

Gesunde Wirtschaft

1

Für Unternehmen von 0 bis 10 MitarbeiterInnen

Zielgruppe: UnternehmerInnen

Workshop I - Persönliches Gesundheitsmanagement

*Bewegung, Ernährung, Motivation, Regeneration
Steigerung des persönlichen Gesundheitsbewusstseins und der
Gesundheitskompetenz*

Umfang: 1 Tag

Workshop II – Zeit – und Selbstmanagement

*Verbesserung des persönlichen Selbst- und Zeitmanagements,
Work-Life Balance, Stresskompetenz, Kommunikation*

Umfang: 1 Tag

Kleingruppencoaching

| | |
|---|----------------|
| Preis Modul I | € 140,- |
| <u>abzgl. SVA-Gesundheitshunderter*</u> | <u>€ 100,-</u> |
| | € 40,- |

**Info zu SVA-Gesundheitshunderter, <http://www.sva.or.at/FIT>
(Der 100,- kann einmalig genutzt werden)*



Das Projekt ist aus Mitteln des Fondus Gesundes Österreich gefördert

Gesundheitstag

>>> für Menschen in Unternehmen

Information, Beratung & Gesundheitschecks zur Verbesserung des persönlichen Gesundheitsverhaltens sowie Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz

Medicalzone:

Gesundheitsstrasse (Hörtests, Sehtests ..)
Gesundheits-Checks
Messen von Blutdruck, Blutzucker, Fettwerte

Activzone:

Muskelfunktionsstrasse
Koordinationstests
Herz-Kreislaufstests
Körperfettmessung
Rückentipps

Relaxzone:

Biofeedback –Stresstest
Chair-Massage
Shiatsu-Schnuppern

Infozone:

Gesundheitsvorträge
Impulse zu: Gesunder Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung,
Arbeitsplatzgestaltung

Genusszone

Vitale Snacks

Ort: Stadthalle Fürstenfeld

Datum: in Abstimmung mit teilnehmenden Betrieben

Preis: kostenlos bzw. geringer Unkostenbeitrag für kostenaufwändigere Einzeluntersuchungen !



Das Projekt ist aus Mitteln des Fondus Gesundes Österreich gefördert

Gesundheitsstammtische

>>> für Führungskräfte, Mitarbeiter, Projektleiter

Experten - Input und Erfahrungsaustausch
6 Abende 2,5 Stunden

>>> **Themenauswahl**

Aspekte der psychosozialen Gesundheit

Stressmanagement
Burn-Out Prävention
Work-life Balance

Ernährung & Bewegung

Gesunde Ernährung am Arbeitsplatz
Gesunder Rücken – Ergonomie am Arbeitsplatz

Betriebliche Gesundheits-Förderung als Führungsaufgabe

Healthy Leadership - gesunde Führung
Konfliktmanagement
Gesunde Unternehmenskultur

Positive Arbeitsplatzgestaltung

Material, Form, Farbe, Licht, Elektrobiologie, Systemische Abläufe

Betriebswirtschaftliche Relevanz von betrieblicher Gesundheitsförderung

Fehlzeiten, - und Krankenstandsmanagement
Kennzahlen der Betrieblichen Gesundheits-Förderung
Organisationsentwicklung

Preis: kostenlos !



Das Projekt ist aus Mitteln des Fondus Geundes Österreich gefördert

Netzwerk

Vorträge, Kurse, Seminare für **MitarbeiterInnen** im Unternehmens **Netzwerk** *Gesunde Wirtschaft* zu spezifischen Themen der Gesundheitsförderung.

Themenwahl und Ausmaß der Angebote erfolgt nach Interesse und den Ergebnissen aus den Projekten der teilnehmenden Unternehmen

Organisation & Konzeption für das Netzwerk Gesunde Wirtschaft erfolgen im Rahmen des Projektes.

Preis: kostenlos bzw. geringe Unkostenbeiträge für die Durchführung

Fact Finding

Exkursion zur SKF Austria AG nach Steyr www.skf.at

Der Name **SKF** steht für **S**chwedische **K**ugellager **F**abriken. Die SKF Österreich AG in Steyr ist eine Tochter des schwedischen SKF AB Konzerns, dem weltweit führenden Anbieter von Produkten, Systemlösungen und Serviceleistungen der Geschäftsplattformen Wälzlager/-einheiten, Dichtungen, Mechatronik, Schmiersysteme und Dienstleistungen. Obwohl SKF AB an die 100 Produktionsstandorte auf allen Kontinenten verfügt, gehört die Produktionsdivision der SKF Österreich AG zu den produktivsten und innovativsten Standorten weltweit.

OHSAS 18001

14 Standorte der SKF Gruppe erlangten mit 28.06.2005 die Zertifizierung des Gesundheits- und Sicherheitsmanagementsystem nach [OHSAS 18001](http://www.ohsas.com).

Die SKF Österreich AG verfügt somit über ein integriertes EHS - Managementsystem für Umwelt (Environment), Gesundheit (Health) und Arbeitssicherheit (Safety).

Herbst 2006

Organisation & Konzeption für das Netzwerk Gesunde Wirtschaft erfolgen im Rahmen des Projektes.

Preis: kostenlos bzw. Unkostenbeitrag für Fahrtkosten



Das Projekt ist aus Mitteln des Fondus Gesundes Österreich gefördert

Gesunde Wirtschaft



Das Projekt ist aus Mitteln des Fond Geusndes Östereich gefördert