

Unsere Leistungen

Der GUVH/die LUKN sind Träger der gesetzlichen Unfallversicherung für Kommunal- und Landesbetriebe sowie Bildungseinrichtungen in Niedersachsen. Unsere Leistungen sind für Sie kostenfrei. Im Rahmen unseres Präventionsauftrages unterstützen wir unsere Einrichtungen und Versicherten bei der Stärkung von Gesundheit und Sicherheit durch folgende Maßnahmen:

- Umfangreiches Seminar- und Fortbildungsangebot
- Durchführung von Projekten und Programmen
- Realisierung von Inhouseschulungen
- Persönliche Beratung
- Besichtigungen und Untersuchungen mit umfassender Beratung zur Verbesserung des Arbeits- und Gesundheitsschutzes

*Gesundheit ist Wohlbefinden
und zwar in dreifacher Hinsicht:
körperlich, seelisch und sozial.
(Ottawa Charta)*

Haben Sie Fragen oder Unterstützungsbedarf?

Gerne tragen wir zum Gelingen Ihres Gesundheitstages bei.

Ihre Ansprechpartnerin:

Geschäftsbereich Prävention

Viola Erckens 0511 - 8707 - 198

E-Mail: viola.erckens@guvh.de



Gesundheitstag - Damit Arbeit nicht krank macht -

Ein erster Schritt zu mehr Gesundheit
in Unternehmen und Bildungseinrichtungen
im Öffentlichen Dienst

**Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover
Landesunfallkasse Niedersachsen**

Am Mittelfelde 169
30519 Hannover
Telefon: 0511 - 8707 - 0
E-Mail info@guvh.de / info@lukn.de
Internet www.guvh.de oder www.lukn.de

*Gesundheit ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.
(Arthur Schopenhauer)*

Schon der Philosoph Arthur Schopenhauer beschreibt die Gesundheit als das höchste Gut des Menschen. Sie zu erhalten und zu fördern ist im Interesse jedes Einzelnen und gehört zur Fürsorgepflicht des Arbeitgebers.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Als Unfallversicherungsträger haben wir den Auftrag, Arbeitsunfälle, Berufskrankheiten und arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren durch gezielte Prävention zu verhindern. Daher ist betriebliche Gesundheitsförderung für uns ein besonderes Anliegen.

Die sich wandelnden Arbeits- und Organisationsformen stellen insgesamt neue Ansprüche an die Arbeitssicherheit und den Gesundheitsschutz. Mit den damit einhergehenden, sich rasant verändernden Anforderungen ändern sich auch die Erwartungen, die an die Beschäftigten gestellt werden. Die zunehmende Technisierung und die Digitalisierung der Arbeit verstärken diese Tendenzen. Lebenslanges Lernen ist längst ein Muss für alle Beteiligten. Parallel dazu werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter immer älter. Eine besondere Herausforderung, der sich alle Beteiligten systematisch stellen müssen.

Diese Entwicklungen führen häufig zu Überforderung von Beschäftigten und Führungskräften. Die Folgen sind Frustration und Demotivation, Leistungsabfall und Krankheit.

Ziel der betrieblichen Gesundheitsförderung sind „Gesunde Mitarbeiter in gesunden Unternehmen“ und umfassen alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und der Gesellschaft, einschließlich den Unfallversicherungsträgern, zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

Der Gesundheitstag

Ein vielfältig gestalteter Gesundheitstag stellt eine Möglichkeit dar, einen Einstieg in die betriebliche Gesundheitsförderung zu finden. Er gibt Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Möglichkeit, sich rund um das Thema Gesundheit und gesunde Lebensweisen zu informieren, verschiedene Angebote zur Förderung der eigenen Gesundheit kennenzulernen und sich in persönlichen Beratungsgesprächen Unterstützung und Tipps zu holen.

Unser Angebot

Der Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover und die Landesunfallkasse Niedersachsen unterstützen Sie bei der Durchführung Ihres Gesundheitstages durch verschiedene Angebote.

- Wir bieten Hilfestellung bei der praktischen Umsetzung in besonderen Fragestellungen der Arbeitssicherheit und des Gesundheitsschutzes.
- An unserem Informationsstand können sich die Beschäftigten rund um die Themen Arbeitsschutz und Gesundheitsförderung informieren und beraten lassen.



übergreifende Themen

- Psychische Belastungen am Arbeitsplatz
- Stress und Stressfähigkeit
- Möglichkeiten zur Entspannung
- Work-Life-Balance
- Kommunikation und effektive Gesprächsführung
- Umgang mit Konflikten
- Zeitmanagement
- Suchtprävention
- Ergonomie
- Denk an mich. Dein Rücken – Modul Heben und Tragen (Darstellung der Belastung und Veranschaulichung der eigenen Körperhaltung)
- Fahrrad- und Autosimulator, Verkehrserziehung (z.B. computerunterstützter Reaktionstest, Konditionstraining, Rauschbrillen)



Unsere Angebote bieten wir in Form von Vorträgen, Präsentationen, Workshops und praxisorientierten Modulen an. Diese können einen zeitlichen Rahmen von 30 Min. bis maximal 60 Min. in Anspruch nehmen.