

Newsletter

Betriebliche Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe



Ausgabe 05/2011

Sehr geehrte Damen und Herren,

nachfolgend finden Sie die neuesten Informationen rund um die Themen Betriebliche Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe.

Mit freundlichen Grüßen
Ihr BKK Newsletter Team

Unsere Meldungen:

Anmeldefrist für die Teilnahme am Wettbewerb "Deutscher Unternehmenspreis Gesundheit" läuft nur noch wenige Tage!

Mit einem klaren Bekenntnis zur Betrieblichen Gesundheitsförderung bekräftigen Unternehmen und Organisationen, dass sie sich ihrer gesellschaftlichen Verantwortung stellen. Mit der Teilnahme am Wettbewerb stärken Sie ihr Image und das der Region und profitieren von folgenden Vorteilen: Nennung aller Bewerber auf der Wettbewerbsseite des Deutschen Unternehmenspreises Gesundheit, Vorstellung der Preisträger in der Presse, Präsentation der Gewinner im Rahmen der Veranstaltung „Wettbewerbsvorteil Gesundheit“ in Köln. Die Anmeldefrist endet am 15. Juni 2011. Einzelheiten zu den Teilnahmevoraussetzungen und zum Bewerbungsverfahren erfahren Sie hier. [mehr...](#)

In- Gang- Setzer unterstützen erfolgreich die Gründung von Selbsthilfegruppen

Aller Anfang ist schwer, das gilt auch für Selbsthilfegruppen. Eine Fachtagung am 4. Mai in Essen zeigte, dass die Methode der In- Gang- Setzung eine gute Unterstützung für Selbsthilfegruppen in der Startphase ist. Die Hilfe werde besonders von Gruppen bei psychischen Problemen und pflegenden Angehörigen in Anspruch genommen, referierte Projektleiter Andreas Greiwe. Besonders interessierten sich die 90 Tagungsgäste für die eindrücklichen Berichte der ehrenamtlichen In- Gang- Setzer und ihrer hauptamtlichen Kollegen aus den Selbsthilfe- Kontaktstellen über ihre Arbeit. [mehr...](#)

BKK- webTV - TeenBox - Gesundheitstipps für Jugendliche und Teenager

Mit BKK- webTV bietet der BKK- Landesverband NORDWEST ein kostenloses Video- und Medienportal an "... weil gesund bleiben einfach gesünder ist" ist die Quintessenz dieser Webseite: Der Interessierte kann sich durch vielfältige, leicht verständliche Beiträge im Video- oder PDF- Format informieren. Das Spektrum reicht von Vorsorge oder Früherkennung über Fitnesstipps bis hin zu neuen Angeboten für Pflegebedürftige und gesundheitlichen Förderprogrammen für Kinder. Und jeden Monat erweitern wir unser Angebot durch neue und zeitgemäße Beiträge. [mehr...](#)

Neues auf www.bkk-bauchgefuehl.de: Ein „Mehr“ an Infos, Interaktivität & Medien

Spannung, Spiel und vieles mehr –die „bauchgefühl“- Internetseite gleicht einem Überraschungsei. Nichts ist schlimmer als Langeweile und aus diesem Grund lebt die Website von ständiger Veränderung. Einige besondere Highlights, welche die Jugendlichen seit Neuestem erwarten, möchten wir Ihnen gerne vorstellen. [mehr...](#)

Deutsche trinken zehn Liter reinen Alkohol pro Kopf und Jahr.

Nach dem Drogen- und Suchtbericht 2011 der Bundesregierung ist Alkohol mit 1,3 Millionen abhängigen Menschen immer noch das größte Suchtproblem. Der Bericht beschreibt Projekte und Maßnahmen der Drogen- und Suchtpolitik der Bundesregierung von 2009 bis Anfang 2011. Zugleich werden zahlreiche Projekte und Aktivitäten aus Ländern, Gemeinden und Verbänden vorgestellt. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf Präventionsprojekten für Kinder und Jugendliche. Erste Untersuchungen belegen einen Rückgang des regelmäßigen Alkoholkonsums bei Jugendlichen und bestätigen damit die Wirksamkeit gezielter Präventionsmaßnahmen. [mehr...](#)

Tipps für Bücher und andere Medien:

Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Führungskräfte - Schritte zur Stärkung psychischer Gesundheit - für Führungskräfte und Mitarbeiter

Was Führungskräfte tun können, um Umfang und Ursachen psychischer Belastungen zu identifizieren und wie erste erfolgreiche Schritte zur Förderung psychischer Gesundheit im Betrieb aussehen können, beschreibt die jetzt im Rahmen des INQA- Projektes „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt psyGA-

Veranstaltungen & Termine:

06.-08. Juni, Essen - Fortbildung: Gestaltung von gesundheitsorientierten Angeboten für Arbeitslose
[mehr...](#)

8. Juni 2011, München - Fachsymposium Netzwerk gegen Darmkrebs: "Prävention in Unternehmen: Ein Invest mit großer Wirkung!"

Das Netzwerk gegen Darmkrebs organisiert ein Fachsymposium zur betrieblichen Gesundheitsfürsorge. Die kostenlose Veranstaltung richtet sich an Betriebsärzte, Personaler, Geschäftsführer von KMUs und alle die im Gesundheitsmanagement in Unternehmen tätig sind. [mehr...](#)

08. Juni 2011, Berlin - Symposium: BGM in wissenschaftlichen Einrichtungen
[mehr...](#)

17.-18. Juni 2011, Essen - Fortbildung: „BKK Demographieberater“
[mehr...](#)

Vorankündigung zum Videowettbewerb der Initiative „bauchgefühl“

Mitte Juni startet ein bundesweiter Videowettbewerb für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 18 Jahren i. R. der Initiative „bauchgefühl“. Die einzureichenden Videobeiträge sollen sich mit dem Thema Essstörungen auseinandersetzen und der Frage, wie Magersucht, Bulimie und Binge Eating bei Gleichaltrigen vorgebeugt werden kann. Weitere Informationen finden Sie ab Mitte Juni unter www.bkk-bauchgefuehl.de. [mehr...](#)

Terminankündigung: 22. September 2011, Düsseldorf - BKK Selbsthilfe Tag 2011, im Rahmen der REHACare International
[mehr...](#)

17. - 18. November, Dresden - Dresdner Gespräch Gesundheit und Arbeit --- Wurm sucht Fisch - Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung, bei der die Zielgruppe anbeißt
[mehr...](#)

transfer“ erschienene Handlungshilfe für Führungskräfte „Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Führungskräfte“ . [mehr...](#)

Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Beschäftigte

Die praktische Broschüre zum Umgang mit Stress entstand im Rahmen des INQA-Projektes „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“ . Sie beantwortet die Frage, was Beschäftigte persönlich tun können, um die Ursachen psychischer Belastungen am Arbeitsplatz zu erkennen und auszuräumen. Sie bietet Hinweise und Ratschläge zur Stärkung der persönlichen Ressourcen sowie zur Förderung von Motivation und Zufriedenheit im Arbeitsalltag und Privatleben. [mehr...](#)

Befragungsergebnis: Motive und Hemmnisse für BGM

500 Unternehmen des produzierenden Gewerbes mit 50 bis 500 Beschäftigten hat die Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) zu ihren Erfahrungen mit betrieblichem Gesundheitsmanagement befragt. 35% der Unternehmen geben an, dass bei ihnen ein BGM durchgeführt wird. Die Ergebnisse und Empfehlungen daraus sind nun im iga- Report 20 erschienen. [mehr...](#)

PDF - Newsletter- Archiv

Einige der hier aufgeführten Themen und Artikel gibt es nicht in den einzelnen Webseiten sondern nur hier. Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt. Der Newsletter darf gerne weiter empfohlen werden.

Impressum:

BKK Bundesverband, Kronprinzenstrasse 6, 45128 Essen

Redaktion:

Dr. Alfons Schröder, Christoph Schwippert, Brigitte Jürgens- Scholz, Dr. Reinhold Sochert, Dagmar Johannes, Jürgen Wolters.

Ihr persönlicher Ansprechpartner:

Christoph Schwippert Tel. 0201 / 179-1388, Schwippert@teamgesundheit.de

Anmeldefrist für die Teilnahme am Wettbewerb "Deutscher Unternehmenspreis Gesundheit" läuft nur noch wenige Tage!

Mit einem klaren Bekenntnis zur Betrieblichen Gesundheitsförderung bekräftigen Unternehmen und Organisationen, dass sie sich ihrer gesellschaftlichen Verantwortung stellen. Mit der Teilnahme am Wettbewerb stärken Sie ihr Image und das der Region und profitieren von folgenden Vorteilen: Nennung aller Bewerber auf der Wettbewerbsseite des Deutschen Unternehmenspreises Gesundheit, Vorstellung der Preisträger in der Presse, Präsentation der Gewinner im Rahmen der Veranstaltung „Wettbewerbsvorteil Gesundheit“ in Köln. Die Anmeldefrist endet am 15. Juni 2011. Einzelheiten zu den Teilnahmevoraussetzungen und zum Bewerbungsverfahren erfahren Sie hier.

Weiterführende Informationen: [http:// www.deutscher- unternehmenspreis- gesundheit.de/](http://www.deutscher-unternehmenspreis-gesundheit.de/)

In- Gang- Setzer unterstützen erfolgreich die Gründung von Selbsthilfegruppen

Aller Anfang ist schwer, das gilt auch für Selbsthilfegruppen. Eine Fachtagung am 4. Mai in Essen zeigte, dass die Methode der In- Gang- Setzung eine gute Unterstützung für Selbsthilfegruppen in der Startphase ist. Die Hilfe werde besonders von Gruppen bei psychischen Problemen und pflegenden Angehörigen in Anspruch genommen, referierte Projektleiter Andreas Greiwe. Besonders interessierten sich die 90 Tagungsgäste für die eindrücklichen Berichte der ehrenamtlichen In- Gang- Setzer und ihrer hauptamtlichen Kollegen aus den Selbsthilfe- Kontaktstellen über ihre Arbeit.

Weiterführende Informationen: [http:// www.in- gang- setzer.de/](http://www.in-gang-setzer.de/)

BKK- webTV - TeenBox - Gesundheitstipps für Jugendliche und Teenager

Mit BKK- webTV bietet der BKK- Landesverband NORDWEST ein kostenloses Video- und Medienportal an "... weil gesund bleiben einfach gesünder ist" ist die Quintessenz dieser Webseite: Der Interessierte kann sich durch vielfältige, leicht verständliche Beiträge im Video- oder PDF- Format informieren. Das Spektrum reicht von Vorsorge oder Früherkennung über Fitnesstipps bis hin zu neuen Angeboten für Pflegebedürftige und

gesundheitlichen Förderprogrammen für Kinder. Und jeden Monat erweitern wir unser Angebot durch neue und zeitgemäße Beiträge.

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk-webtv.de/rubrik.php?rubrik=19>

Neues auf www.bkk-bauchgefuehl.de: Ein „Mehr“ an Infos, Interaktivität & Medien

Spannung, Spiel und vieles mehr –die „bauchgefühl“ - Internetseite gleicht einem Überraschungsei. Nichts ist schlimmer als Langeweile und aus diesem Grund lebt die Website von ständiger Veränderung. Einige besondere Highlights, welche die Jugendlichen seit Neuestem erwarten, möchten wir Ihnen gerne vorstellen.

Weiterführende Informationen: http://www.bkk-bauchgefuehl.de/schule_fuer_schulen_newsletter_1_2011_neues-website

Deutsche trinken zehn Liter reinen Alkohol pro Kopf und Jahr.

Nach dem Drogen- und Suchtbericht 2011 der Bundesregierung ist Alkohol mit 1,3 Millionen abhängigen Menschen immer noch das größte Suchtproblem. Der Bericht beschreibt Projekte und Maßnahmen der Drogen- und Suchtpolitik der Bundesregierung von 2009 bis Anfang 2011. Zugleich werden zahlreiche Projekte und Aktivitäten aus Ländern, Gemeinden und Verbänden vorgestellt. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf Präventionsprojekten für Kinder und Jugendliche. Erste Untersuchungen belegen einen Rückgang des regelmäßigen Alkoholkonsums bei Jugendlichen und bestätigen damit die Wirksamkeit gezielter Präventionsmaßnahmen.

Weiterführende Informationen: <http://www.drogenbeauftragte.de/presse/pressemitteilungen/2011-02/drogen-und-suchtbericht-2011.html>

Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Führungskräfte - Schritte zur Stärkung psychischer Gesundheit - für Führungskräfte und Mitarbeiter

Was Führungskräfte tun können, um Umfang und Ursachen psychischer Belastungen zu identifizieren und wie erste erfolgreiche Schritte zur Förderung psychischer Gesundheit im Betrieb aussehen können, beschreibt die jetzt im Rahmen des INQA- Projektes „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt psyGA- transfer“ erschienene Handlungshilfe für Führungskräfte „Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Führungskräfte“.

Die Broschüre ist kostenlos zu bestellen unter gesundheitsmedien@bkk-bv.de. Ab 5 Broschüren fallen 1 Euro pro Broschüre und Portokosten an. Download:

Weiterführende Informationen: http://www.dnbgf.de/fileadmin/texte/Downloads/uploads/dokumente/psyGA/psyGA-web_HH-Fuehrungskraefte_web.pdf

Kein Stress mit dem Stress: Eine Handlungshilfe für Beschäftigte

Die praktische Broschüre zum Umgang mit Stress entstand im Rahmen des INQA- Projektes „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“. Sie beantwortet die Frage, was Beschäftigte persönlich tun können, um die Ursachen psychischer Belastungen am Arbeitsplatz zu erkennen und auszuräumen. Sie bietet Hinweise und Ratschläge zur Stärkung der persönlichen Ressourcen sowie zur Förderung von Motivation und Zufriedenheit im Arbeitsalltag und Privatleben.

Weiterführende Informationen: http://www.dnbgf.de/fileadmin/texte/Downloads/uploads/dokumente/2010/HH-Beschaefigte_BKK_final.pdf

Befragungsergebnis: Motive und Hemmnisse für BGM

500 Unternehmen des produzierenden Gewerbes mit 50 bis 500 Beschäftigten hat die Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) zu ihren Erfahrungen mit betrieblichem Gesundheitsmanagement befragt. 35% der Unternehmen geben an, dass bei ihnen ein BGM durchgeführt wird. Die Ergebnisse und

Empfehlungen daraus sind nun im IGA-Report 20 erschienen.

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/veroeffentlichungen/iga-reporte/iga-report-20.html>

06.-08. Juni, Essen - Fortbildung: Gestaltung von gesundheitsorientierten Angeboten für Arbeitslose

Weiterführende Informationen: http://www.dnbgf.de/fileadmin/texte/Downloads/uploads/dokumente/2011/Fortbildung_Gesundheitsorientierung_2011.pdf

8. Juni 2011, München - Fachsymposium Netzwerk gegen Darmkrebs: "Prävention in Unternehmen: Ein Invest mit großer Wirkung!"

Das Netzwerk gegen Darmkrebs organisiert ein Fachsymposium zur betrieblichen Gesundheitsfürsorge. Die kostenlose Veranstaltung richtet sich an Betriebsärzte, Personal, Geschäftsführer von KMUs und alle die im Gesundheitsmanagement in Unternehmen tätig sind.

Weiterführende Informationen: <http://www.unternehmen-gegen-darmkrebs.de/fachsymposium-betriebliche-gesundheitsfuersorge/index.php>

08. Juni 2011, Berlin - Symposium: BGM in wissenschaftlichen Einrichtungen

Weiterführende Informationen: <http://www.dnbgf.de/fileadmin/texte/Downloads/uploads/dokumente/2011/BGM.WISS.WEB.pdf>

17.-18. Juni 2011, Essen - Fortbildung: „BKK Demographieberater“

Weiterführende Informationen: http://www.teamgesundheit.de/fileadmin/templates/img/Praev_GF/Demografie/Anmeldeformular_Demografieberater_Essen_2011_01.pdf

Vorankündigung zum Videowettbewerb der Initiative „bauchgefühl“

Mitte Juni startet ein bundesweiter Videowettbewerb für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 18 Jahren i. R. der Initiative „bauchgefühl“. Die einzureichenden Videobeiträge sollen sich mit dem Thema Essstörungen auseinandersetzen und der Frage, wie Magersucht, Bulimie und Binge Eating bei Gleichaltrigen vorgebeugt werden kann. Weitere Informationen finden Sie ab Mitte Juni unter www.bkk-bauchgefuehl.de.

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk-bauchgefuehl.de/>

Terminankündigung: 22. September 2011, Düsseldorf - BKK Selbsthilfe Tag 2011, im Rahmen der REHACare International

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/versicherte/selbsthilfe/veranstaltungen/>

17. - 18. November, Dresden - Dresdner Gespräch Gesundheit und Arbeit --- Wurm sucht Fisch - Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung, bei der die Zielgruppe anbeißt

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/veranstaltungen-und-ausstellungen.html>