

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

PFLEGE

Der demographische Wandel macht in Zukunft ein Umdenken in der Pflegebranche notwendig, denn die Anzahl der pflegebedürftigen Menschen steigt stetig. Zudem leidet die Branche seit Jahren unter erheblichem Fachkräftemangel.

Die Pflege benötigt daher motivierte, gut ausgebildete und allzeit verlässliche Arbeitskräfte. Die häufigsten Arbeitsunfähigkeitsfälle sind durch Muskel-Skelett-Erkrankungen, Stress und psychische Belastungen begründet. Um diesen entgegen wirken zu können, sind Kenntnisse und Strategien zur Bewältigung erforderlich.

Check-Ups
 Körperfettanalyse
 Fußdruckmessung
 Balance-Check
 Smoke-Check
 Wirbelsäulenmessung mit MediMouse® und CMS Pro®

Rückengerechter Transfer in der Pflege
 gesundes Bewegungsverhalten erlernen
 Transfer mit gezielten Handgriffen

Ergonomisches Bewegen und Arbeiten
 Rückengesundheit am Arbeitsplatz
 Schulungen von ergonomischen Arbeitsweisen

Ergonomieführerschein
 Tagesseminar für Auszubildende
 den Arbeitsalltag bewältigen und Belastungen minimieren

Schnupperangebote
 Bewegung
 Ernährung
 Entspannung

Stressprävention
 „Alles beginnt im Kopf...“
 „Tune-In“ statt „Burn-Out“
 Körper und Geist in Balance

Besser essen - gesünder leben
 Fit durch Tag und Nacht
 ShoppingCoach
 Gewohnheitsanalyse

Gesunde Kommunikation als Basis des Erfolgs
 Teamorientierung

Gesundheit braucht Führung
 Kompetenzvermittlung für einen gesundheitsfördernden Führungsstil

Mehr Infos erhalten Sie von Ihrem AOK-Gesundheitscoach

oder unter der kostenfreien Service-Hotline für Firmenkunden **0800 226 5354** oder im Internet unter www.aok-business.de/sachsen-anhalt.