

Gesunde Arbeit fördern

Kurzbeschreibung:

Gesunde und motivierte Mitarbeitende tragen zum Erfolg der Zusammenarbeit und Produktivität des Unternehmens bei. Sie sind weniger krank und empfinden weniger Stress. Mit den richtigen Voraussetzungen können Unternehmen zu der körperlichen und psychischen Gesundheit beitragen: Von einem angenehmen Betriebsklima und gesundheitsfördernde Maßnahmen bis hin zur Gestaltung eines gesunden Arbeitsplatzes. Gleichzeitig ist es für Mitarbeitende wichtiger denn je, ihren Arbeitsalltag bewusst zu gestalten und mit kleinen Tricks für ihre Vitalität zu sorgen.

- a) Rundum aktiv und gesund am Arbeitsplatz: Lernen Sie konkrete Übungen zur Entspannung und besseren Beweglichkeit, die Sie einfach im täglichen Arbeitsalltag einbinden und für sich nutzen können.
- b) Gesunde Führung: Erfahren Sie als Führungskraft, wie Sie mit einem gesundheitsbewussten Führungsverhalten bei dem Entgegenwirken von Stress oder Krankheiten Ihre Mitarbeitenden unterstützen können.

Themenschwerpunkt/Fokus (Mehrauswahl möglich):

- Lernstrategien/Arbeitstechniken anwenden
- Innovation im Unternehmen fördern
- Ausbildung und Weiterbildung verbessern
- Wissensmanagement optimieren
- (Digitale) Arbeit und Kommunikation organisieren
- Führungskultur modernisieren

Art der Durchführung:

Online; Präsenz

Dauer:

2 x 4 Stunden

Eingesetzte Lernformen:

Workshops/ Seminare; Individuelle Begleitung; Gruppen- und Partnerarbeiten; Selbstlerneinheiten

Eingesetzte Instrumente:

Lernapplikationen; Kollaborationstools; Skripte/ Folien; Lernvideos/ Filme

Das Angebot richtet sich an:

Zielgruppen:

Aus- und Weiterbildungspersonal, Fachkräfte, Führungskräfte, Personalverantwortliche, Interessenvertretungen/Betriebsräte

Branchen:

Keine Branchenspezifik

Weitere Informationen

[Gesunde Arbeit fördern - Zukunftszentrum Brandenburg](#)

[Zukunftszentrum Brandenburg](#)



Weitere Qualifizierungskonzepte der Regionalen Zukunftszentren finden Sie unter:



www.zentrum-digitale-arbeit.de/toolbox