





## Gesundheitszirkel für Mitarbeitende

- ✓ Gesundheit und Gesundheitsverständnis
- ✓ Belastungs- und Ressourcenanalyse
- ✓ Gesundheitsförderliche Maßnahmen



-  Mitarbeitende
-  Analyse
-  Ganzer Tag
-  Präsenz, Digital
-  Workshop

Der Gesundheitszirkel ist eine zeitlich befristete Arbeitsgruppe bestehend aus Mitarbeitenden. Innerhalb des Gesundheitszirkels werden mithilfe der Erfahrungen der Beschäftigten gesundheitsschädigende Belastungen identifiziert sowie darauf aufbauend gesundheitsförderliche Lösungen erarbeitet.

Die Mitarbeitenden werden als Expertinnen und Experten ihrer Arbeit aktiv mit einbezogen. Es gibt zwei Varianten (Basis und Premium), die sich in ihrer Dauer unterscheiden.

## Ziele des Gesundheitszirkels

- ✓ Vermittlung eines Gesundheitsverständnis
- ✓ Identifizierung von Belastungen
- ✓ Ausarbeitung von gesundheitsförderlichen Maßnahmen
- ✓ Schaffung von Akzeptanz gegenüber Gesundheitsmaßnahmen
- ✓ Aufbau eines Verantwortungsbewusstseins



Der Workshop ist für **6-15 Teilnehmende** konzipiert und dauert entweder **5 Stunden (Basis)** oder **3x3 Stunden (Premium)**.

## Benötigt wird:

### In Präsenz:

Ein Raum mit Beamer, FlipChart, Pinnwand und Moderationskoffer.

### Digital:

Ein digitaler Meeting-Raum und ein digitales Endgerät je Teilnehmenden.

