Gesundheitszentrum Blütenhof

Von: Weiterbildung zum Gesundheitscoach <gesundheitscoach@gesundheitszentrum-bluetenhof-berlin.de>
Gesendet: Freitag, 16. März 2018 20:41
An: info@weiterbildung-gesundheitscoach.de
Betreff: NEWSLETTER GESUNDHEITSCOACH * Themenschwerpunkt: Gesundheit in die Arbeit bringen: so geht's, Videomitschnitt aus dem Modul, Absolventin Elke Siebold setzt's um, Onlinetrainings in BGM und BGF, Tipp: Onlinekongress zur Rückengesundheit, Termine

NEWSLETTER GESUNDHEITSCOACH

Weiterbildung Gesundheitscoach

Liebe/r Birgit Böhmig,

Wie kann ein Gesundheitscoach "Gesundheit in die Arbeit" bringen? In dieser Ausgabe unseres Newsletters finden Sie Ansätze und Inspirationen zu diesem hoch aktuellen Thema.

Viel Spaß beim Lesen!

INHALTSÜBERSICHT

1. Gesundheit in die Arbeit bringen - **so geht's**
2. **Videoeindrücke aus dem Modul "Gesundheit in die Arbeit bringen"** mit Gina Schöne
3. Absolventin Elke Siebold setzt's um - **Videointerview** zu ihrer Tätigkeit und warum sie unsere Gesundheitscoachweiterbildung empfiehlt.
4. **Die Rücken Fit challenge** - sinnvolle Einbindung zertifizierter Onlineprogramme
5. **Gesundheit als Wirtschaftsfaktor**
   - Video mit Referent Erik Händeler
6. Tipp **Rückenschmerzen** Befreiungskongress
   kostenloser Onlinekongress vom 15. bis 25. März 2018
7. **Termine**
   - nächster Infoabend
   - nächste Schnuppermodule
   - nächste Kursstarts

---

1. Gesundheit in die Arbeit bringen - so geht's

In vielen **großen Unternehmen ist es bereits angekommen**: Die Integration des Gesundheitsaspekts ist Managementaufgabe. Gesundes Führen, gesundheitsförderliche Angebote, eine gesundheitsorientierte Unternehmenskultur, die ihren Mitarbeitern Eigenverantwortung ggf. Flexibilität ermöglicht, trägt zu verstärkter Arbeitszufriedenheit und wirtschaftlichem Erfolg bei.

Viele KMU (kleinst-, kleine und mittlere Unternehmen) stehen bezüglich Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung noch vor einem großen **Fragezeichen**. Und dabei sind in Deutschland **rund 60% der Arbeitnehmer in KMU beschäftigt**...Hier kann ein Gesundheitscoach helfen.

Als erstes sichern Sie sich die **Unterstützung der Geschäftsführung**. Wie Sie für das Thema Gesundheit begeistern, haben Sie ja bei uns gelernt. Dann schauen Sie sich an, was bereits an **Ansätzen vorhanden** ist und was davon auch umgesetzt wird und wo es vielleicht stockt. Sie ermitteln die **Wünsche und Bedarfe der Mitarbeiter** und erfassen, wo künftige **Gesundheitsressourcen und -potentiale** schlummern. Auch hier reden Sie mit jedem auf **Augenhöhe** - mit der/dem FließbandarbeiterIn genauso wie mit der/dem AbteilungsleiterIn. Daraus entwickeln und gestalten Sie **Maßnahmen**: einen Projekttag mit Seminaren, ein Event etc. und achten darauf, dass sich am Ende Angebote herauskristallisieren, die verstetigt werden können. Die Vermittlungs- und Kommunikationsfähigkeiten des Gesundheitscoaches sind hier von zentraler Bedeutung. Um **Nachhaltigkeit** zu sichern, verabreden Sie, wann Sie wiederkommen werden, um auszuwerten, ggf. zu ergänzen und an die aktuelle Situation anzupassen.

Grundsätzlich gibt es nachfolgend für ein Unternehmen (KMU) zwei Wege: zum einen kann es Innovationen und Motivation für den Gesundheitsbereich weiterhin **als externe Dienstleistung einkaufen**.

Und der zweite Weg? Der externe Gesundheitscoach erfasst während seiner Tätigkeit, welche Mitarbeiter für das Thema Gesundheit brennen bzw. darauf neugierig sind und auch die entsprechende Akzeptanz unter den Kollegen genießen. Diese **Mitarbeiter werden selbst zu Gesundheitscoaches ausgebildet** und sind dann in der Lage, durch die in der Qualifizierung durchlaufene Reifung ihrer eigenen Einstellungen und Haltungen, die Voraussetzungen für gesundheitsförderlicheres Arbeiten im Gesamtunternehmen zu entwickeln. So entsteht ein nachhaltiges Gesundheitsmanagement.

---

2. Videoeindrücke aus dem Modul "Gesundheit in die Arbeit bringen" mit Gina Schöne

Gegen Ende der Weiterbildung zum Gesundheitscoach erarbeiten Sie im Modul 12 "Gesundheit in die Arbeit bringen", wie Sie all das Gesundheitsförderliche, was Sie in den letzten Monaten für sich erfasst, erkannt und entwickelt haben, in die Arbeitswelt einbringen können.

Damit Sie sich Bild vom Unterricht verschaffen können, haben wir ein Video mit Eindrücken aus dem letzten Seminar mit Gina Schöne für Sie zusammengestellt.

Zum Video und zu den Inhalten des Moduls Gesundheit in die Arbeit bringen....

---

3. Absolventin Elke Siebold setzt's um - Videointerview zu ihrer Tätigkeit und warum sie unsere Gesundheitscoachweiterbildung empfiehlt

Elke Siebold - Gesundheitscoachabsolventin 2013

Elke Siebold wollte einen Abschluss im Gesundheitswesen. Und das hat wunderbar funktioniert: 2013 hat sie ihre Qualifizierung zum Gesundheitscoach bei uns abgeschlossen. Heute steht Elke Siebold in der Unternehmensberatung MSU für den Gesundheitsbereich - und ist gefragt!

Im Interview berichtet sie über ihre Arbeit und warum sie die Qualifizierung bei uns empfiehlt:

direkt zum Interview (Youtube)...

zu Elke Siebold Gesundheitsmanagement

---

4. Die Rücken Fit challenge - sinnvolle Einbindung zertifizierter Onlineprogramme

Bestreitet ein Unternehmen seine betriebliche Gesundheitsförderung aus eigenen Mitteln, hat es eine große Freiheit bezüglich der Auswahl der Maßnahmen. Sollen die Kosten der Kurse/Maßnahmen durch die gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden, müssen die ausgewählten Kursangebote von der zentralen Leitstelle für Prävention zertifiziert sein. Um eine Wiederholbarkeit durch unterschiedliche Trainer auf annähernd gleichem Niveau zu sichern, wird dabei in der Regel ein sehr enges Gerüst mit wenig Raum für Flexibilität und Individualität angelegt.

Mit dem **Onlinetrainingsprogramm Rücken Fit challenge** steht endlich ein **ganzheitliches Rückentraining** zur Verfügung, das **individuell** auf den einzelnen Menschen angestimmt ist und dennoch von den **gesetzlichen Krankenkassen gefördert** wird. Das Programm lässt sich hervorragend im KMU-Bereich einsetzen. Ablauf, Vorteile und Möglichkeiten finden Sie direkt auf der Seite von RFC-Fitness nach...Uns bleibt zu sagen: **Wir finden's super und empfehlen es gerne!**

---

5. Gesundheit als Wirtschaftsfaktor - Video mit Referent Erik Händeler

Wirtschaftswissenschaftler wie z.B. Erik Händeler gehen davon aus, dass die **Verbesserung von Gesundheit und Sozialverhalten als Wirtschaftsfaktor die nächste übergeordnete Wirtschaftsperiode (i.d.R. ca. 50 Jahre) prägen** werden. Im nachstehenden Vortrag für mitnmang - Initiative für Arbeit 50pluseinem Projekt vom Jobcenter team.arbeit.hamburg legt Erik Händeler seine These sehr überzeugend dar. Das Video ist von 2012. Heute - sechs Jahre später - sind wir bereits mitten in dem entworfenen Szenario.

zum Vortragsvideo (YouTube)

Eine Qualifizierung zum Gesundheitscoach bleibt also auch noch für die nächsten 20 Jahre zukunftsträchtig :)!

---

6. Tipp: Rückenschmerzen Befreiungskongress kostenloser Onlinekogress vom 15. bis 25. März

Gesundheitsinformationen sind im Netz massenhaft zu finden. Aber gut zusammengestellte, vielseitige und verbrauchergerecht aufbereitete Informationen sind immer wieder ein kleines Geschenk. Zum Thema Rückengesundheit hat das der Apotheker Stephan Wiese für Sie übernommen und einen **kostenfreien Onlinekongress** mit namenhaften Experten organisiert. Auftakt war gestern 15. März anlässlich des Tages der Rückengesundheit. Noch **bis zum 25. März** sind täglich zwei Vorträge kostenfrei abrufbar. Sie können jederzeit kostenlos einsteigen. Wer den Kongress verpasst, kann das Gesamtvortragspaket später käuflich erwerben.

Wir empfehlen insbesondere folgende Vorträge

- **Mittwoch 21. März Ramin Waraghai**
  Autor und Entwickler von Die Rücken Fit Challenge spricht über inspirierende Ziele
- **Samstag 24. März Dr. Robert Schleip**
  Der Faszienpapst spricht über die Bedeutung der Faszien für unser Wohlbefinden.

zur Kongressanmeldung bis 25. März...

---

7. Termine

Infoabend Mittwoch 4. April 19.00 Uhr

Am Infoabend wird das Berufsbild Gesundheitscoach vorgestellt und wir beantworten selbstverständlich Ihre Fragen rund um die Weiterbildung.

Informationsabende finden in Berlin regelmäßig **jeden 1. Mittwoch im Monat** in der Praxis im Gartenhaus, Reinhardtstr. 3, Gartenhaus EG rechts statt.

Bitte melden Sie sich ggf. unverbindlich vorab **per Mail oder Telefon T030.28098274 an.**

Die nächsten möglichen Schnuppermodule zum Kennenlernen der Weiterbildung

Sie können **einmalig eines unserer Module auch einzeln und unverbindlich als Schnuppermodul zum Kennenlernen** der Weiterbildung buchen (Honorar 250 Euro). Entscheiden Sie entspannt im Anschluss oder

später, ob der Kurs als Gesamtpaket für Sie in Frage kommt. Für Schnupperinteressenten ist eine Anmeldung im Vorfeld erforderlich.

Die nächsten Möglichkeiten sind:

- am Sa/So 21./22. April *Modul 4 Zivilisationskrankheiten*
  mit Birgit Böhmig

- am Sa/So 19./20. Mai *Modul 5 Gesundheitsberatung*
  mit Stefanie Ackerschott

Die nächsten Kursbeginne

- Der nächste **Tageskurs** beginnt voraussichtlich im **Juni 2018.** Hier werden die Inhalte eines Wochenendmoduls (16 UE + Pausen) auf vier wöchentliche Termine mit je 4 UE + Pausen aufgeteilt. Da wir die **Schulferien berücksichtigen** erstrecken sich die 13 Qualifizierungsmodule ebenfalls **über 15 Monate**. Der Unterricht ist jeweils für **Donnerstagvormittags von 10.00 bis 14.30 Uhr** geplant. Der Kurs startet sobald mindestens 5 verbindliche Anmeldungen vorliegen.
- Der nächste Kurs in **Wochenend**modulen beginnt in Berlin voraussichtlich am **1. September 2018**.

Wir hoffen, dass Inspirierendes für Sie dabei war und wünschen in Nachklang an den Tag der Rückengesundheit Rückgrat und Rückhalt :)!

Birgit Böhmig
und das Gesundheitscoach-Team

Ps. Mehr News zum Blütenhof finden Sie *hier in den Blütenhofnews* :)

Impressum

Birgit Böhmig
Reinhardtstr. 3
Berlin 10117-Berlin-Mitte
Telefon: +493028098274
Telefax:+493028098271
E-Mail: info@gesundheitszentrum-bluetenhof-berlin.de

Handelsregistergericht: [Bitte eintragen]
Handelsregisternummer: [Bitte eintragen]
Umsatzsteuer-ID: 34/234/00074
Wirtschafts-Identifikationsnummer: [Bitte eintragen]
Aufsichtsbehörde: [Bitte eintragen]

Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten möchten, können Sie sich hier abmelden.