



## **Praxisbezogene Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung**

**„Der Aufbau von Handlungskompetenz zum Selbstmanagement ist die unabdingbare Grundvoraussetzung für eine nachhaltig positive Beeinflussung des individuellen Gesundheitsverhaltens.“**

Seit 1987 bietet SKOLAMED unterschiedliche Maßnahmen in Form von Seminaren, Vorträgen, Gesundheitstagen / -wochen für alle Branchen, Unternehmensgrößen, Mitarbeiterebenen und Zielgruppen an.

Alle Maßnahmen folgen der Prämisse, dass Gesundheit die wesentliche Voraussetzung für Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft darstellt. Deshalb richten sich die Maßnahmen zum Nutzen der Unternehmen daran aus, über eine systematische und nachhaltige, positive Beeinflussung des individuellen Gesundheitsverhaltens, die Grundvoraussetzung für eine ausgewogene Work – Life – Balance zu schaffen. Die Auswertung von mehr als 1000 Maßnahmen zeigt, dass eine zielgruppenspezifische Konzeption eine wesentliche Voraussetzung für die positive Beeinflussung des individuellen Gesundheitsverhaltens darstellt.

Im Rahmen des Vortrages soll zunächst dargestellt werden, in welcher Form Zielgruppen bezüglich der Konzeption von Gesundheitsförderungsmaßnahmen festgelegt werden können. Die Gegenüberstellung des Herzinfarktrisikos bei unterschiedlichen Berufsgruppen wird hierbei beispielhaft herangezogen.

Exemplarisch werden zielgruppenspezifische Konzepte der betrieblichen Gesundheitsförderung dargestellt und hinsichtlich praxisnaher Fragestellungen wie Planung, Durchführung und Möglichkeiten der Evaluation beleuchtet.

---

### **Björn Schlüter**

Jahrgang 1965, Studium der Sportwissenschaften, Biologie und Pädagogik. Langjährige Tätigkeit als Berater und Trainer, seit 1998 SKOLAMED Gesundheitscoach. Derzeitige Funktion: Leitung SKOLAMED Akademie

Arbeitsschwerpunkte: Steuerung der Kernprozesse eines betrieblichen Gesundheitsmanagements. Konzeption, Durchführung und Evaluation von Präventionsmaßnahmen im Rahmen eines ganzheitlichen Gesundheitsmanagements, Gesundheitscoaching, Gruppen-/Personal-Coaching.

---