



Gesundheit
Vitalität
Lebensfreude

**Betriebliche
Gesundheitsförderung
am Arbeitsplatz**



KONTAKT & ANSPRECHPARTNER

Widmen Sie sich der Grundlage und Basis einer jeden Gemeinschaft. Sorgen Sie für mehr Gesundheit und Lebensfreude am Arbeitsplatz.

„Nicht nur der Sport
macht jetzt mehr Spaß, ich
fühle mich auch im
Alltag fitter!“
Magdalena K.

„Der perfekte Abschluss
meines Arbeitstages! Nachher
fühle ich mich richtig gut!“
Karsten J.

Das Gesundheitsteam der
DJK vital unterstützt
und berät Sie gern:

DJK vital gGmbH

Tel: (0221) 99 80 84 0
Fax: (0221) 99 80 84 19
E-mail: info@djkvital.de
Internet: www.djkvital.de



WIE KÖNNEN WIR HELFEN?

Damit Sie sich auf das Wesentliche konzentrieren können, übernehmen wir für Sie folgende Leistungen:

- ✓ Evaluation der Arbeitsbelastungen
- ✓ Begleitung in der **Angebotsentwicklung**
- ✓ **Beratung** zur Organisations- und Angebotsform
- ✓ Praktische Angebote im Bereich:
Sports & Spirit
- ✓ Gestaltung der Ausschreibungen
- ✓ komplettes Anmelde- und ggf.
Abrechnungsverfahren
- ✓ **Zertifizierung** der Kurse bei den **Krankenkassen**
- ✓ **Akquise, Qualitätskontrolle** und Vertretungs-
management der Kursleiter
- ✓ **Koordination** und Betreuung der Teilnehmer/
innen & Maßnahmen
- ✓ Herstellung von **Netzwerken** und Synergien



DER DJK SPORTVERBAND

Der kath. DJK Sportverband, als Teil des olympischen Sportsystems, ist ein an christlichen Werten orientierter Verband, der sich aktuellen Themen in Gesellschaft und Kirche annimmt.

Die DJK Vital gGmbH, ist eine Tochter des Verbandes und stellt den Menschen und seine Gesundheit im Kontext der Arbeitswelt in den Mittelpunkt. Dabei steht nicht die reine Leistungsfähigkeit, sondern die Balance von Körper und Seele im Mittelpunkt unseres Gesundheitsverständnisses. Für kirchliche, soziale und Non-Profit-Organisationen bietet sie maßgeschneiderte Lösungen in Struktur und Inhalt.

Für größtmögliche Nachhaltigkeit bauen wir auch auf die weite Erfahrung und Tradition unserer örtlichen DJK Sportvereine für Menschen vor Ort. Dort finden Sie Gesundheitsförderung sowie Sports & Spirit für sich und Ihre Angehörigen.



GESUNDHEIT... IM BETRIEB

Gesundheit ist eines der wichtigsten Güter im Arbeitsalltag. Sie zu erhalten ist gleichermaßen Aufgabe von Arbeitnehmer und -geber. Dies setzt aber auch ein passendes präventives Konzept, mit individuellen Lösungen für die entsprechende Arbeitsumwelt voraus.



Mit der DJK vital kann jeder Maßnahmen und Kurse in seine betriebliche Gesundheitsförderung einbinden. Dank Krankenkassenzertifizierung können Kosten und Aufwand zumeist gering gehalten werden (bis zu 75,- Euro, bzw. 80% Erstattung der Kosten).

Lassen Sie sich beraten und sorgen Sie für:

- ✓ Erhöhte **Motivation** & Eigeninitiative
- ✓ Verbessertes **Betriebsklima**
- ✓ Mehr **Vitalität**
- ✓ Besseren Umgang mit Stress
- ✓ Verbesserte **Work-Life-Balance**
- ✓ Verminderung der Risikofaktoren (Diabetes, Bluthochdruck etc.)

DJK VITAL-ANGEBOT

Jeder Jeck ist anders.
Jeder Betrieb erst recht.

Und um das optimale individuelle Vorgehen zu finden braucht es einen Partner, auf dessen Kompetenz Sie sich verlassen können.

Wir bringen Erfahrung in der Gesundheitsvorsorge in sozialen, kirchlichen und öffentlichen Organisationen sowie in Betrieben mit und haben uns auf zentrale und dezentrale Organisationsstrukturen spezialisiert.

Unser Angebot:

- ✓ **Konzipierung** von Gesundheitsangeboten
- ✓ Qualitativ **hochwertige Bewegungskurse** wie Pilates, Rückenfitness, Bodyworkout, Funktionales Training, etc.
- ✓ **Entspannungskurse** wie Yoga, Autogenes Training, PMR, Stressless, etc.
- ✓ Aktivitätsimpulse mit dem **Vital-Pausen-Express**—einer „Expressgymnastik“ direkt am Arbeitsplatz
- ✓ Gestaltung von **Gesundheitstagen** mit geeigneten Kooperationspartnern
- ✓ Einbindung der betrieblichen Gesundheitsförderung in den **konfessionellen Kontext**
- ✓ Beratung der jeweiligen **Arbeitsplatzsituation** (Ergonomie)
- ✓ Workshop-, Vortrags und Veranstaltungsangebote
- ✓ **Netzwerkbildung** zwischen ideellen Einrichtungen

