

Unser Service aus dem betrieblichen Gesundheitsmanagement

- Arbeitsplatzanalyse
- Gesundheitskurse
- Seminare zur Stressbewältigung
- Betriebliches Eingliederungsmanagement
- Ernährungsberatung
- kostenfreies Mineralwasser
- Aktion „Jobrad“
- Mitmach-Videos über Youtube

AB SOFORT NEU:

► Beratungs-Hotline:

0800/2802805

► Selbstverteidigungskurse

Betriebliches Gesundheitsmanagement und Personalentwicklung der AWO Sozialmanagement gGmbH Saale-Orla-Kreis

Ihre Ansprechpartnerin:
Doina Skupin

Schlettweiner Steig 5
07381 Pöbneck

Telefon: 03647/425934
personalentwicklung@awo-sok.de



awo-sok.de



facebook.com/
awosok



instagram.com/
awopoessneck



YouTube-
Kanal

awo-sok.de

03/2022

Dieser Flyer wurde CO₂-neutral auf 100% Altpapier gedruckt.
DER UMWELT ZULIEBE ♥



AWO Sozialmanagement gGmbH
Saale-Orla-Kreis



Das betriebliche Gesundheitsmanagement der AWO im Saale-Orla-Kreis

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen. Wir wollen Sie dabei unterstützen, bewusst zur Förderung Ihrer individuellen Gesundheit beizutragen und uns für gesundheitsfördernde Bedingungen an Ihrem Arbeitsplatz einsetzen.
Nutzen Sie unsere vielfältigen Angebote!

Gesundheitskurse

In unseren AWO Praxisgemeinschaften in Bad Lobenstein und Pößneck bieten wir ein vielfältiges Bewegungsangebot in Form von Kursen. Diese fördern Ihre Gesundheit und schenken Ihnen Spaß an der Bewegung.

Das Angebot reicht von Rückenschule, über Yoga, Rückenfitness am Gerät, Pilates, Autogenem Training, Nordic Walking bis hin zu Aquafitness.

Auf Anfrage und bei ausreichender Teilnehmerzahl können die meisten Kurse auch in den Einrichtungen durchgeführt werden.

Seminare zur Stressbewältigung

Diese Seminare finden in Kooperation mit Antje Pommer, Trainerin für Stressmanagement, statt. Gewinnen Sie durch die Workshops neue Ideen zum Thema Stressbewältigung, Achtsamkeit mit sich selbst und Resilienz.

Arbeitsplatzanalyse

Die längste Zeit des Tages verbringen die meisten Menschen am Arbeitsplatz. Deshalb ist es uns ein besonderes Anliegen, durch gezielte Begehungen und Analysen Ihren Arbeitsplatz ergonomisch zu gestalten und Sie mit allen notwendigen Arbeitsmitteln auszustatten.



Ernährungsberatung

Über eine Kooperation mit dem Reformeck Pößneck haben Sie die Möglichkeit, an Ernährungskursen teilzunehmen. Die Kurse finden in den Räumen des Reformecks statt. Dort erfahren Sie Interessantes zum Thema gesunde und ausgewogene Ernährung.

Aktion „JobRad“

Sie fahren gern Fahrrad und wollen aktiv sein? Dann suchen Sie sich Ihr Wunschrad/E-Bike beim „JobRad“-zertifizierten Händler aus.

Der Händler erstellt Ihnen ein Angebot und berät Sie über die Kaufabwicklung.

Ihr Arbeitgeber leaset das Fahrrad für Sie und überlässt es Ihnen zur beruflichen und privaten Nutzung.

Betriebliches Eingliederungsmanagement

Das Ziel des BEM ist es, die Arbeitsunfähigkeit von langfristig erkrankten Mitarbeitenden zu überwinden und einer erneuten Arbeitsunfähigkeit vorzubeugen. Dabei wird mit Hilfe der/des BEM-Beauftragten nach einer individuellen Lösung für jeden einzelnen Mitarbeitenden gesucht.



Mitmach-Videos über Youtube

Für alle, die sich sportlich betätigen wollen, bieten wir über unseren Youtube-Kanal „AWO Saale Orla Kreis“ kleine Videos zum Mitmachen an.



Beratungs-Hotline für alle Lebensphasen

Suchen Sie oder Ihre Angehörigen Rat oder benötigen Sie Hilfe in einer Lebensphase? Melden Sie sich per E-Mail oder telefonisch bei unserem Partner „Insite“ und holen Sie sich rund um die Uhr – 24 h/365 Tage im Jahr – fachlichen Rat. Das Beratungsangebot beinhaltet Leistungen sowohl im beruflichen, als auch im privaten Bereich z. B. Hilfe bei Arbeitsbelastung/Krisen, Kindererziehung, Trennung, Sucht, Depression, Facharztsuche uvm.

▶▶ HOTLINE: 0800/2802805

Selbstverteidigungskurse

Lernen Sie durch gezieltes Training sich selbstbewusster und sicherer im Privaten und in der Arbeitswelt zu verhalten. Trainieren Sie mit John Kallenbach und seinem Team.

Die Kurse finden ab September 2022, jeweils 5x eine Stunde in der Turnhalle am Schillerplatz Pößneck statt.

