

zusammen. tun.

Diakonie Hasenberg



zusammen. gesundbleiben.

**MIT UNS AKTIV.**

Betriebliches Gesundheitsmanagement  
in der Diakonie Hasenberg

Gesundheit bedeutet nicht nur, keine Beschwerden zu haben, sondern sich in Körper und Seele rundum wohlfühlen.

Deshalb fördern und erhalten wir in der Diakonie Hasenberg nicht nur die Gesundheit unserer Mitarbeitenden. Wir wollen sogar noch ein Stückchen weitergehen, indem wir die Arbeitsumgebung und die Arbeitsplätze gesundheitsförderlich gestalten und einen bunten Strauß an Angeboten für alle Mitarbeitenden binden, von Gesundheitskursen über Workshops, Gesundheitstagen und weiteren Anreizen. Wir verstehen das Gesundheitsmanagement kontinuierlich weiterentwickeln.

**Lassen Sie uns zusammen.gesundbleiben!**

## Unsere Ziele

**Wir möchten** die Gesundheit aller Kolleg\*innen stärken und ihr Wohlbefinden – am Arbeitsplatz und auch im Privatleben – verbessern.

**Wir möchten** zu verschiedenen Gesundheitsthemen informieren, wachrütteln und motivieren, sich selbst etwas Gutes zu tun und auf die eigene Gesundheit zu achten.

**Wir möchten** Tipps und Tricks an die Hand geben, die die Bedeutung eines gesunden Arbeits-Alltags immer wieder bewusst machen und sich mit etwas Übung leicht umsetzen lassen.

**Wir möchten** neue Erkenntnisse der Gesundheitsförderung zur Verfügung stellen und in sämtliche Prozesse innerhalb der Diakonie Hasenberg integrieren. Es ist eine wichtige Aufgabe Gesundheitsrisiken für alle Mitarbeitenden zu erkennen und zu minimieren.

**Wir stellen verschiedene Angebote für die Gesundheit bereit und bauen diese immer weiter aus.**

# Der Arbeitskreis Betriebliches Gesundheitsmanagement

Wir wissen, dass ein gesundes Arbeits- und Sozialklima unsere Mitarbeitenden nicht nur motiviert und inspiriert, sondern auch ganz konkret zum Erfolg der Diakonie HasenbergI beiträgt: Fühlen wir uns an unserem Arbeitsplatz wohl und finden wir dort Anerkennung, arbeiten wir engagierter und sind leistungsfähiger. Ein vertrauensvolles Miteinander, kurze Entscheidungswege und eine kooperative Führungskultur liegen uns deshalb am Herzen. Und ganz besonders: Die Gesundheit aller Kolleg\*innen.

Der Arbeitskreis Betriebliches Gesundheitsmanagement kommt einmal im Quartal für zwei Stunden zusammen; er identifiziert gesundheitsgefährdende Arbeitsbedingungen, analysiert und entwickelt Lösungen und Vorschläge zur Umsetzung in der Praxis. Wir tauschen uns zu gesundheitsrelevanten Themen aus und arbeiten an der strategischen Umsetzung aller Anforderungen und Bedürfnisse. Statt einzelner Aktionen setzen wir auf ein umfassendes Gesamtkonzept: Wir sind überzeugt, dass sich strukturelle Belastungen auf diese Weise senken und die Gesundheit aller Kolleg\*innen dauerhaft erhalten und steigern lässt.

# Unsere Angebote

- **Seminare, Fachvorträge und Gesundheitskurse**, in Zusammenarbeit mit der DAK und motio, zu vielfältigen Themen, z.B.: Bewegungsworkshops DaKita für Mitarbeitende unserer Kindertageseinrichtungen, Impulsvorträge und Trainings zu Achtsamkeit, Gesund und fit (kleine Tipps und Übungen für den Büro-Alltag), Resilienz, oder Gesunde Führung und Kommunikation.
- **Workshop-Reihe und World Café** „Corona im Unternehmen verarbeiten“
- Betriebliches **Eingliederungsmanagement** (BEM)
- **Gesundheitstage**, z.B. Gesunder Schlaf
- **Führungskräfteentwicklung**
- Kostenlose Teilnahme am **Firmenlauf** B2Run
- **JobRad**
- **Schrittwettbewerb** „Tour durch Deutschland“
- Angebote zur **Work-Life-Balance**, flexible Arbeitszeitmodelle, Mobiles Arbeiten
- **Arbeitsschutzmaßnahmen**, Ergonomische Bürogestaltung
- **10 Schritte** zur seelischen Gesundheit
- **Talentiade** und vieles mehr (z.B. Feste feiern ...)



## Good2know

*zusammen.gesundbleiben.* ist ein fortlaufender Entwicklungsprozess. Wir können nur erfolgreich sein, wenn wir gemeinsam daran arbeiten, wenn wir auch hier *zusammen.tun.*

*zusammen.gesundbleiben.* gilt übrigens für alle Mitarbeitenden der Diakonie Hasenberg, ungeachtet des Bereichs oder der Hierarchiestufe. Wir freuen uns auf Anregungen und die Beteiligung von Kolleg\*innen, die nicht dem AK Betriebliches Gesundheitsmanagement angehören.

### **Kontakt:**

AK Betriebliches Gesundheitsmanagement,  
gesundheit@diakonie-hasenberg.de



*zusammen. wachsen.*  
**Kindertageseinrichtungen  
Kinder, Jugend und Familie**

*zusammen. weiterkommen.*  
**Arbeitswelt und Jugendhilfe**

*zusammen. gestalten.*  
**Sozialpsychiatrie, Senioren-  
und Stadtteilarbeit**

*zusammen. tun.*  
**Geschäftsstelle**

## **Diakonie Hasenberg e.V.**

Geschäftsstelle

Stanigplatz 10, 80933 München

Tel. 089 452 235 100

Fax 089 452 235 139

[info@diakonie-hasenbergl.de](mailto:info@diakonie-hasenbergl.de)

[www.diakonie-hasenbergl.de](http://www.diakonie-hasenbergl.de)

[www.facebook.com/  
diakonie.hasenbergl](https://www.facebook.com/diakonie.hasenbergl)

[diakonie.hasenbergl](https://www.facebook.com/diakonie.hasenbergl)

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft

Spendenkonto: 48 48 000

BLZ: 700 205 00

IBAN: DE91 7002 0500 0004 8480 00

BIC: BFSWDE33MUE