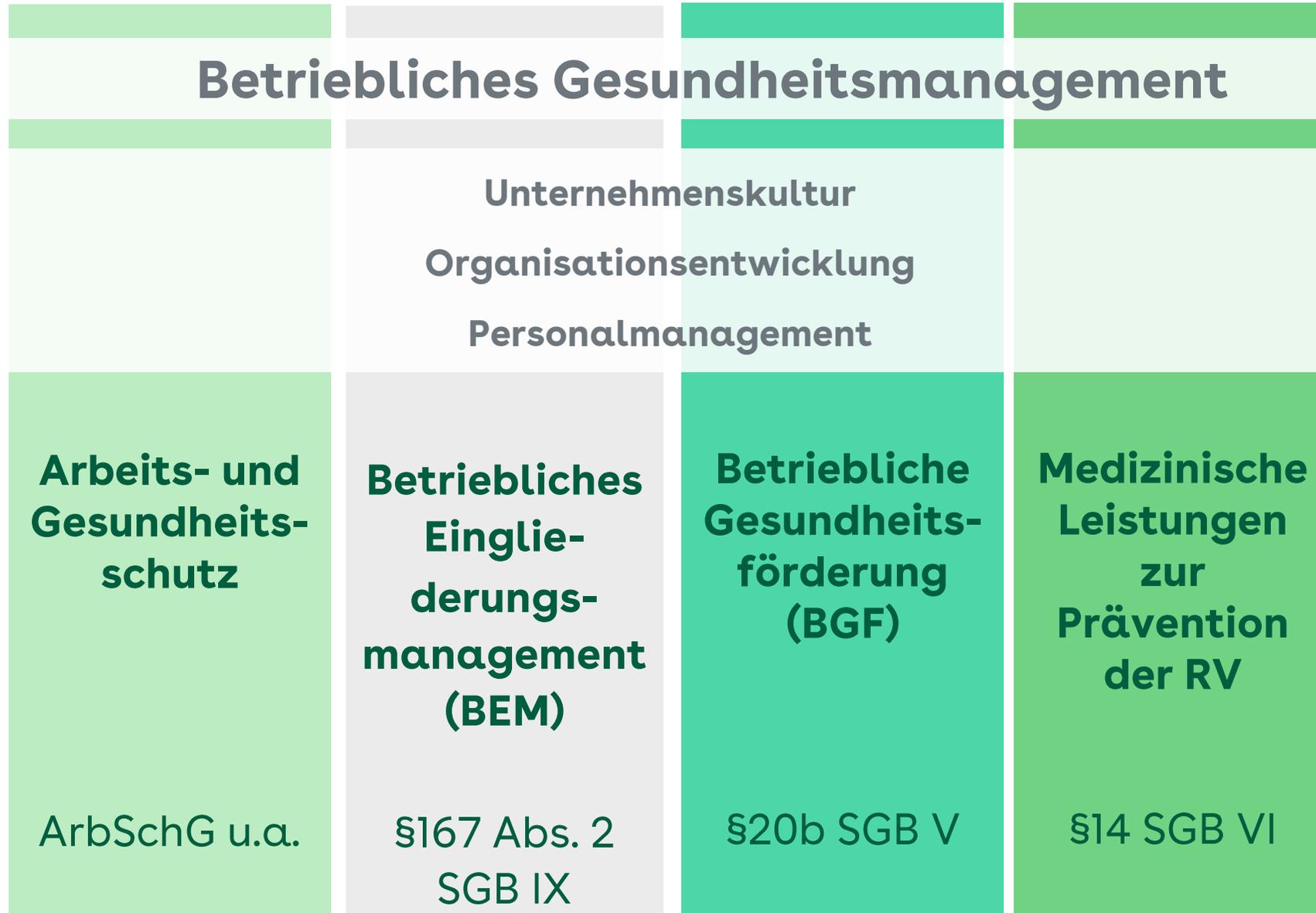


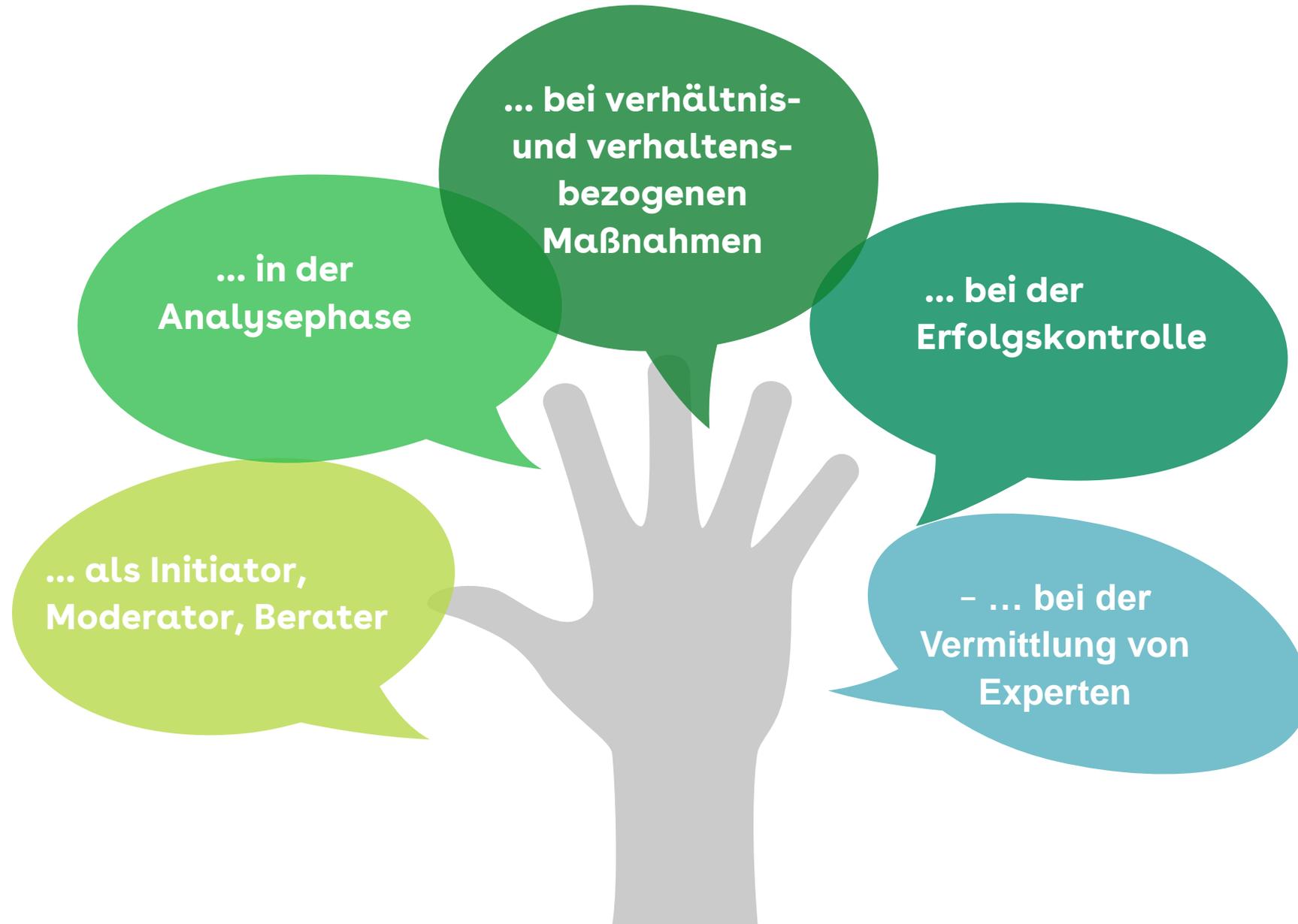
# AOK Nordost. Die Gesundheitskasse. Betriebliche Gesundheitsförderung

21.09.2021

# Ganzheitliches Verständnis von BGM



# Unterstützung durch die AOK Nordost



# Handlungsfelder der Gesundheitsförderung



## Verhalten - Individuum

Gesundheitsförderlicher  
Arbeits- und Lebensstil



Bewegung

Ernährung

Stressbewältigung/

Ressourcenstärkung

Suchtprävention



## Verhältnisse - Arbeit

Gesundheitsförderliche  
Arbeitsgestaltung



gesundheitsgerechte Führung

soziale Beziehungen am Arbeitsplatz

Arbeitsorganisation

Arbeitsumgebung

Arbeitsaufgaben

# Überblick BGF/BGM - Angebote



## Digitale Angebote BGM-Gesamtprozess

### AOK bewegt

begleitet Unternehmen im digitalen BGM,  
Arbeitgeberattraktivität, Digitalisierung  
von Prozessen

informiert, aktiviert und motiviert

### Digitales BGM mit Implement

strukturierter BGM-Prozess

Gesundheitschecks und Analysen

Gesundheits- & Arbeitsplatztrainings

### Netzwerk KMU-Gesundheitskompetenz

Überbetrieblicher fachlicher Austausch in  
Online-Workshops

Multiplikatorenschulung (betrieblicher  
Gesundheitscoach)

## Digitale individuelle Gesundheitsangebote

### Diverse Online-Kurse, Seminare, Schulungen zu verschiedenen Themen

(Bewegung, Stressbewältigung, Ernährung,  
Suchtprävention)

### Online-Programm „Gesund Führen“

<https://www.aok-gesundfuehren.de/>



# Ihr Ansprechpartner für BGF bei der AOK Nordost

**Robert Meyer**

Betriebliche  
Gesundheitsförderung

P: 0800 265080 – 26393

M: [robert.meyer@nordost.aok.de](mailto:robert.meyer@nordost.aok.de)