

**Gesunde und motivierte Mitarbeiter
Innovative und erfolgreiche
Unternehmen**



Unser Selbstverständnis

Planung, Aufbau und Organisation von gezielten und nachhaltigen gesundheitsorientierten Unternehmenskonzepten, um so ein optimales Ergebnis für die beteiligten Unternehmen und Ihre Mitarbeiter/-innen zu erzielen.



Wir über uns

praenet - eine aktive
Gemeinschaft aus Anbietern
im Gesundheitswesen vor Ort.

Wir unterstützen und begleiten
Klein-, mittelständische und
Großunternehmen, Banken
sowie Verwaltungen in der
Planung, Strukturierung und
Auswertung von gezielten und
nachhaltigen Gesundheits-
und Bewegungsprogrammen.



Wir über uns

- Planungsphase: im Jahr 2008
- Kick-off: im März 2010

Status quo:

- in 5 Bundesländer aktiv
- NRW, Niedersachsen, Sachsen
Osthessen, Rheinland-Pfalz
- 13 Standorte
- 5 Standorte im Aufbau



Effektiv - Nachhaltig - Wirtschaftlich

Gesundheits- und Bewegungsprogramme können Fehlzeitenraten von Beschäftigten um durchschnittlich 26 % reduzieren.

RETURN ON INVESTMENT

Jeder investierte Euro in ein gezieltes und nachhaltiges betriebliches Gesundheitsmanagement spart im Schnitt

2,70 €

Quelle: iga-Report 28 (2015): Wirksamkeit und Nutzen betrieblicher Prävention

Wir über uns

Die bundesweite Initiative
„GESUNDE UNTERNEHMEN“

praenet begleitet und unterstützt

Unternehmen auf dem Weg zu einem
„GESUNDEN UNTERNEHMEN“



INITIATIVE GESUNDE UNTERNEHMEN

Auszeichnung „GESUNDE UNTERNEHMEN“

Die Bewerbung..!

Die Bewerbung umfasst 55 Kriterien und eine Selbstdarstellung der Gesundheitsmaßnahmen



Unsere Themenbereiche



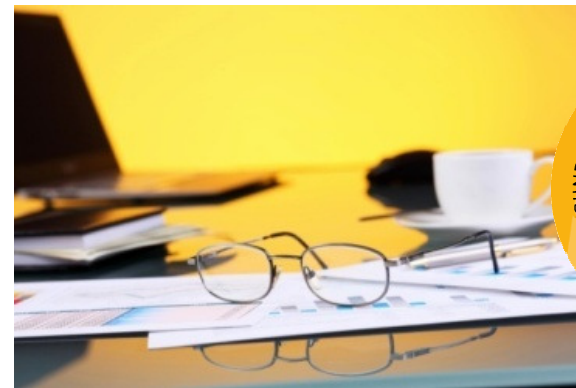
Gesunde ERNÄHRUNG



BEWEGUNG erLEBEN



AUSGLEICH schaffen



ARBEITSPLATZ gestalten

Unsere Angebote

Mit gezielten ganzheitlichen und nachhaltigen Maßnahmen die Gesundheit und das Wohlbefinden der Beschäftigten am Arbeitsplatz zu fördern und zu erhalten.



Unsere Angebote

- Das Betriebliche Eingliederungsmanagement
- Lohn- und Gehaltskonzepte (Lohnkonzept-Netzwerk)
- Bike-Leasing
Dienstfahrrad 1%-Regelung



Beispiele aus der Angebotspalette

- Bioelektrische Impedanz-Analyse
- Cholesterin-/Blutzucker-/Blutdruckmessung
- Venenfunktionstest
- Vitamin-D-Bestimmung
- Mineralwasserschulung (Richtig Trinken im Alltag)
- Lungenfunktionstest (FeNo-Messung, COPD-Test)
- Messung der Leberwerte
- Arbeitsplatzanalyse / Haltungsverstatuscheck
- Seh- und Hörtestaktionen
- Haut- und Darmkrebsvorsorge

Beispiele aus der Angebotspalette

- 2 Tages-Veranstaltungen (Gesundheit / Bewegung)
- Tagesseminare für Führungskräfte (Bsp. Stressmanagement)
- Halbtags-/Tagesseminare für Mitarbeiter
- Teamveranstaltungen für Azubis und Mitarbeiter
- Incentive-Events - Ziele setzen
- Schulungen, Lehrgänge und Workshops
- Gesundheitstage in den Unternehmen
- Aufbau BGM in kleinen Unternehmen - Vernetzung von Unternehmen in einem Gewerbegebiet / einer Stadt
- Auszeichnungsfeier - GESUNDE UNTERNEHMEN

Beispiele aus der Angebotspalette

PLUSPUNKT BGM

BGM 4.0 - zeitgemäß | flexibel | individuell

Unser digital unterstütztes Angebot:

- Psychische Gefährdungsbeurteilung
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Schritte Challenge
- Gesundheitstelefon für Ihre Mitarbeiter



Beispiele aus der Angebotspalette



Beispiele aus der Angebotspalette



E-Bike Leasing

Seit 2012 ist das Dienstrad dem
Dienstwagen gleichgestellt

www.initiative-gesunde-unternehmen.de



www.praenet.eu



Die Kolping-Bildungswerk Paderborn gGmbH
sowie der Lebenshilfe Kreisverband Paderborn e.V.
sind Gesellschafter der IBZ gGmbH.



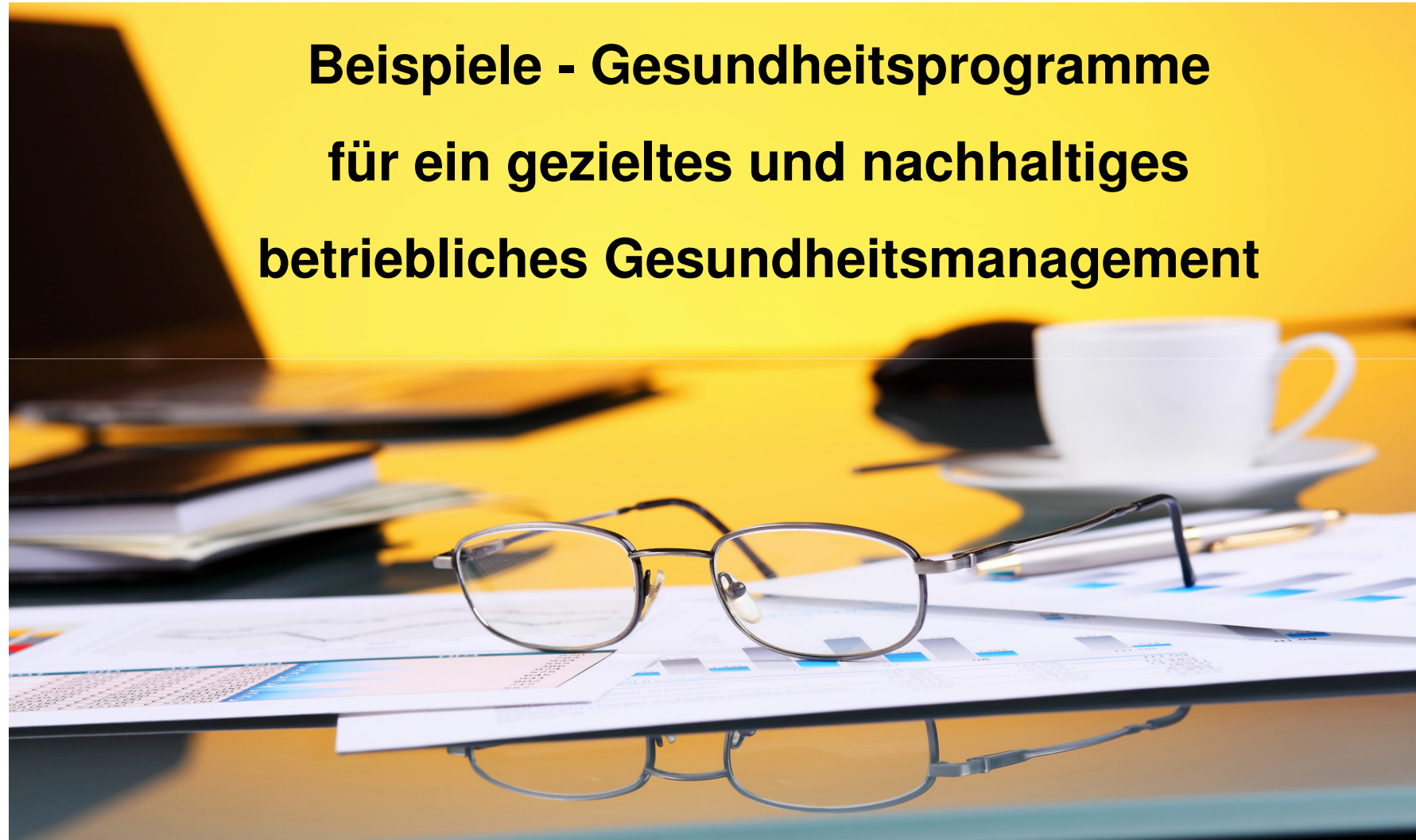
Auszug aus unseren Referenzen



MeisterWerke



**Beispiele - Gesundheitsprogramme
für ein gezieltes und nachhaltiges
betriebliches Gesundheitsmanagement**



Gesundheitsbausteine für Ihr Unternehmen



4 Themenfelder

- **Gesunder Arbeitsplatz** (Rund um die Ergonomie)
- **Gesunde Ernährung** (Messungen, Impulsvorträge, usw.)
- **Gesunder Ausgleich** (Präventionskurse, Workshops, usw.)
- **Gesundes Miteinander** (Teamangebote, Messungen, usw.)



Analyse /
Check
15 Min. p. P.

Fachvortrag
Workshop
60 Min.

Ergonomische Arbeitsplatzanalyse

Büro- und Bildschirmarbeitsplätze

Interaktiver Workshop

Hebe und Tragetechniken vor Ort vermitteln

Haltungsstatus-Check

Die Wirbelsäule –
die Achse des menschlichen Körpers

Workshop

Der gesunde Rücken
Die Mobilität der Wirbelsäule



Messung
15 Min. p. P.

Fachvortrag
Workshop
60 Min.

Bioelektrische Impedanz-Analyse

Erst- und Folgemessung

Mineralwasserschulung

Rund um das richtige Trinken
im Beruf, Freizeit und Sport

Workshop

“Fit und gesund durch den Tag“

Fachvortrag

“Essen für die Sinne“



Messung
15 Min. p. P.

Fachvortrag
Workshop
60 Min.

ABI - Messung

Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko
frühzeitig erkennen und vorbeugen

Cholesterin- / Blutzuckermessung

Fachvortrag

Cholesterin und Ernährung
Fett im Blut - na und? - Blutfettwerte im Griff

Präventionskurse

HbA1c - Messung

Das Blutzuckerlangzeitgedächtnis



Messung
15 Min. p. P.

Fachvortrag
Workshop
60 Min.

Fachvortrag

Vitamin D - das Sonnenhormon

Bestimmung des Vitamin D-Status

Sorgen Sie für einen gesunden
Vitamin-D-Spiegel!

Haut – Analyse

Untersuchung der Haut / Gesichtshaut

Team- / Bewegungsworkshops



Rechenbeispiele: Unternehmen...

- bis 25 Mitarbeiter/-innen
- bis 50 Mitarbeiter/-innen
- bis 250 Mitarbeiter/-Innen

Rechenbeispiel:

Unternehmen

bis 25 Mitarbeiter/-innen

Budgetplanung 12 Monate

5.000,00 Euro zzgl. MwSt.

BGM – Organisationspauschale

12 Monate

Aufbau, Planung, Organisation, Kick-off, Auswertung, Budgetplanung, Controlling, usw.

Themenfeld

1. Quartal

Ergonomie Haltungsstatus-Check
Workshop „Der gesunde Rücken“

15 Teilnehmer
Gruppe

Themenfeld

2. Quartal

Ernährung BIA-Messung
Fachvortrag „Die Lust zu Essen“

15 Teilnehmer
Gruppe

Themenfeld

3. Quartal

Herzgesundheit ABI-Messung
Cholesterin-/Blutzucker-/Blutdruckm.

15 Teilnehmer
Gruppe

Themenfeld

4. Quartal

Ernährung BIA-Messung (Folgemessung)
Fachvortrag Nahrungsmittelunverträglichkeiten

15 Teilnehmer
Gruppe

Rechenbeispiel:

Unternehmen

bis 50 Mitarbeiter/-innen

Budgetplanung 12 Monate

7.000,00 Euro zzgl. MwSt.

BGM – Organisationspauschale

12 Monate

Aufbau, Planung, Organisation, Kick-off, Auswertung, Budgetplanung, Controlling, usw.

Themenfeld

Ergonomie Haltungsstatus-Check

30 Teilnehmer

1. Quartal

Workshop „Der gesunde Rücken“

Gruppe

Themenfeld

Ernährung BIA-Messung

30 Teilnehmer

2. Quartal

Fachvortrag „Die Lust zu Essen“

Gruppe

Themenfeld

Herzgesundheit ABI-Messung

30 Teilnehmer

3. Quartal

Cholesterin-/Blutzucker-/Blutdruckm.

Gruppe

Themenfeld

Ernährung BIA-Messung (Folgemessung)

30 Teilnehmer

4. Quartal

Fachvortrag Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Gruppe

Rechenbeispiel:

Unternehmen bis 250 Mitarbeiter/-innen

Budgetplanung 12 Monate 10.000,00 Euro zzgl. MwSt.

BGM – Organisationspauschale 12 Monate

Aufbau, Planung, Organisation, Kick-off, Auswertung, Budgetplanung, Controlling, usw.

Themenfeld 1. Quartal	Ergonomie Haltungsstatus-Check Workshop „Der gesunde Rücken“	50 Teilnehmer Gruppe
Themenfeld 2. Quartal	Ernährung BIA-Messung Fachvortrag „Die Lust zu Essen“	50 Teilnehmer Gruppe
Themenfeld 3. Quartal	Herzgesundheit ABI-Messung Cholesterin-/Blutzucker-/Blutdruckm.	50 Teilnehmer Gruppe
Themenfeld 4. Quartal	Ernährung BIA-Messung (Folgemessung) Fachvortrag Nahrungsmittelunverträglichkeiten	50 Teilnehmer Gruppe

BGM – Organisationspauschale

Für eine beratende und gezielte Unterstützung im Bezug auf ein nachhaltiges und ganzheitliches betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) sowie deren Umsetzung eines mittel- und langfristigen Konzeptes von Präventionsangeboten für Ihr Unternehmen, schließen wir nach Abstimmung eine Kooperationsvereinbarung über einen Zeitraum von 12, 24 oder 36 Monate, die in den Rechenbeispielen bereits aufgeführt sind.

Ziel ist die gemeinsame Vorbereitung, Planung und Umsetzung gezielter kurz- /mittel- und langfristiger Präventionsmaßnahmen.

Dabei werden die konzeptionellen Bestandteile gemeinsam erarbeitet und abgestimmt.

IHR ANSPRECHPARTNER

**Inhaber / Teamleiter
praenet**

Hans-Joachim Meier

Ziegelei-Töpker-Straße 10
33154 Salzkotten

Fon: 05258 - 93882- 45

Fax: 05258 - 936 049

Mobil: 0171 - 78 37 188

E-Mail: hj.meier@praenet.eu

**Repräsentant der Initiative
„GESUNDE UNTERNEHMEN“**

- **Manfred Faulhaber**
0 52 51 – 87 80 63 – 0
m.faulhaber@initiative-gesunde-unternehmen.de
- **Hans-Joachim Meier**
0 52 58 – 9 38 82 – 45
hj.meier@initiative-gesunde-unternehmen.de

Starten Sie mit uns durch..!

