

## Einladung

Krankheitsbedingte Ausfälle verursachen Kosten in Milliardenhöhe. Dabei gibt es viele effektive Möglichkeiten, um Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu steigern – und das ohne großen Aufwand und Kosten. Obendrein fördern diese Maßnahmen auch die Motivation im Betrieb.

Wir laden alle Interessierten – Geschäftsführung, Personalverantwortliche, Betriebs- und Personalräte u. A. – zum ersten Gesundheitstag der IHK Siegen ein:

Lernen Sie viele Ansätze und Anregungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) kennen: Von Einstiegsangeboten bis zum allumfassenden betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM), für jedes Unternehmen ist etwas dabei. Darüber informieren sowohl Gesundheitsexperten als auch Verantwortliche aus der Praxis.

Nutzen Sie die Angebote des IHK-Gesundheitstages. Denn auch für Sie ist „Gesundheit im Betrieb“ wichtig!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



## Kontakt / Anfahrt

### Industrie- und Handelskammer Siegen

Dagmar Gierse

Koblenzer Str. 121

Telefon 0271 | 3302-204

E-Mail: [dagmar.gierse@siegen.ihk.de](mailto:dagmar.gierse@siegen.ihk.de)

Internet: [www.ihk-siegen.de](http://www.ihk-siegen.de)

Bitte melden Sie sich bis zum **14. Oktober** unter <http://www.ihkumfrage.de/gesundheitstag> zur Veranstaltung und zu den Workshops an.



## IHK-Gesundheitstag

### Gesundheit im Betrieb

Mittwoch, 26. Oktober 2016

9:00 – 16:30 Uhr

IHK Siegen | Bernhard-Weiss-Saal

Koblenzer Str. 121 | 57072 Siegen



## Programm

9:00 Uhr **Begrüßung / Impulsvortrag (BWS)**  
 „Von der Ausgleichsübung zum ganzheitlichen BGM – darauf kommt es an“ – Prof. Dr. Bernhard Allmann (Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement)

9:50 Uhr **Vortragsblock 1 (BWS)**  
**Workshop 1 (S5)**

10.45 Uhr **Netzwerken / Café**

11:15 Uhr **Best-Practice-Beispiele (BWS)**  
 eks Engel GmbH & Co. KG,  
 Viega GmbH & Co. KG,  
 Dornseifer Personalmanagement GmbH  
**Workshop 2 (S5)**

11:45 Uhr **Mittagsbuffet**

12:45 Uhr **Vortragsblock 2 (BWS)**  
**Workshop 3 (S5)**

13:45 Uhr **Best-Practice-Beispiele (BWS)**  
 Brühl GmbH  
 Ejoy GmbH & Co. KG,  
 Diakonie in Südwestfalen gGmbH

14:00 Uhr **Workshop 4 (S5)**

14:15 Uhr **Netzwerken / Café**

14:45 Uhr **Vortragsblock 3 (BWS)**

15:30 Uhr **Workshop 5 (S5)**

BWS – Bernhard-Weiss-Saal

S5 – Seminarraum 5

Moderation: Britt Lorenzen (Synergie, Dortmund)

## Programm

**Vortragsblock 1** (jeweils 15 Minuten) Start: 9:50 Uhr

- Gesundes Führen – Dr. Till Walter (St. Marien-Krankenhaus / Marien Präventionszentrum)
- Hauberg oder Gesundheitstraining? Effektive Maßnahmen der BGF – Uwe Steingraber (T1 Gesundheitszentrum e. K.)
- Berufliche Reha – Ralph Peya (Resolve gGmbH / Integrationsfachdienst)

**Vortragsblock 2** (jeweils 15 Minuten) Start: 12:45 Uhr

- Wie bringt ein Unternehmen seine Mitarbeiter zur Bewegung? – Martin Hoffmann (:anlauf Siegen)
- Sucht im Arbeitsalltag – Heinz-Willi Lahme (Johannesbad Kliniken Fredeburg gGmbH)
- Demenz betrifft Familie und Betrieb – Birgitt Braun (Demenz-Servicezentrum Region Südwestfalen im Caritasverband Siegen-Wittgenstein e.V.)

**Vortragsblock 3** (jeweils 15 Minuten) Start: 14.45 Uhr

- Firmenservice der gesetzl. Rentenversicherung – Sabine Giesselbach (Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See)
- Psychische Belastungen am Arbeitsplatz – Andrea Faller (AMZ Arbeitsmedizinisches Zentrum Siegen e. V.)
- Iss doch endlich mal normal! – Was tun bei Ess-Störungen? – Ingrid Hamel-Weber (LaVie gGmbH)

**Frische Smoothies am Aktionsstand  
 der BARMER GEK**

## Programm

**Teilnehmerzahlen der Workshops sind begrenzt – bitte melden Sie sich rechtzeitig an.**

**Workshop 1** (9:50 – 10:50 Uhr)

Move your business – Michael Herbst (NEVIO Healthcare GmbH)

**Workshop 2** (11:15 – 12:15 Uhr)

Stressmanagement: Einladung zum Handeln – Heike Siepermann (IKK classic)

**Workshop 3** (12:45 – 13:45 Uhr)

Mehr Gesundheit im Unternehmen – So steigen Sie ein! – Martina Becker (IHK Trier)

**Workshop 4** (14:00 – 15:00 Uhr)

Ein gesunder Rücken kann entzücken – Heike Hinn (DAK)

**Workshop 5** (15:30 – 16:30 Uhr)

Fastfood „mal anders“ – schnell und gesund – Guido Berg (Kleine Kochschule)

**Informationsstand der regionalen  
 Krankenkassen im Foyer:**

AOK

BARMER GEK

DAK

IKK classic

KNAPPSCHAFT

Techniker Krankenkasse