

Was ist betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)?

Betriebliches Gesundheitsmanagement umfasst die wichtigen Themen Arbeitsschutz, Eingliederungsmanagement und betriebliche Gesundheitsförderung. Deswegen ist das BGM für die katholische KiTa gGmbH Trier ein wichtiges Anliegen, das auf mehreren Ebenen behandelt wird.

Gemeinsam einsetzen für ein gesundes Arbeitsklima

Seit 2016 hat die katholische KiTa gGmbH Trier eine **BGM-Beauftragte**. Brigitte Reinert unterstützt mit ihrem Fachwissen sowohl ganze KiTa-Teams als auch einzelne Mitarbeiter*innen. Darüber hinaus koordiniert sie die Zusammenarbeit mit unseren Kooperationspartnern.

Der **Steuerkreis BGM** steckt den unternehmensweiten Rahmen für Gesundheitsmaßnahmen. Beteiligt daran sind engagierte Mitarbeiter*innen, Vertretungen der MAV und Gesamtleitungen sowie die Leiterin der Stabsstelle Personalpflege, Sandra Steffens, und die BGM-Beauftragte Brigitte Reinert.

Die selbstverantwortlichen **Arbeitskreise BGM** bestehen ebenfalls aus engagierten Mitarbeiter*innen, MAV-Vertretungen und Gesamtleitungen. Sie agieren auf Ebene der Gesamteinrichtungen, planen konkrete Maßnahmen für Kolleg*innen und erarbeiten Verbesserungsvorschläge für Arbeitsabläufe.

Im Sommer 2022 hat sich darüber hinaus der unternehmensweite **Gesundheitszirkel „Lebensphasen“** unter Mitwirkung der BGM-Beauftragten gegründet. Hier werden neue Angebote organisiert, die den verschiedenen Bedürfnissen der Mitarbeiter*innen in unterschiedlichen Altersgruppen Rechnung tragen.

Unser betriebliches Gesundheitsmanagement Gesundheit gemeinsam gestalten

- Kooperationen mit Krankenkassen & Fitnessstudios
- Theorie & Praxis zur Gesundheitsförderung:
Resilienz, Yoga, Ernährung u.v.m.
- Individuelle Einzelberatungen & Coachings
- Regelmäßige Gesundheitstage

Unsere BGM-Beauftragte Brigitte Reinert hat vielfältige Angebote entwickelt, um Sie und Ihre Gesundheit zu unterstützen. Eine Übersicht finden Sie im Innenteil dieses Flyers.

Sie suchen ein Angebot zu einem noch nicht gelisteten Thema? Geben Sie gerne Bescheid! Geleitet durch Ihre Anregungen und Bedürfnisse entwickeln wir unser BGM-Angebot stetig weiter.

Kontakt

Katholische KiTa gGmbH Trier
BGM-Beauftragte Brigitte Reinert
Jesuitenstraße 13 | 54290 Trier

Fon 0651 999 875-14
brigitte.reinert@kita-ggmbh-trier.de



BGM

Gesundheit gemeinsam gestalten



Unser Betriebliches Gesundheitsmanagement



Die nachfolgenden Angebote können für Team-Tage/Nachmittage/Abende, AG-Einheiten/Tage oder für Oasentage angefordert werden. Zur Terminabsprache wenden Sie sich bitte direkt an unsere BGM-Beauftragte Brigitte Reinert.

Fachvorträge

Körperliche Gesundheit*

- Allergien & Atemwege
- Bluthochdruck
- Diabetes
- Gesunde Ernährung
- Haut
- Immunsystem (Inklusive Long Covid) **NEU!**
- Rheuma & Arthrose

Psychische Gesundheit*

- Resilienz
- Stressbewältigung:
Verschiedene Angebote in Theorie & Praxis
- Gesund älter werden im Beruf:
Wahrnehmung von Veränderungsprozessen, Strategien zur Bewahrung körperlicher und geistig-seelischer Gesundheit und Balance, Veränderung und Stärkung von Ressourcen in Beruf und Alltag

Arbeits- & Organisationsstrategien

- Teambuilding
- Kommunikation
- Konfliktmanagement
- Zeitmanagement

Bewegungsangebote

Rückenschule

- Übungen zur Aktivierung, Stabilisierung und Stärkung der Muskulatur und für ein verbessertes Gleichgewicht

Yoga & Entspannung

- Übungen zur Entspannung und Achtsamkeit sowie gezielte Yogahaltungen und deren Wirkung auf die Gesundheit
Mögliche Ergänzung: Wirkweise des Yoga, Atemübungen

Coachings

Neben Gruppen- und Team-Angeboten sind auch Einzel-Coachings für alle Mitarbeiter*innen der katholischen KiTa gGmbH Trier möglich. Die Beratungen durch unsere BGM-Beauftragte finden in geschütztem Rahmen nach Wunsch in Ihrer Einrichtung, in der Geschäftsstelle in Trier oder telefonisch statt.

Beratung in belastenden Situationen

Temporäre, begleitende Unterstützung bei der Wiedereingliederung

*Die Vorträge dienen der ergänzenden Beratung, insbesondere zu präventiven Maßnahmen, und können keine ärztliche Diagnose und Behandlung ersetzen. Wenden Sie sich bei Symptomen bitte immer an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Lebensphasenorientierte Angebote

Unser BGM bietet darüber hinaus regelmäßig Seminare zu lebensphasenorientierten Themen an

- Resilienz (1-tägig) **NEU!**

Studenttag:

„Endspurt für die letzten Jahre im Beruf“
Auf vielfachen Wunsch jetzt zwei aufeinander aufbauende Termine im Abstand von drei Monaten

Workshop:

- „Im Wechsel“ (Menopause) **NEU!**
1-tägiger Workshop in Zusammenarbeit mit einer Frauenärztin; physische und psychische Veränderungen in der Menopause

Weitere Angebote

Temporäre Unterstützung in den Arbeitskreisen vor Ort

Regelmäßig:

Vorträge und Workshops unserer Kooperationspartner (Gesundheitskassen, Sportstudios, u.a.) zu verschiedenen Gesundheitsthemen

Weitere Informationen sowie aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.kita-ggmbh-trier.de

