

BVMW-Expertenrat Gesundheit präsentiert:

***Betriebliche Gesundheitsförderung
-
der Weg zu gesunden Mitarbeitern***

Einladung

Gerne laden wir Sie zu unserer
gemeinsamen Informationsveranstaltung

**am Mittwoch, den 17.02.16
um 18.00 Uhr**

ins Auditorium des Klinikums
Friedrichshafen ein.

Veranstaltungsort:

Klinikum Friedrichshafen, Auditorium,
Röntgenstraße 2, 88048 Friedrichshafen

Informationen und Anmeldungen unter:

info@diagnostikzentrum-fn.de

Tel: +49 7541 – 39 14 00

Präsentiert von:



PETERSCHULZ

Orthopädie-Schuhtechnik | Sportversorgung | Bequemschuhmode



Programm:

| | |
|-------------------|----------------------------------|
| Beginn: 18.00 Uhr | Begrüßungsgetränke und Smoothies |
|-------------------|----------------------------------|

| | |
|-------------------|--|
| 18.10 – 18.30 Uhr | Vortrag Thomas Brombacher: „Redcord in der BGF – nachhaltig gesund bleiben“ |
|-------------------|--|

| | |
|-------------------|--|
| 18.30 – 18.50 Uhr | Pause: Kürbissuppe, vegane Snacks, Getränke Mess-Parcour der Bodenseeapotheke Diskussion, Erfahrungsaustausch, Networking |
|-------------------|--|

| | |
|-------------------|--|
| 18.50 – 19.10 Uhr | Vortrag Markus Weber: „Stoffwechsel- und Leistungsdiagnose in der BGF – messbare Ergebnisse schaffen“ |
|-------------------|--|

| | |
|-------------------|--|
| 19.10 – 19.30 Uhr | Vortrag Judith Riemer: „Vom Couchpotato zum Turtlerunner – ein Erfahrungsbericht“ |
|-------------------|--|

| | |
|----------|--|
| Open End | Mess-Parcour der Bodenseeapotheke Diskussion, Erfahrungsaustausch, Networking |
|----------|--|

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bis spätestens Montag, 15.02.2016 bei Tim Wortmann vom Diagnostikzentrum Friedrichshafen an: info@diagnostikzentrum-fn.de

Gerne können Sie auch eigene Gäste mit zur Veranstaltung bringen. Bitte melden Sie diese Gäste ebenfalls an.

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Wir freuen uns, Sie dort zu treffen!

Vortrag 1: Redcord in der BGF – nachhaltig gesund bleiben



Thomas Brombacher

Sportphysiotherapeut des DOSB

Inhaber der Praxis für Physiotherapie
„Team Brombacher Therapie und Training“

Erste Redcord Schwerpunktpraxis am Bodensee



Das Redcord-Active Training ist dreidimensional und zielorientiert ausgerichtet. Dabei geht es immer um das Training von Bewegungen, nicht von einzelnen Muskeln. Es sind immer mehrere Körperteile in eine Übung involviert. Das Redcord-Active Training hat verschiedene koordinative Aspekte und bezieht komplexe Funktionen und Abläufe des Bewegungsapparates mit ein. Die Stabilität wird vom Trainierenden selbst erzeugt, nicht von einem Gerät.



- Die wichtigen und oft vernachlässigten tiefliegenden, gelenksichernden Muskeln dienen der Stabilisierung unseres gesamten Körpers. Durch das dreidimensionale Redcord Training werden nicht nur einzelne Muskeln sondern der gesamte Körper und die Sensomotorik trainiert und gefördert.



- Redcord Therapie und Training wurde auf der Basis von medizinischen und therapeutischen Grundlagen entwickelt und ist evidenzbasiert.

- Erkenntnisse der Neurowissenschaft werden bei Redcord Therapie und Training in interdisziplinären Ansätzen integriert. Die Grundlage des komplexen Bewegungslernens als Wechselwirkung zwischen Zentralnervensystem, sensomotorischem Input und muskulärer Bewegungssteuerung stehen für einen integrativen evolutionären Ansatz.



- Eine Redcord Trainingsstation (Redcord-Trainer oder Redcord-Mini) ermöglicht mehrere hundert Übungen.

- Die Kosten-Nutzen-Relation ist einzigartig.

Ein ausgeklügeltes Progressionssystem trainiert in optimaler Weise in den Phasen der Therapie, der Prävention sowie im Leistungssport.

Vortrag 2: Die Stoffwechsel- und Leistungsdiagnose in der BGF **– messbare Ergebnisse schaffen**



Markus Weber, Diplomsportlehrer, Inhaber der Diagnostikzentren Scheidegg, Friedrichshafen, Pfronten, Kempten und Feldkirch.

Was bringt meinem Unternehmen der Betriebssport?
Wie profitieren Mitarbeiter vom Bewegungsprogramm?
Wie werden die Ergebnisse messbar?

Oft werden nur „Strohfeuer“ im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung gezündet. Mal schnell ein Gymnastikkurs, und das Gewissen, für die Mitarbeiter etwas getan zu haben, wird beruhigt. Doch wie effektiv war die Maßnahme? Werden Mitarbeiter dadurch wirklich gesünder und fitter?

Die sportmedizinische Stoffwechsel- und Leistungsdiagnose bringt hier Licht ins Dunkel. Denn hier wird anhand spezifischer Daten messbar, wie gut sich der einzelne verbessert oder aber die ganze Abteilung sich gesteigert hat. Damit aber nicht genug: Gleichzeitig findet ein Gesundheits-Check statt um sicherzustellen, dass der Mitarbeiter auch gesund ist und ein Bewegungsprogramm durchführen kann. Vor allem wenn sich Firmenteams auf Wettkämpfe anmelden, ist dies ein wichtiger Faktor.

Somit ist sichergestellt, dass sich die Mitarbeiter nicht nach dem Motto „viel hilft viel“, sondern gemäß ihrer individuellen Fitness und ihres persönlichen Zeitbudgets gesund und effektiv bewegen und somit an der richtigen Stelle eine Steigerung der Fitness erzielen.



***„Laufen bedeutet unterwegs zu sein,
und nicht möglichst schnell anzukommen.“***

Vortrag 3: Vom Couchpotato zum Turtlerunner

Judith Riemer



Wie motivieren Sie als Arbeitgeber Ihre Mitarbeiter zu einem aktiven Lifestyle?

Am besten mit einer wahren Geschichte, die unter die Haut geht. Eine Geschichte, die mit einem Traum beginnt. Eine Geschichte voller Höhen und Tiefen und einigen Lachpausen.

17.00 Uhr, Feierabend. Raus aus dem Büro, rein in die Laufschuhe. Der aktive Ausgleich für Körper & Geist nach getaner Arbeit.

Nächster Morgen, 8.00 Uhr. Gut erholt und bester Laune am Arbeitsplatz!

Judith Riemer erzählt ihre ganz persönliche Geschichte, wie sie der Couch den Rücken kehrte, den inneren Schweinehund kurzerhand in den Laufrucksack steckte und einfach loslief.

Warum schnell übrigens nicht immer gleich gut ist und wieso der Bus manchmal die letzte Rettung ist, das erfahren Sie an diesem Abend.

Eine Geschichte, die inzwischen deutschlandweit die Menschen bewegt.

Lassen Sie sich anstecken und motivieren!

Der BVMW stellt sich vor:



"Der BVMW ist der Verband mit dem besten Unternehmernetzwerk in Deutschland"

Ein Zitat vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie

François Hauviller
Dipl.-Ing., Eur.-Ing., MBA
+49 151 172 70 806

Mail to: bodenseekreis@hauviller.de
https://www.xing.com/profile/Francois_Hauviller

Kreisgeschäftsführer Wirtschaftsregion Bodenseeraum D/A/CH

Mitglied im Arbeitskreis Politische Kommunikation Sieger im BVMW-Wettbewerb der Besten, Jahr 2011, Jahr 2012 und Jahr 2013

Bundesverband mittelständische Wirtschaft BVMW Unternehmerverband Deutschlands e.V.:

<http://www.bvmw.de/>

Der BVMW vertritt im Rahmen seiner Verbändeallianz rund 270.00 Firmen.

Diese Unternehmen beschäftigen über neun Millionen Mitarbeiter/innen.

Unsere 300 Repräsentanten haben vor Ort jährlich über 600.000 Kontakte zu Unternehmern/innen.

https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=Nu1VhudiFds

Im Dezember 2013 hat sich die Mittelstandsallianz unter Führung des BVMW konstituiert, sie vereint 32 mittelständisch geprägte Branchenverbände unter dem Dach des BVMW. In der Verbändelandschaft ist dieser Zusammenschluss einzigartig. Die strategisch bedeutsamen Themen des Mittelstands erreichen somit in der Politik eine neue Schlagkraft:

Oberstes Ziel der Mittelstandsallianz ist eine mittelstandsfreundliche Gesetzgebung, um die internationale Wettbewerbsfähigkeit des Mittelstands zu erhalten und zu stärken.

<http://www.bvmw.de/mittelstandsallianz/die-mittelstandsallianz.html>



BVMW?

First Class Networking

Live!

Eingetragen in das Vereinsregister Berlin-Charlottenburg Nr. 19361 Nz • Präsident: Mario Ohoven

- Vizepräsidenten: Willi Grothe, Dr. Hans-Michael Pott • Bundesgeschäftsführer: Bernd Adamaschek
- Vorstand: Dr. Helmut Baur, Jens Bormann, Dr. Jochen Leonhardt, Dr. Walter Niederstätter, Arthur Zimmermann
- Bundesgeschäftsführer i.S.v. § 30 BGB: Prof. Dr. Wolfgang Reinhart