



**Betriebliche Gesundheitsförderung für das  
Personal in Familienzentren, Kindergärten,  
Kinderhorten und Kindertagesstätten**

**Angebote Ihrer AOK Rheinland/Hamburg**

Wenn man von Gesundheitsförderung im Kindergarten redet, spricht man zumeist von der Gesundheit der Kinder. Seit einigen Jahren rückt das Thema „frühkindliche Gesundheitserziehung“ immer mehr in den Fokus der Aufmerksamkeit. Erzieher/-innen kümmern sich um die gesundheitliche Entwicklung und Erziehung der ihnen anvertrauten Kinder.

Dem Personal in Familienzentren und Kindertagesstätten wird dabei eine Schlüssel-funktion zugewiesen – „es soll dazu befähigt werden, eine persönliche gesundheitsförderliche Haltung zu praktizieren“ (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).

Die körperlichen und seelischen Belastungen der Erzieher/-innen haben in den letzten Jahren zugenommen. Der im letzten Jahr ausgehandelte Tarifvertrag für die Beschäftigten in Kindertagesstätten sieht nicht nur eine bessere Entlohnung vor, sondern plädiert auch für die Initiierung gesundheitsförderlicher Maßnahmen für das Personal.

Wie sieht es mit dem Gesundheitsverständnis und der Gesundheitsförderung der in Kindergärten, Familienzentren und Kindertagesstätten tätigen Mitarbeiter/-innen aus? Wer kümmert sich um die Gesundheit der Beschäftigten?

Mit unserem Beratungsangebot stehen wir allen interessierten Einrichtungen zur Verfügung.

## **Basisangebote**

- Fachliche Beratung durch Präventionsexperten des Instituts für betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH, einem 100-prozentigem Tochterunternehmen der AOK Rheinland/Hamburg
- Ernährungs-, Bewegungs- und Entspannungsfachkräfte stehen für eine kostenlose Beratung zur Verfügung
- Vermittlung von Kontakten, Netzwerken und „Runden Tischen“
- Moderation und Dokumentation eines „Steuerkreis Gesundheit“ auf Träger-ebene oder in der Einrichtung selbst

## Konkrete Beratungs- und Trainingsmaßnahmen

- Erstellung einrichtungsspezifischer Ergonomie-Gutachten im Sinne eines „Ergo-Checks“ für gesundheitsgerechte Arbeitsplätze
- „Rückenfit“ – Training und Coaching am Arbeitsplatz
- Planung, Organisation und Durchführung von „Gesundheits“- / Kompaktseminaren in der Einrichtung oder extern
- Durchführung eines „Gesundheits-Aktionstages“ in der Einrichtung mit medizinischem „Check-Up“ und persönlichen Beratungen im Sinne eines individuellen Gesundheitsprofils
- Einzelberatung in Form einer „Gesundheits“- Sprechstunde bei Übergewicht, Nikotin-, Alkohol- oder Drogenproblemen
- Angebote zur Stressanalyse, Stressbewältigung und Stressvermeidung – Durchführung von Entspannungsangeboten (vom Autogenen Training bis zum Yoga oder Tai Chi)
- Durchführung und Anleitung zu gemeinsamen Bewegungsaktivitäten nach Dienstschluss
- Durchführung einer Gesundheitszirkelarbeit oder einer Arbeitssituationsanalyse ASA PLuS, um Zufriedenheits- und Belastungsaspekte des Arbeitsalltags identifizieren und geeignete Maßnahmen zum Belastungsabbau entwickeln zu können
- Fachberatung, wenn Kommunikationsprobleme innerhalb der Belegschaft vorliegen
- Schulung zu Konfliktlösungen, Motivation und Mitarbeiterführung
- Beratung bei psychischen Störungen für Betroffene und Führungskräfte
- Schulung zum Umgang mit „schwierigen“ Eltern
- Unterstützung bei der Umsetzung des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM)
- Bereitstellung schriftlicher Gesundheitsinformationen



## Was kostet die Investition in die Gesundheit der Belegschaft und was bringt sie?

An vielen Maßnahmen beteiligt sich die AOK Rheinland/Hamburg ganz oder teilweise – vor allem dann, wenn möglichst viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Mitglied der Gesundheitskasse sind.

Ist das nicht der Fall, erhalten Sie vor jeder Maßnahme ein Angebot, das Ihnen die Kosten transparent darstellt.

Maßnahmen zur Gesundheitsförderung unterstützen erfahrungsgemäß das Betriebsklima, fördern die Identifikation mit der eigenen Arbeit und zum Arbeitgeber und tragen maßgeblich zur Arbeitszufriedenheit und zum Wohlbefinden bei.

Zahlreiche Wirtschaftlichkeitsberechnungen haben einen durchschnittlichen „Return of Investment“ (ROI) von 2,4 gegenüber jedem investierten Euro ergeben.

### Interessiert?

Dann wenden Sie sich unverbindlich an Ihre örtliche AOK – Geschäftsstelle und fragen Sie nach Angeboten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung.

Sie können sich auch direkt ans Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH wenden.

Ihre Ansprechpartner sind: Anita Zilliken      Tel. 0221/27180-127  
Gregor Mertens      Tel. 0221/27180-115