

Vorteile der VHS:

- verfügt über einen Pool qualifizierter Dozenten
- ist zertifiziert und staatlich anerkannt
- bietet nachfrageorientierte Maßnahmen aus allen Fachbereichen an
- ist Partner vor Ort und arbeitet nachhaltig
- verfügt über bestehende Kontakte zu Verwaltungen und Betrieben
- arbeitet auf der Grundlage eines sehr guten Kosten-Nutzenverhältnisses

Weiter bieten unsere Fachbereiche passgenaue Kursangebote

- EDV und Informationstechnologie
- Kaufmännische Kompetenzen
- Kommunikation und soziale Kompetenz
- Gesellschaftliche Bildung
- Persönlichkeitsbildung und Psychologie
- Verbraucherfragen
- Fremdsprachen
- Künstlerische Kurse

Volkshochschule
Dresden e.V.
Schilfweg 3
01237 Dresden

Information und Anmeldung:

Fachbereich Gesundheit
Frau Dr. Lehnert, Frau Gräf,
Frau Reichel

Tel.: (0351) 25440-11/-13/-52
Fax: (0351) 2544025

post@vhs-dresden.de

www.vhs-dresden.de



Bildnachweis:

Titelbild: fotolia.com_mr_markin
Innenseite: fotolia.com_Andres_Rodriguez

Betriebliche Gesundheitsförderung

Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)

umfasst alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz. Dies kann durch eine Verknüpfung folgender Ansätze erreicht werden:

- Verbesserung der Arbeitsorganisation und der Arbeitsbedingungen
- Förderung einer aktiven Mitarbeiterbeteiligung
- Stärkung persönlicher Kompetenzen.

Der Nutzen der betrieblichen Gesundheitsförderung

Zunehmende Arbeitsdichte und ältere Belegschaft durch den demografischen Wandel können zur Zunahme von gesundheitlichen Belastungen und erhöhtem Krankenstand führen. Mit der betrieblichen Gesundheitsförderung fördern Sie die Gesundheit der Belegschaft (Stressabbau, Minderung/Verhinderung von arbeitsbedingten einseitigen Belastungen und in Folge auftretenden Schmerzsyndromen). Die Mitarbeiter sind besser motiviert, identifizieren sich stärker mit dem Unternehmen und seinen Zielen und sind damit leistungstärker.

Wichtig für Arbeitgeber:

Bis zu einem Freibetrag von 500 € im Jahr je Arbeitnehmer sind Leistungen des Arbeitgebers zur betrieblichen Gesundheitsförderung zusätzlich zum Lohn/Gehalt steuerfrei (§3 Nr. 34 EstG).

Gefördert werden Maßnahmen auf der Grundlage der gesundheitsfachlichen Bewertungen der Krankenkassen laut Leitfaden „Gemeinsame Handlungsfelder und Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von § 20 Abs. I SGBV und § 20a SGB V“.



„Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.“ WHO

Als Volkshochschule sehen wir uns gesellschaftlich verpflichtet, ganzheitliche Gesundheitskompetenz für alle zu ermöglichen.

Unsere Angebote

- Von gesetzlichen Krankenkassen geförderte Präventionskurse
- Gesundheitstage im Unternehmen
- Kurse zur Stressreduktion und Entspannung
- Bürorobics®: eine Kombination aus Yoga, Rückenschule und Stretching in 10 x 30 min mit Alltagstauglichkeit
- Kurse zur gesunden Ernährung
- Vorträge, Workshops u. v. m.
- Gewaltprävention, Selbstverteidigung, Selbstschutz
- Outdoor-Aktivitäten wie Drachenboot, Kanu, Klettern, Lauftraining für z. B. Firmenläufe, Skilanglauf