der Schnittstelle zwischen körperlicher und mentaler Gesundheit sind diese Angebote meist auf Beschäftigte zugeschnitten.

### Erkennen und Vorbeugen

Wenn die Luft raus ist, ist es zu spät. Der Burnout führt zu langfristigen gesundheitlichen Ausfällen und Folgeerkrankungen. Eines der wichtigsten Aufgaben im Betrieb ist daher das frühzeitige Erkennen von Belastungssituationen, die ein normales Maß über einen längeren Zeitraum übersteigen. Wir unterstützen Sie dabei, Burnout-Symptome zu erkennen und richtig zu deuten. Mit unseren Angeboten zur Stressvermeidung, Selbstachtsamkeit und der Stärkung von Resilienz helfen wir Ihren Angestellten, leistungsfähig zu bleiben.



### Kursformate - buchen Sie doch was Sie wollen

Wählen Sie das für Sie passende Angebot aus unserem umfangreichen Programm aus. Wir bieten eine Vielzahl unterschiedlicher Kursformate an. Entscheiden Sie sich für den Kurs, der am besten zu den Bildungsanforderungen Ihrer Mitarbeitenden passt.

Sie benötigen eine spezielle Schulung für sich oder Ihren Betrieb, die vollständig auf Sie und Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist? Auch kein Problem! Nutzen Sie unseren besonderen Service und lassen Sie sich von uns ein individuelles maßgeschneidertes Angebot erstellen. Ihre Bedürfnisse stehen für uns im Mittelpunkt. Die Möglichkeiten sind nahezu unbegrenzt und reichen von Einzelunterricht über Gruppenkurse bis hin zu Job-Shadowing. Was auch immer Sie benötigen, wir machen es möglich.

## UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE

- Jahrzehntelange Erfahrung in der Weiterbildung seit 1974
- Zahlreiche Unternehmenskunden, die seit Jahren auf unsere Kompetenzen vertrauen
- Kein Kursausfallrisiko
- Mit modernster Technik ausgestattete Räumlichkeiten
- Einzel- oder Gruppenunterricht
- Vielzahl unterschiedlicher Kursformate
- Maßgeschneiderte Angebote auf Bestellung
- Ausgezeichnetes Preis-Leistungs-Verhältnis
- hochspezialisierte Dozenten aus ganz Deutschland - eingesetzt wie Sie es brauchen
- Zertifiziert nach DIN ISO und AZAV