



## Ihr Weg zu uns

### Anreise & Kontakt



#### Gesundheitszentrum Federsee

Zum Gesundheitszentrum Federsee zählen die Schlossklinik, die Federseeklinik, die Adelindis Therme mit Thermenhotel und medizinischem Trainingszentrum sowie ein Tagungs- und Veranstaltungshaus mit Gastronomiebetrieb.

#### Moor-Heilbad Buchau gGmbH

Am Kurpark 1  
88422 Bad Buchau  
Tel. 07582 800-1086  
Fax 07582 800-1667  
h.knyrim@gzf.de  
www.gzf.de



Stand: 15.02.2019, Änderungen vorbehalten.



## BGM im Überblick

Wir erarbeiten gemeinsam mit Ihnen **Gesundheitsseminare**.

- Führungskräfte-seminare zum Thema Gesundheit
- Gesundheits-Workshops
- Impulstage Gesundheit

Wir bringen Ihnen das Thema **Ernährung** näher.

- Kochkurs „After Work“
- Lehrkochen (gemeinsames Kochen in der Gruppe)
- Ernährungsanalysen
- Stoffwechsellangepasste Kostformen

Gerne unterstützen wir Sie mit **Vorträgen** wie z.B.:

- Stress (z.B. Resilienz, Gesund leben durch oder trotz Arbeit)
- Bewegung (z.B. Medikament des 21. Jahrhunderts, Training richtig)
- Ernährung (z.B. Ernährung im Job)

Falls Sie **Beratung** für die Implementierung von Gesundheitsmaßnahmen oder des BGM benötigen, unterstützen wir diesen Prozess gerne.

- Analyse und Bedarfsermittlung für das betriebliche Gesundheitsmanagement innerhalb von Betrieben
- Aufbau und Unterstützung bei BEM (betriebliches Eingliederungsmanagement)



Sehr geehrte Damen und Herren,

sich wandelnde Arbeitsbedingungen in Zeiten von Globalisierung, demographischer Veränderungen und Wettbewerbsdruck spüren vielleicht auch Sie in Ihrem Unternehmen.

Rückenschmerzen, Stress, psychische Erkrankungen und damit verbundene Fehlzeiten gehören immer mehr zu den Herausforderungen, mit welchen Unternehmen umgehen müssen. Um solche Aufgabenstellungen zu bewältigen, kann ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement als Unternehmensstrategie ein zielführendes Tool sein.

Wie die Bausteine für ein solches aussehen können, zeigen wir Ihnen in diesem Flyer. Unser BGM-Haus stellt unser ganzheitliches Portfolio dar, mit welchem wir Sie und Ihr Unternehmen „gesund und fit“ für die Zukunft machen wollen. Gerne berate ich Sie in einem persönlichen Gespräch.

Unser BGM-Haus

Betriebliches Gesundheitsmanagement im Gesundheitszentrum Federsee		
9   Beratung	8   Vorträge	7   Ernährung
6   Gesundheitsseminare	5   BETSI	4   Gewaltprävention 
3   Präventivmedizinischer Check-up	2   Gesundheitstage	1   Gesundheitsförderung

Wir führen **Gesundheitsförderung** nach § 20 SGB V durch.

- Rücken-Fit
- Aqua-Fit
- Nordic Walking
- Sling Training

Gerne unterstützen wir Sie bei Ihren **Gesundheitstagen**

- inhaltlich und fachlich
- mit Personal
- bei uns oder in Ihrer Firma




**Dr. Harald Knyrim**  
Leiter Betriebliches Gesundheitsmanagement

Wir bieten Ihnen und Ihren Mitarbeitern **Präventivmedizinische Check-ups** an:

- Ausführliche ärztliche Anamnese
- Ausführliches Labor
- Ruhe- und Belastungs-EKG
- Farbdopplerechokardiographie
- Spiroergometrie

Gemeinsam mit unserem Partner **EXperts for TRaining** unterstützen wir Sie beim Thema **Gewaltprävention**.

- Gefahrenerkennung und Gefahrenvermeidung
- Theoretische Hintergründe (z.B. Ursachen von Gewalt)
- Deeskalierende Gesprächsführung in kritischen Situationen
- Verhalten in Konfliktsituationen/Verhalten, wenn eine Deeskalation nicht mehr möglich ist
- Täter-Opfer-Zusammenhänge
- Vermittlung rechtlicher Grundlagen (Handlungsgrenzen und -spielräume)
- Realistische Selbstverteidigung

Wir sind anerkannt für **BETSI**:

Eine Präventionsmaßnahme der Deutschen Rentenversicherung (Kostenträger) für die Indikationen Rücken, Übergewicht und Psyche.