



NEW SPIRIT IN UNTERNEHMEN GESUNDHEITSMANAGEMENT

Fachrichtung Burnout-Prävention und Achtsamkeit (Fortbildung)

Ein integriertes Gesamtkonzept mit Meditationstraining



In dieser integrierten Fortbildung werden Sie Grundlagenwissen erwerben, aktive Meditationen kennenlernen und deren stressreduzierende Wirkung erfahren. Der praxisnahe Ansatz fördert Ihre Selbstmanagementkompetenz, sorgt für mehr Gelassenheit - und vor allem - für eine sehr gute innere Balance und Ressourcenaktivierung. Außerdem unterstützt Sie das ganzheitliche Konzept bei der Entwicklung und nachhaltigen Implementierung von Maßnahmen zur Verbesserung der Gesundheitskultur im betrieblichen und gesellschaftlichen Umfeld.

Das zentrale Anliegen der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) ist es, Gesundheitsrisiken zu mindern und Chancen für die Erhaltung und Förderung der Gesundheit zu nutzen bzw. zu erhöhen. In Erweiterung zum gesetzlichen Arbeitsschutz folgt die betriebliche Gesundheitsförderung der Leitfrage „Was erhält gesund.“ Die Themenbereiche Gesundheit, Medizin, Ernährung, Sport, Wellness, Entspannung und Meditation, stehen im Mittelpunkt. Die berufsbegleitende Fortbildung kombiniert **Präsenz- und Selbststudium** miteinander und setzt sich zusammen aus dem **Grundkurs** (5 Tage), dem **Aufbaukurs** (5 x 2 Tage), der **Prüfung** (2 Tage) und begleitendem **Coaching** (3 Stunden)

Zielgruppe: Führungs- und Fachkräfte im Personalwesen, zukünftige Verantwortliche für Gesundheitsförderung (BGF), Eingliederungsmanagement (BEM), Gesundheitsmanagement (BGM) und Prävention, auch in Klein- und Mittelbetrieben (KMU), Trainer, Beraterinnen und Coaches, sowie Mitglieder des Betriebs- und Personalrats gemäß § 37 Abs. 6 BetrVG, §179 Abs. 4 SGB IX, §42 Abs. 5 LPVG NRW und §46 Abs. 6BPersVG.

Lernschwerpunkte und Trainingsinhalte in der Übersicht

Grundkurs (5 Tage)

Philosophie der Zusatzausbildung, Spezialisierung und Kultur der Achtsamkeit
Arbeit 4.0, Digitaler und demografischer Wandel
Burnout versus Achtsamkeit und Stresskompetenz
Strukturen und Akteure im Gesundheitsmanagement
Persönliche Neuorientierung finden, Potenziale und Ressourcen stärken
Rechtliche Rahmenbedingungen, Leitlinien und Prinzipien für BGM
Zwei Säulen: Verhaltensprävention und Gestaltung der Arbeitswelt (Verhältnisprävention)

02.06 - 06.06.2020

Aufbaukurs (5 Module à 2 Tage, jeweils Samstag/Sonntag)

Modul 1 und 2: Burnout-Prävention

Der richtige Umgang mit Belastung und Stress
Screening und Instrumente (HRV-Messungen u.a.)
Das Burnout-Syndrom und seine Folgen
Arbeitsbezogene Krankheiten und Beschwerdebilder

15. und 16.08.2020

Modul 3: Gesundheit als Zukunftsthema in Kommunen und Unternehmen

Schaffung gesunder Lebensbedingungen für Bevölkerungsgruppen und Gesellschaft
Gesundheit in außerbetrieblichen Lebenswelten wie Familie, Kita, Schule u.a.
Chancengerechtigkeit, Diversität und Gleichstellung
Vorbereitung, Analyse, Planung, Umsetzung, Evaluation und Öffentlichkeitsarbeit

03. und 04.10.2020

Modul 4: Gesundheit als betrieblicher und volkswirtschaftlicher Kostenfaktor

Rahmenbedingungen und Finanzierung
Wirtschaftlicher Nutzen von BGF/BGM und Prävention
Wirtschaftlichkeit von Maßnahmen der Gesundheitsförderung (BGF)
Investitionen und Return on Investment

21. und 22.11.2020

Modul 5: Aus der Praxis für die Praxis – Beispiele mit nachhaltiger Wirkung

Meditations- Mental- und Wahrnehmungstraining zur Entwicklung der Achtsamkeit
Entspannungs- und Meditationstraining in der Gesundheits- und Pflegebranche
Installierung und Qualifizierung von Meditations- und Gesundheitswerkstätten, bzw. –zirkel
Das Gesundheitsprogramm MeMa® Letting Go!*

16. und 17.01.2021

*eingetragen beim Deutschen Patent- und Markenamt. Basiert auf einem durch das Niedersächsische Gesundheits- und Sozialministerium als „Gutes Beispiel für die Pflege“ prämiertes Konzept und Projekt.

Lehrkräfte

(Leitung) Dr. rer. pol. Dwariko M. Pfeifer, Dr. med. Jürgen Hettler, Dipl.-Betriebswirt Markus Naujoks und René Domschat (Projektmanager).

Kosten und Finanz

Kursgebühren: 2500,00€ (inklusive Anmelde- und Abschlussgebühr je 50,00€) / Prüfungsgebühr 250,00€ / Einzelcoaching 100,00€ pro Sitzung (Stunde) / Verpflegung 29,00€ pro Kurstag / Unterkunft 55,00€ pro Übernachtung inklusive Frühstück

Alle Preise zzgl. der gesetzlichen MwSt. Monatliche Zahlungsweise auf Anfrage und nach individueller Vereinbarung möglich.

Förderleistungen

Das Land NRW fördert berufliche Weiterbildung mit Zuschüssen bis 500,00€ pro Weiterbildung. www.bildungsscheck.de / www.bildungspraemie.info

Persönliche Information und Beratung

Gern nach Terminabsprache per Mail: dr.dwariko.pfeifer@gmail.com, telefonisch unter der Handy-Nr. 0176 64 25 82 86, oder auch persönlich in der Gezeiten Haus Akademie, Urfelder Straße 221, 50389 Wesseling.

„Manche Inhalte des Lehrgangs beruhen auf uralten Traditionen. Dieses Wissen konnte von vielen Menschen lange nicht genutzt werden. Es fehlte die Hilfestellung bei der praktischen Umsetzung im Alltag und eine unserer Kultur angemessene Vermittlung. Das möchte diese Fortbildung bieten: Altes spirituelles Wissen, Erkenntnisse der modernen Psychologie, Achtsamkeitskompetenz und Impulse für >New Spirit im Unternehmen<.“ (Pfeifer 2019)