

Alter und Gesundheit

Alter • Leistung • Lebensfreude



Wachstum als Grundprinzip.



„Wenn wir zu handeln aufhören, kommt, was wir befürchten, bestimmt.“

Z

Alter und Gesundheit.

Alter. Leistung. Lebensfreude.

In dem KEV-Seminar werden sowohl die altersspezifischen Belastungen wie auch die spezifischen Ressourcen älterer Bevölkerungsgruppen aufgezeigt.

Es werden Ansätze und Strategien thematisiert und erarbeitet, die es ermöglichen, die vorhandenen Qualitäten der Berufstätigen der Generation 50+ aufzudecken und nutzbar zu machen.

Darüber hinaus wird in dem Seminar der Austausch zwischen den Teilnehmenden so moderiert, dass eventuell vorhandene Erfahrungen mit verhaltens- und / oder verhältnisorientierten Ansätze der Prävention und Gesundheitsförderung transparent und nutzbar gemacht werden können.

Prävention und Gesundheitsförderung sind Steuerungsinstrumente zur Erhaltung von Gesundheit bzw. der Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit.

Unsere Seminare und Workshops sind lernende Einheiten. Die Inhalte und die jeweiligen Fragestellungen werden an die Rahmenbedingungen des Kunden spezifisch angepasst.

Für einen nachhaltigen Praxistransfer bietet es sich an, konkrete Themen aus der täglichen Praxis anzuführen und konkret zu bearbeiten.

Durch unsere erlebniszentrierten Methoden können die Teilnehmenden die neuen Erfahrungen direkt in erfolgreichen Verhaltensweisen einüben.



Das Unternehmen "Management und Gesundheit (M&G)" ist ein Tochterunternehmen der FreiRaum-Beratung und richtet sich speziell auf die Themengebiete der Prävention und Gesundheitsförderung in den unterschiedlichen Arbeits- und Lebenswelten.

Unter dem Label "M&G" finden Sie die Experten der FreiRaum-Beratung, die sich auf das Thema "Management und Gesundheit" spezialisiert haben.

Alle Berater der FreiRaum-Beratung verfügen über mindestens zwei akkreditierte universitäre und / oder außeruniversitäre Abschlüsse in ihrem Themenfeld.

Alle Kooperationspartner werden nach einem strengen Qualitätsstandard ausgesucht.

Das hohe Niveau und die nachhaltige Qualität der Leistungen der FreiRaum-Beratung sind ebenfalls feste Bestandteile des Leitbildes der M&G.

Wachstum als Grundprinzip.



Ein gesundes Unternehmen.

Arbeit und Gesundheit.

Nie in der Geschichte ist die Weltbevölkerung so schnell gewachsen wie im vergangenen Jahrhundert. Von 1900 bis heute hat sie sich von rund 1,6 Milliarden auf 6,5 Milliarden Menschen vervierfacht.

Nach der mittleren Prognose der Vereinten Nationen werden im Jahr 2050 etwa 9,1 Milliarden Menschen auf der Erde leben. Der Anteil der über 65jährigen in der EU wird sich bis 2050 wahrscheinlich verdoppeln und somit von derzeit 75 Millionen auf fast 135 Millionen ansteigen. Diese Entwicklung beruht nicht nur auf einem Rückgang der Geburtenrate, sondern vielmehr auch auf der steigenden Lebenserwartung.

Die Gründe für den stetigen Anstieg der Lebenserwartung liegen im medizinischen Fortschritt, in verbesserter Hygiene und besserer Ernährung sowie einem Rückgang körperlich belastender Berufe. Dies schlägt sich nicht nur in der Altersstatistik, sondern auch im Selbstverständnis und den Denk- und Verhaltensmustern der älteren Generation nieder.

Denk- und Verhaltensmuster, die auch von einer altersspezifischen Prävention und Gesundheitsförderung berücksichtigt werden müssen.

Innerhalb des Seminars werden sowohl die altersspezifischen Ansätze und Strategien der Prävention und Gesundheitsförderung vermittelt, als auch den Erfahrungen der Teilnehmenden aus ihren beruflichen Kontexten nachgegangen.

Es werden Möglichkeiten thematisiert und erarbeitet, die es ermöglichen, die vorhandenen Qualitäten der Berufstätigen der Generation 50+ aufzudecken und nutzbar zu machen.

Das weit verbreitete Vorurteil, ältere Mitarbeiter seien weniger leistungsfähig, kaum kreativ und belastbar trifft nicht zu. Im Gegenteil: hinsichtlich ihres Erfahrungswissens, der Arbeitsdisziplin, des Qualitätsbewusstseins, der psychischen Belastbarkeit und Loyalität schneiden ältere Arbeitnehmer in Untersuchungen immer wieder besser oder zumindest genauso gut ab wie ihre jüngeren Kollegen.

Alt sein, heißt nicht, krank sein.

Die Methoden des erlebniszentrierten Seminars ermöglichen den Teilnehmern, die neuen Erfahrungen nicht nur oberflächlich aufzunehmen, sondern emotional zu erfahren und in konkreten Verhaltensweisen einzuüben.

1. Block und 2. Block

- freier Vortrag
- Dialog zwischen Referent und Teilnehmern
- Gruppenarbeit

3. Block

- Gruppenarbeit mit FlipChart
- Organisationsaufstellungen
- begleitete Rollen- und Planspiele
- Interaktionsspiele

Falls Sie weitere Informationen benötigen, präsentieren wir Ihnen gerne das komplette Curriculum bei einem persönlichen Kennenlernen und erstellen ein individuelles Angebot für Ihren Bedarf.

Rufen Sie uns einfach an oder schicken Sie uns eine Email.

Management und Gesundheit (M+G)

Ein Part der **FREIRAUM-BERATUNG**

Damerowstraße 57
D-13187 Berlin

Tel.: +49(0)30-250 10 166
Email: info@management-und-gesundheit.de

fundiert. leistungsstark. menschlich.

30 : 70

Prozent Theorie

Prozent Praxis

M+G
Management und Gesundheit
ein Part der FREIRAUM-Beratung



Management und Gesundheit (M+G)

Ein Part der **FREIRAUM-BERATUNG**
Team- & Führungskräfteentwicklung mit System

Damerowstraße 57
D-13187 Berlin

Tel.: +49(0)30 250 10 166
Mobile +49(0)179 74 37 457

Email info@management-und-gesundheit.de