

# Gesundheit und wirtschaftlicher Erfolg.

Langfristiger wirtschaftlicher Erfolg braucht ein gesundheitsförderliches Arbeitsumfeld.

Investitionen in betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) sind Investitionen in die Zukunft.

## Betriebliche Gesundheitsförderung – ganzheitlich

Diesbezüglich gilt es, die Gesundheit aller Mitarbeiter und Führungskräfte zu stärken und nachhaltige Verhaltensänderungen zu etablieren.

Bei den Freien Gesundheitsberufen (FG) finden Sie dafür qualifizierte regionale Anbieter mit einem ganzheitlichen und salutogenen Verständnis von Gesundheit.

## Gesundheitskompetenz leicht gemacht

Die in den FG vertretenen Methoden setzen bei der Selbstwahrnehmung der Mitarbeiter an. Körperorientierte Arbeitsweisen und das Beobachten der eigenen Körpersignale verfeinern diese Selbstwahrnehmung. Den Übenden oder Klienten eröffnen sich hierdurch neue Wirkungszusammenhänge – zwischen ihrer Lebens- und Arbeitsweise und ihrem körperlichen und physischen Wohlbefinden. Der Antrieb zur nachhaltigen, positiven Veränderung des Gesundheitsverhaltens entsteht so von innen heraus (intrinsische Motivation).



## Empowerment: Gesundheit nach Maß

Das breite Methodenspektrum der FG lässt sich bedarfsgerecht einsetzen – für Gruppen und Einzelpersonen, themenorientiert und präventiv. Es findet sich immer ein Angebot, das sich ideal in den Arbeitsalltag eines Betriebes integrieren lässt.

### Die Ziele für jeden Einzelnen:

- Stärkung der Grundgesundheit und Resilienz (Widerstandskraft)
- Steigerung der Achtsamkeit und Gelassenheit sich selbst gegenüber und in Kontakten im Arbeitsumfeld (Kunden, Kollegen, usw.)
- Steigerung der Selbstverantwortung und Sensibilität für die eigene Gesundheit
- Integration von Gesundheitsförderung in den (Berufs-) Alltag

### Die Ziele für das Unternehmen:

- Steigerung von Motivation und Leistungsbereitschaft bei den MitarbeiterInnen
- Prävention vor Präsentismus und langen Fehlzeiten
- Arbeits- und Gesundheitsschutz als kontinuierlicher Verbesserungsprozess im Betrieb  
(lt. ArbSchG, zuletzt geändert 5.2.2009)

Gesundheitsförderung im Betrieb lohnt sich!

