

Betriebliche Gesundheitsförderung

Sie möchten in Ihrem Unternehmen Fehlzeiten verringern, die Motivation Ihrer Mitarbeiter erhöhen, Qualität und Produktivität verbessern? Das Thema "Mitarbeiter-Gesundheit" spielt angesichts wachsenden Leistungsdrucks und des demographischen Wandels eine immer wichtigere Rolle!

Als Bildungs- und Personaldienstleister in den Feldern Gesundheit, Prävention und Rehabilitation ist die FAW seit über 25 Jahren anerkannter Partner der Wirtschaft mit bundesweit über 150 Niederlassungen und 1.900 Mitarbeitern unterschiedlichster Professionen.

Zum aktuellen Angebot der Akademie Mainz zählen u.a.

- **Umgang mit den eigenen Ressourcen – vom Zeit- zum Selbstmanagement**
Mehr Aufgaben und immer weniger Zeit. Um dem allgemeinen Trend steigender psycho-mentaler Anforderungen gerecht zu werden, brauchen Mitarbeiter und Führungskräfte mehr denn je ein gutes Zeit- und Selbstmanagement. Die Fähigkeit sich selbst und die zur Verfügung stehende Zeit besser zu managen dient der eigenen Gesundheitsförderung und ist ein Schritt aktiv abwendbare Gesundheitsrisiken zu senken.
- **Umgang mit den eigenen Ressourcen – Stress**
Zeit- und Leistungsdruck beeinflussen nicht nur die persönliche Leistungsfähigkeit, sondern auch die Gesundheit. Die Fähigkeit mit Anspannung und Stress gut umzugehen und Rückschläge besser zu verkraften wird mehr und mehr zur grundlegenden Kompetenz. Die Verbesserung der Stresskompetenz ist ein wichtiger Beitrag der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Weitere Angebote aus dem Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung stellen wir Ihnen gerne zusammen.