



## Betriebliche Gesundheitsförderung Führung

# Gesund führen – Das Kombi-Angebot für Führungskräfte

Führungskräfte werden in der Betrieblichen Gesundheitsförderung zunehmend als **zentrale Akteure** identifiziert, die erheblichen Einfluss auf die **Gesundheit, Arbeitszufriedenheit und Motivation** ihrer Mitarbeitenden haben. Ihr Kommunikations- und Führungsstil sowie die Gestaltung der Beziehung im Team wirken sich unmittelbar auf die Arbeitsverhältnisse aus. Das Kombi-Angebot „Gesund führen“ richtet sich an Unternehmen, die **im Rahmen des BGM-Projektes** Veränderungsprozesse gezielt über die Führungsebene unterstützen möchten. Durch die Kombination von **Präsenz- und Online-modulen** ist es **flexibel in den Arbeitsalltag integrierbar** und wirkt **besonders effektiv**, da das erlernte Verhalten parallel in der Praxis erprobt werden kann.

### Inhalte:

- Grundlagen gesundheitsgerechter Führung
- Vermittlung von Kernkompetenzen in 6 Modulen:
  1. Ich als Unterstützer
  2. Ich als Zuhörer
  3. Ich als Feedbackgeber
  4. Ich als Gestalter
  5. Ich als Vorbild
  6. Ich im Gleichgewicht

### Zielsetzung:

- Beitrag zur Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Führungskultur
- Reflexion und Umsetzung von Handlungsstrategien einer gesunden Führung im betrieblichen Alltag
- Stärkung des persönlichen Gesundheitsverhaltens und der Vorbildfunktion als Führungskraft

### Zielgruppe:

Unternehmen, die ihre Führungskräfte systematisch hinsichtlich gesundheitsgerechter Führung weiterentwickeln möchten

### Referierende:

Fachkräfte für Betriebliches Gesundheitsmanagement der AOK Niedersachsen

### Dauer:

3 Workshops in Präsenz (je 3 Stunden)  
1 Online-Tool (2 Stunden)

### Ort:

Im eigenen Unternehmen

### Organisatorisches:

6-15 Personen



### Kontakt:

AOK – Die Gesundheitskasse  
für Niedersachsen  
Unternehmensbereich BGM  
Herrenstraße 9  
30159 Hannover

### Telefon:

0511 1676 - 16188 oder  
0441 93641 - 16187  
Wir beraten Sie gern persönlich.

✉ [angebot.bgm@nds.aok.de](mailto:angebot.bgm@nds.aok.de)  
🌐 [aok.de/arbeitgeber/nds](http://aok.de/arbeitgeber/nds)

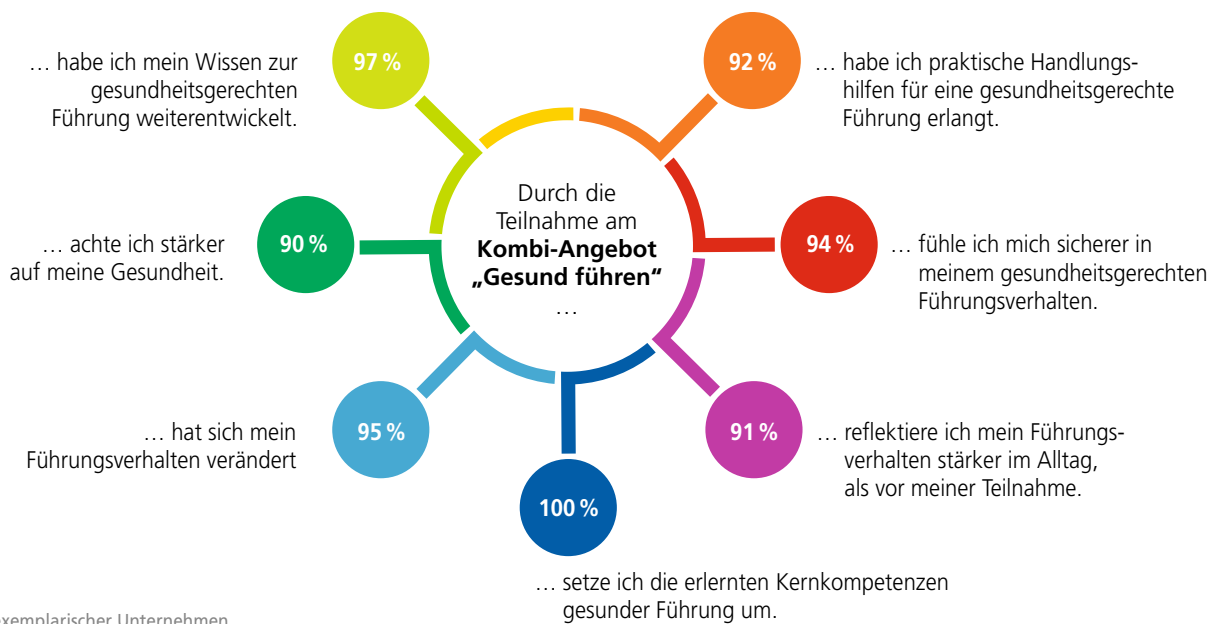
Bitte wenden. →

Wir machen Niedersachsen gesünder

# Das sagen Führungskräfte über das AOK Kombi-Angebot „Gesund führen“

Mit dem Programm „Gesund führen – Das Kombi-Angebot für Führungskräfte“ werden die Vorteile einer onlinebasierten Wissensvermittlung mit den Vorteilen von Präsenzterminen **erfolgreich verknüpft**. Durch die Abwechslung von Selbstlern- und Reflexionsphasen kann das neu erlernte Wissen **mit den Arbeitsprozessen verzahnt** und ein **direkter Praxisbezug** hergestellt werden.

Eine **Weiterempfehlung von 97%** durch Führungskräfte, die das Programm absolviert haben, spricht für den Erfolg.



Ergebnis exemplarischer Unternehmen mit 57 Teilnehmenden, N=29

- Reflexionsmöglichkeit
- Viele neue Ansätze
- Zeit- und ortsflexibel
- Einfaches Handling
- Hilfreiche Downloads
- Praxisbezogene Fallbeispiele
- Handlungsanstoß
- Praxisnähe
- Austausch und Offenheit