

» MENSCHEN. MACHEN. HANDWERK »

Austausch mit Experten – Ausprobieren – Mitdiskutieren

Einladung

zur Veranstaltung „Fit und gesund im Job“

in Kooperation mit der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland und der
IKK Südwest

Datum: 14. Mai 2024

Uhrzeit: 17.00 Uhr bis 20.30 Uhr

In der dynamischen Arbeitswelt von heute ist es unerlässlich, sowohl körperlich als auch geistig fit zu bleiben, besonders im anspruchsvollen Bereich des Handwerks.

Wie können wir diesem Anspruch gerecht werden?

Gemeinsam möchten wir mit Ihnen und unseren Experten dieser Frage auf den Grund gehen.

Fachkräfte gewinnen, Arbeitskraft erhalten, Mitarbeiter langfristig binden –
wir laden Sie herzlich zu unserer Veranstaltung ein.

TOP 1

Begrüßung

Barbara Koch, Geschäftsführerin HwK Koblenz

TOP 2

Betriebliche Gesundheitsförderung im Handwerk

Anke Altmeyer, Fachkraft für betriebliches Gesundheitsmanagement, HwK Koblenz

Dank BEM den Arbeitsplatz erhalten

Marc Bockholt, Syndikusrechtsanwalt, HwK Koblenz

Sicherheit am Arbeitsplatz – ein Plus für die Gesundheit

Iris Schmidt-Jung, Betriebsberaterin Technik, Arbeitssicherheit und Umweltschutz, HwK Koblenz

TOP 3

Be different – Führen verschiedener Generationen

Markus Schmitt, Psychologischer Leiter Eichenberg Institut, IKK Südwest

TOP 4

Innerer Schweinehund vs. Gewohnheitstier!

Jana Fritz, Gesundheitsexpertin, IKK Südwest

TOP 5

Stressprävention

„Lebe Balance – innere Stärke und Achtsamkeit“

Ruth Mentenich / Sabine Zimmermann,
AOK Rheinland Pfalz/Saarland

TOP 6

Fake Ernährungsnews

IKK Südwest

TOP 7

Fit und aktiv am Arbeitsplatz im Handwerk

Jana Fritz, Gesundheitsexpertin, IKK Südwest

TOP 8

Gemeinsam stärker – Betriebsnachbarschaften zur Gesundheitsförderung

Axel Clever, Projektleiter Gesundheitsförderung,
IKK Südwest

Die Veranstaltung umfasst nicht nur Vorträge, sondern auch einen „Markt der Möglichkeiten“, der Raum für vertiefende Informationen, Diskussionen, praktische Ratschläge und interaktive Aktivitäten zu den genannten Themen bietet.

Thementische:

- Trauerbegleitung am Arbeitsplatz
- BGM/BEM/BGF
- Entspannt essen im Stress – Sind Sie gut versorgt?
- Jobaktiv – Gesund arbeiten

Mitmachaktionen:

- Back Check: Screening der Rücken- und Bauchmuskulatur
- Trainings- und Schätzstation „richtig Heben & Tragen“
- Einsatz von Rauschbrillen
- Vorstellung Exoskelett

Anmeldung

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Wir freuen uns bis zum 07. Mai 2024 über Ihre Anmeldung unter recht@hwk-koblenz.de oder über den nebenstehenden QR-Code.



Veranstaltungsort

Neue Mensa, HwK Koblenz
Metall- und Technologiezentrum
August-Horch-Straße 6-8, 56070 Koblenz
www.hwk-koblenz.de

Kontakt

Handwerkskammer Koblenz
Rechtsabteilung
0261 398-205
recht@hwk-koblenz.de