

# Workshops am 27. April 2013 in Raum 12

Workshop  
Prof. Dr. Bernd Fittkau  
14.00 - 15.15 h

Workshop  
Dorothee Remmler- Bellen und Jan Lehmann  
16.50 - 18.00 h



### Workshop: Die weichen Faktoren der Führung – Gesundheits-Förderer in Betrieben Prof. Dr. Bernd Fittkau // 14.00 - 15.15 h

Seit 40 Jahren trainieren wir Führungskräfte, wie sie die „Weichen Faktoren“ (Vertrauen, Kommunikation, Team- und Eigenentwicklung) in ihrem Führungsalltag realisieren können, damit in ihrer Unternehmenskultur die Verbindung von Produktivität und Menschlichkeit gefördert wird. Unerwartete Hilfe haben wir von den Vertretern der harten Faktoren erhalten, den McKinseys, mit ihrer Erkenntnis: „Weich ist hart“ (Peters/Waterman).

Diese Erkenntnis hat aus meiner Sicht nichts an Aktualität verloren: Angesichts des gestiegenen Anforderungsdrucks reagieren die Mitarbeiter verstärkt mit psychischen Belastungsstörungen. Die Kosten für die Betroffenen und Betriebe sind (durch die Produktivitätsausfälle, Verschlechterung der Unternehmenskultur und für unser Gesundheitssystem) erheblich. Wie können Führungskräfte in ihrer täglichen Kooperation mit

ihren Mitarbeitern durch Betonung der „Weichen Faktoren“ die „Salutogenese-Bedingungen“ (Verstehbarkeit-Handbarkeit-Sinnhaftigkeit) verbessern? Oder bleibt uns angesichts des steigenden Wettbewerbsdrucks, des herrschenden Erfolgs-, Eigennutz- und Gier-Treibers „Finanzgewinn“, der Informationsüberflutung durch technische Medien und schwindender zwischenmenschlicher Kommunikation und den sich verschärfenden Krisensymptomen ... nur ein fatalistisches Mitschwimmen und der Rückzug ins Private?

Im Workshop sollen die Teilnehmer bezogen auf ihr eigenes betriebliches Umfeld die praktischen Möglichkeiten ausloten und sich austauschen, wie sie zukünftig noch mehr als „Gesundheitsförderer“ für sich und ihre Mitarbeiter tätig werden können.



### Workshop: Gesunde Lehrer – gesunde Schulen – gelingende Bildungsprozesse Dorothee Remmler- Bellen und Jan Lehmann // 16.50 - 18.00 h

Eine ganz besondere Art von Betrieben sind Schulen. Deshalb brauchen sie ein maßgeschneidertes Gesundheitsmanagement. Dies gilt grundsätzlich für alle Organisationen, also auch für Stadtverwaltungen und andere Behörden.

Am Beispiel von Schulen wird aufgezeigt, wie Gesundheit sich entwickeln kann, bei allen am Bildungsprozess Beteiligten und der gesamten Organisation. Das betrifft einerseits natürlich die Lehrkräfte, insbesondere auch die Schulleitung, das betrifft die Schüler und Eltern, aber ebenso auch den Hausmeister und die Schulsekretärin. Gesundheitsentwicklung umfasst ne-

ben Maßnahmen der Verhaltensprävention insbesondere auch die Verhältnisprävention. Um dies alles umzusetzen und nachhaltig zu gestalten ist es hilfreich, wenn Schulen professionelle Begleitung und Unterstützung in Anspruch nehmen.

Der Workshop gibt hierzu sowohl Informationen, wie auch praktische Beispiele und lädt zum Mitmachen und Ausprobieren ein.

- Damit wir vom Wissen ins Handeln kommen.
- Damit Gesundheit sich entwickeln kann.
- Damit Bildung begeistern und gelingen kann.

## Nutzen Sie die Möglichkeit der Kartenvorbestellung!

Wenn Sie das Programm des 12. Deutschen Präventologen-Kongresses überzeugt hat, dann nutzen Sie die Möglichkeit sich schon heute anzumelden. Für Ihre Anmeldung steht Ihnen die **Online-Kartenbestellung** zur Verfügung.

So tätigen Sie Ihre Kartenbestellung: Sie besuchen unsere Internetseite **www.praeventologen-kongress.de** und nehmen Ihre Kartenbestellung im Bereich Besucherservice unter Anmeldung / Tickets vor, indem Sie das Anmeldeformular digital ausfüllen und abschicken. Vorteil: Alle Angaben sind lesbar und können so schneller verarbeitet werden. Die Rechnung kann automatisch generiert werden.

Anmerkungen/Teilnahmebedingungen: Nach getätigter Kartenbestellung erhalten Sie die entsprechende(n) Eintrittskarte(n) zum Ausdrucken und eine Bestätigung/Rechnung mit ausgewiesener MwSt.. Mit Ihrer Bestellung geben Sie Ihre Einwilligung, dass wir Sie zukünftig per Email oder per Post bzgl. unserer Veranstaltungen kontaktieren dürfen. Die uns gegebene Einwilligung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. **Eine Rückgabe bzw. ein Umtausch von bestellten Eintrittskarten ist ausgeschlossen. Ein Besuch der Veranstaltungen ist nur dann möglich, wenn der Zahlungseingang auf dem Konto der amiando AG spätestens bis zum 19. April 2013 erfolgt ist.**

## Öffnungszeiten:

**Sa, 27. April 2013: 9.30 – 18.00 h**

CCD. Congress Center Düsseldorf  
Eingang Stadthalle (Messegelände)  
Rotterdammer Str.148  
40474 Düsseldorf  
(gegenüber von Parkplatz P5)

## Eintrittspreise:

**Kongresskarte im Online-Vorverkauf: 50,- € zzgl. 1,- € VVK-Gebühr  
Kongresskarte vor Ort: 65,- €**

www.praeventologen-kongress.de

## 12. Deutscher Präventologen- Kongress



# Gesunde Betriebe – Gesunde Mitarbeiter



## Der 12. Deutsche Präventologen-Kongress für Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten und Ernährungsberater



Der 12. Deutsche Präventologen-Kongress bietet Ihnen Informationen und Handlungsanleitungen zu einem besonders aktuellen Thema: Es geht um das Gesunde Wirtschaften.

Belegschaften in Unternehmen sind heute durchschnittlich zehn Jahre älter als früher. Die Belastungen in der Arbeitswelt nehmen zu. In den letzten sieben Jahren sind die Fehltagewegen Burn-out um das Zwanzigfache gestiegen. Die häufigsten psychischen Erkrankungen sind Angststörungen und Depressionen. Viele Menschen müssen trotz chronischer Krankheit ihren Beruf erfüllen. Zukunftsorientierte Betriebe investieren heute in die Gesundheit ihrer Belegschaft. Das deutsche Erfolgsmodell der „Sozialen Marktwirtschaft“ wird als „Gesunde Marktwirtschaft“ neu gestaltet. Gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schaffen mit ihrem Einsatz gesunde Unternehmen und wirtschaftlicher Erfolg hängt zunehmend von der Pflege des Humankapitals ab. Erfolgreiche Firmen kümmern sich daher um die Gesundheit ihrer Beschäftigten. Insbesondere auch für kleine und mittelständische Unternehmen wird ein wirksames betriebliches Gesundheitsmanagement immer wichtiger.

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement eröffnet eine klassische Win-Win-Situation: Die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer erhalten bessere Arbeitsbedingungen, sind zufriedener und daher leistungsfähiger. Die Unternehmen erreichen und binden kompetente Leistungsträger, fördern dadurch ihre Produktivität und erzielen grö-

ßere Gewinne. Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit der Beschäftigten ist mit dem Angebot von Yogakursen oder Rückenschulen allein nicht zu bekommen. Eine umfassende Sorge um die Gesundheit von Mitarbeitern und Betrieb verlangt nach schlüssigen Konzepten, die den ganzen Menschen erreichen. Wirksame Handlungsprogramme der Gesundheitsförderung betrachten den Menschen, seine Arbeitsbedingungen, seine Lebensgewohnheiten und seine natürliche wie soziale Umwelt als Einheit. Präventologinnen und Präventologen praktizieren eine wissenschaftlich fundierte Prävention. Ihr nachhaltiges betriebliches Gesundheitsmanagement ergänzt und optimiert die vorhandenen und bisher gewohnten Maßnahmen des Gesundheitsschutzes in den Unternehmen.

Der 12. Deutsche Präventologen-Kongress zeigt Ihnen, wie Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Praxis gelingt. Sie treffen auf Fachleute, die Ihnen helfen, Ihre eigenen Ziele zu verwirklichen. Prävention und Gesundheitsförderung eröffnen vielen Menschen auch neue berufliche Perspektiven. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und Ihre Beteiligung. Es erwartet Sie ein anspruchsvolles Programm und eine kreative Gemeinschaft von Menschen, die mit Ihnen zusammen wirksam werden wollen.

Ihr Dr. med. Ellis Huber



## CAM 2013 –

Europäische Fachmesse für komplementäre und alternative Medizin

Auf der CAM präsentieren sich am **27. April 2013** wieder rund 200 Aussteller mit ihren Produkten und Dienstleistungen aus allen Bereichen der Naturheilkunde und Alternativmedizin. Seit 30 Jahren findet die große Fachmesse mit deutschen und ausländischen Ausstellern in den Räumen des Congress Center Düsseldorf statt. Zum sechsten Mal unter dem Namen: CAM. Diese 3 Buchstaben stehen international für eine Fachmesse für komplementäre und alternative Medizin. Die CAM ist der Treffpunkt aller interessierten Ärzte und Therapeuten, die sich einen aktuellen Überblick über Neuheiten, innovative Lösungen und Verfahren verschaffen möchten. Alle wichtigen Anbieter – von Akupunktur über Labordiagnostik, von Medizintechnik, Nahrungsergänzung über Pharmazie bis hin zu Praxisbedarf – finden Sie auf der CAM 2013 in Düsseldorf.

**Die Eintrittskarte für den 12. Deutschen Präventologen-Kongress berechtigt zum Besuch der Industrieausstellung CAM und des messebegleitenden Vortragsprogrammes des Deutschen Heilpraktikertages – mit Ausnahme der DHT-Workshops.**

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

**www.cam-expo.eu,  
www.heilpraktikertag.de**



Eröffnungsveranstaltung in Raum 14 9.30 – 11.00 h	Vortrag Dr. Rolf Simon 11.00 - 11.40 h	Vortrag Christine Stehling und Anett Wöhler 11.40 - 12.15 h	Pause 12.15 - 12.30 h	Vortrag Gabriele und Gerhard Naumer 12.30 - 13.15 h	Mittagspause 12.50 - 13.50 h	Workshop Prof. Dr. Bernd Fittkau 14.00 - 15.15 h	Pause 15.15 - 15.30 h	Vortrag Peter Elster 15.30 -16.10 h	Vortrag Dr. Ellis Huber 16.20 - 16.50 h	Workshop Dorothee Remmler-Bellen und Jan Lehmann 16.50 - 18.00 h
---	--	--	--------------------------	--	---------------------------------	--	--------------------------	---	---	---

Das Programm im Überblick:

Samstag, 27. April 2013	
09.30 - 11.00 h Raum 14	Begrüßung / Eröffnung des Kongresses <i>Peter Abels, Dr. Ellis Huber und Ulrich Sümper</i>
11.00 - 11.40 h	<b>Vortrag:</b> <i>Dr. Rolf Simon</i> Stress und Arbeit - Wege zur betrieblichen Stressbewältigung
11.40 - 12.15 h	<b>Vortrag:</b> <i>Christine Stehling und Anett Wöhler</i> „Gesundheit und Lebenskompetenz“ für Mitarbeiter und Führungskräfte
12.15 - 12.30 h	<a href="#">Pause – Besuch der CAM 2013</a>
12.30 - 13.15 h	<b>Vortrag:</b> <i>Gabriele und Gerhard Naumer</i> Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) - der ganzheitliche Ansatz, eine Unternehmensphilosophie?
13.15 - 14.00 h	<a href="#">Mittagspause – Besuch der CAM 2013</a>
14.00 - 15.15 h	<b>Workshop:</b> <i>Prof. Dr. Bernd Fittkau</i> Die weichen Faktoren der Führung – Gesundheits-Förderer in Betrieben
15.15 - 15.30 h	<a href="#">Pause – Besuch der CAM 2013</a>
15.30 - 16.10 h	<b>Vortrag:</b> <i>Peter Elster</i> Der Darm - ein entscheidender Faktor für die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit des Menschen
16.20 - 16.50 h	<b>Vortrag:</b> <i>Dr. Ellis Huber</i> Gesunde Organisationen
16.50 - 18.00 h	<b>Workshop:</b> <i>Dorothee Remmler-Bellen und Jan Lehmann</i> Gesunde Lehrer – gesunde Schulen – gelingende Bildungsprozesse

**Für die Informationen am Stand der Präventologen im Foyer F21 werden zur Verfügung stehen:**

Die Präventologinnen Silvia Becker, Sandra Krogoll und Martina Salinger-Rost für Fragen zum Studium und zum GLK

Gabriele und Gerhard Naumer für Anfragen zum BGM - Betriebspräventologen

Dorothee Remmler- Bellen und Jan Lehmann für Anfragen zum GLK und Schulpräventologen

Begrüßung/Eröffnung:

CAM 2013 und 12. Deutscher Präventologen-Kongress in Raum 14

*Eröffnung mit der Ministerin für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalens Barbara Steffens und Peter Abels, Dr. Ellis Huber, sowie Ulrich Sümper // 09.30 - 11.00 h*

**Motto: „Gesunde Betriebe – Gesunde Mitarbeiter“**



Vorträge im Überblick:

Moderation Martina Rios MA



Stress und Arbeit - Wege zur betrieblichen Stressbewältigung  
*Dr. Rolf Simon // 11.00 - 11.40 h*

In der Europäischen Union ist arbeitsbedingter Stress nach Rückenschmerzen das zweithäufigste arbeitsbedingte Gesundheitsproblem. Rund 28% der Beschäftigten der EU sind betroffen. Arbeitsbedingter Stress entsteht durch psychische Überforderungen der Beschäftigten. Die Anzeichen für arbeitsbedingten Stress bei Mitarbeitern sind vielfältig.

Betriebliche Stressbewältigung

- Verhältnisprävention – wo und wie immer möglich durchführen
- Verhaltensprävention – am schnellsten und kostengünstigsten wirksam



„Gesundheit und Lebenskompetenz“ für Mitarbeiter und Führungskräfte  
*Christine Stehling und Anett Wöhler // 11.40 - 12.15 h*

Welches Unternehmen möchte nicht gesunde, motivierte und leistungsstarke Mitarbeiter ? Das Training Gesundheit und Lebenskompetenz, welches im Jahre 2011 vom Berufsverband ins Leben gerufen wurde, zielt genau darauf ab. Dies hat auch die Jury des Deutschen Wellness Verbandes, der führenden Organisation für die Wellnessbewegung in Europa, erkannt und das Training mit dem Innovation Award 2012 als bestes Gesundheitskonzept ausgezeichnet.

Anett Wöhler und Christine Stehling sind geprüfte Präventologinnen und zertifizierte Trainerinnen für das Training „Gesundheit und Lebenskompetenz“. Sie berichten von ihren Erfahrungen in Unternehmen, beginnend bei der Akquise, über die Trainingseinheiten bis hin zu den positiven Auswirkungen auf die Mitarbeiter

Ein Beispiel einer Verhaltensprävention wird dargestellt: Großer Autohändler 300 Mitarbeiter. Zeitaufwand: 1 Wochenende Training der Führung des Unternehmens, dann 3 x 4 Stunden Training für die Mitarbeiter: am Tag 1 4h, nach 6 Wochen 4h, nach 1 Jahr 4h. Ergebnis: Betriebsklima äußerst positiv verändert, alle Mitarbeiter autonom in puncto Stressbewältigung. Wesentliches zeit- und kostensparendes Umsetzungstool war ein Selbstlernprogramm zur Stressbewältigung.

und die vorteilhaften Aspekte für das gesamte Unternehmen.

Kernziel des Trainings ist die Aktivierung der eigenen Gesundheitsressourcen sowie Wiederentdeckung, Mobilisierung und Stärkung der Gesundheit und Lebenskompetenzen. Die daraus resultierende Lebensfreude führt zu einem gesteigerten Wohlbefinden der Mitarbeiter und trägt damit auch zu einem besseren Arbeitsklima bei. Denn alles was man mit Freude tut, gelingt noch mal so gut.



Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) - der ganzheitliche Ansatz, eine Unternehmensphilosophie?  
*Gabriele und Gerhard Naumer // 12.30 - 13.15 h*

Es gibt viele Meinungen über die Abgrenzungen und die Inhalte von BGM. Für die einen ist es nur einfach die Rückenschule, für andere wiederum ein ganzheitlicher Ansatz für Unternehmen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in ihrem täglichen Tun und Handeln im betrieblichen Umfeld mit einer Kultur der Achtsamkeit im Unternehmen zu begegnen.

Für ein Unternehmen ist BGM eine Unternehmensstrategie, mit einer ganzheitlichen Denk- und Betrachtungsweise, die das Wohlbefinden der Mitarbeiter in den Mittelpunkt stellt und dessen Wirken und Handeln fördert, fordert und wertschätzt. BGM sieht den Mitarbeiter als Erfolgsfaktor und nicht als Kostenfaktor. Es ist eine Investition in die Gesundheit der Mitarbeiter, denn wer in die Gesundheit seiner Mitarbeiter investiert, investiert in die Wettbewerbsfähigkeit und Zukunft seines Unternehmens. Gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind leistungsfähiger,



Der Darm - ein entscheidender Faktor für die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit des Menschen  
*Peter Elster // 15.30 - 16.10 h*

Im Berufsleben spielt die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit eine große Rolle und ist notwendig um die heutigen Anforderungen zu erfüllen. Zum Einen ist dies auch hilfreich, wenn man Karriere machen will, denn da ist es absolut notwendig um die zusätzlichen Anstrengungen umsetzen zu können. In der Allgemeinheit wird die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit oft mit Fitness gleichgesetzt, was durch Sport und Fitnesscenter

Gesunde Organisationen  
*Dr. Ellis Huber // 16.20 - 16.50 h*

Was macht uns krank? Was hält uns gesund?

Am Übergang von der Industrie- zur Informationsgesellschaft setzt sich eine neue Organisationskultur durch. Der Mensch mit seinen kreativen Fähigkeiten gerät ins Zentrum der Produktionsverhältnisse. Arbeitsteilige und hierarchische Produktionsweisen werden heute durch autonome und flexible Gruppenarbeit ersetzt. Die Produktivität von sozialen Systemen mit ihrer Fähigkeit zur Selbstorganisation und zur lernenden Anpassung an sich ständig wandelnde Anforderungen übertrifft die Ergebnisse der alten Fließbandarbeit und die lernende Organisation wird zum Inbegriff der Veränderungen im Arbeitsleben.

Qualitative Produktinnovationen und der Wert des Humankapitals

belastbarer und motivierter.

Wer positives leistet, ist zufrieden, psychisch ausgeglichen und fördert ein Betriebsklima, in dem sich ein Unternehmen erfolgreich entwickeln kann.

Aufgrund des steigenden Rentenalters, derzeit auf 67 Jahre, nimmt der Wert der Gesundheitsförderung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Arbeitsleben und darüber hinaus zu. Kennzahlen zur Verfolgung und Entwicklung von weichen Faktoren gegenüber harten Faktoren sind deshalb zu entwickeln und in die Zahlenwelt des Controllings einzubinden. Damit kann der „Return of Invest“ auch im Humankapital nachgewiesen werden. Als wichtige Person ihres Unternehmens können Sie diese Ressource mit einem ganzheitlichen Ansatz aktiv fördern und einen wettbewerbsstarken Erfolgsfaktor schaffen.

erreicht wird. Allerdings wird dabei vergessen, dass der Bauch denkt und das Hirn lenkt. Eine hohe körperliche oder geistige Leistung ist ohne einen gut funktionierenden Darm unmöglich. Im Vortrag werden die entsprechenden Zusammenhänge erklärt und Möglichkeiten aufgezeigt, wie durch einen optimalen Darm das Leistungsvermögen ohne zusätzlichen Aufwand erhöht und gehalten wird.

lösen quantitative Wachstumsprozesse und die Bedeutung der materiellen Güter ab. Zwischen Mensch und Technik entsteht dabei ein neues Verhältnis und der damit verknüpfte kulturelle Wandel verändert auch die Gesundheitsversorgung. Krankheit wird künftig nicht mehr als Defekt einer Körpermaschine gesehen, sondern sehr viel mehr als Zeichen von Beziehungsstörungen. Die Erkenntnis setzt sich durch, dass gute Beziehungen heilen und die Sorge um gute Beziehungen in einem Unternehmen wird zur wichtigen Aufgabe für die Führungskräfte. Betriebliches Gesundheitsmanagement ist also Bestandteil der Wertschöpfungsprozesse für erfolgreiche Unternehmen und Organisationen. Investitionen in die Gesundheit von Mitarbeitern stärken die Produktivkraft und bestimmen über den Erfolg auf den Zukunftsmärkten.