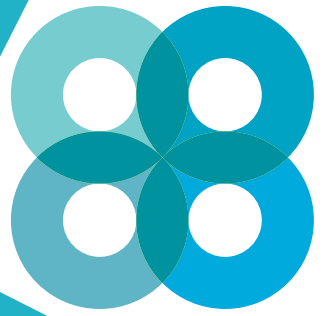


TZG

Teamzentrierte Gesundheitsförderung - da steckt TEAM drin.



TZG ist Zwei in Eins:

Mit dem von der DJK vital entwickelten TZG - Konzept wird Teamcoaching und Gesundheit im (Arbeits-)Alltag neu gedacht. Auf der Basis lösungsfo-
kussierter Prinzipien entwickelt das TEAM Ideen und
Aktionen für mehr Wohlbefinden im Job. Das bezieht
alle ein, schafft neue Verbindung und Verbindlichkeit
durch gemeinsame Maßnahmen und Ziele.

Unsere Mission!

Das Team ist der Experte für den Bedarf - wir sind
die Experten für den Weg. Mit spezialisierten Refe-
rent:innen begleiten und unterstützen wir den TZG
Prozess. Gemeinsam schaffen wir eine Basis, nach-
haltig motivieren wir in Mikro Workshops zu den
Kernthemen zu mehr Gesundheitsbewusstsein.

➔ DJK Vital - Gesundheitsförderung einfach gemacht!

Die DJK vital gGmbH ist eine 100%ige Tochter des DJK Sportverband
Köln e.V. und handelt entsprechend demselben Leitbild "Der Mensch
steht im Mittelpunkt". Aus dieser Überzeugung heraus
gestalten wir bewegte Gesundheitsaktionen
und Kurse für Betriebe, Gemeinden oder
gemeinnützige Institutionen, beraten Vereine
und bringen unsere Werte aktiv in die Gesell-
schaft ein. Kontaktieren Sie uns und erfahren Sie
mehr!

Ihre Ansprechpartnerin:

Saskia Heuser

Referentin für Betriebliche
Gesundheitsförderung
0221 / 998084 12
s.heuser@djkvital.de

DJK
vital

DJK vital gGmbH

Am Kielshof 2 • 51105 Köln

TZG Etappen



Erster Schritt:

Teamworkshop

Alles beginnt mit dem ersten Schritt. An einem Workshoptag entwickelt das TEAM Ideen und Aktion, legt Ziele fest, erkennt mögliche Hindernisse und übernimmt die Verantwortung.

Zweiter Schritt:

Review

Alles ok - oder brauchen wir eine Kurskorrektur? Das wird in einer TEAM Sitzung betrachtet.



Dritter Schritt:

Kernthemen Micro-Workshop

Es wird konkret! Das TEAM plant Aktionen mit allem, was dazu gehört.

Vierter Schritt:

Aktionen

Endlich - jetzt geht' los ! Die Aktionen werden umgesetzt, das TEAM steht im Mittelpunkt. Der vierte Schritt ist das Ergebnis der gemeinsamen Planung – und das mit richtig viel Spaß!



Fünfter Schritt:

Nachhaltig

Und ... wie war's? Und wie geht's weiter? Auswertung, Erkenntnisse und weitere Planung, das sind die Themen im fünften Schritt.

→ Lösungsfokussierter Ansatz

Warum kompliziert, wenn es auch einfach geht? Aus „Irgendwie kommen wir nicht weiter“ werden nachhaltige Wege aus der (Denk-)Sackgasse. Durch systemisches und lösungsorientiertes Coaching können gemeinsam Lösungen entwickelt und Ziele gefunden werden. Mit dem Team für das Team.