

Zum Geleit:

Eine Ausweitung der Lebensarbeitszeit bis ins Alter von 67 oder gar 69 Jahren wird öffentlich kontrovers diskutiert.

Viele fragen sich, wie man den beruflichen Anforderungen in diesem Alter überhaupt noch gerecht werden soll. Denn ohne alters- bzw. altersgerechte Arbeitsplätze und persönliche Fitness ist dies kaum denkbar.

Was bedeutet das für den Einzelnen?
Was kann man tun, um sich den Spaß an der Arbeit zu erhalten und seine Fitness zu fördern?
Welches Angebot ist das persönlich passende?

Was können Betriebe für ihre Mitarbeiter tun?
Wer unterstützt wiederum den Betrieb, sich Gesundheitsangebote leisten zu können?
Ist es unter betriebswirtschaftlichen Gesichtspunkten überhaupt sinnvoll, in betriebliches Gesundheitsmanagement zu investieren? Und welche Angebote nützen welchem Betrieb am meisten?

In Zusammenarbeit mit allen am „Gesundheitstag für Best Ager“ Beteiligten möchten die Beschäftigungsinitiative „Reife Leistung!“ und die Handwerkskammer in Lüneburg Anregungen und Ideen für alle Interessenten beisteuern.

REIFE LEISTUNG! wird gefördert und unterstützt von:



Ort der Veranstaltung:

Handwerkskammer
Braunschweig-Lüneburg-Stade
Friedenstraße 6
21335 Lüneburg

Kontakt:

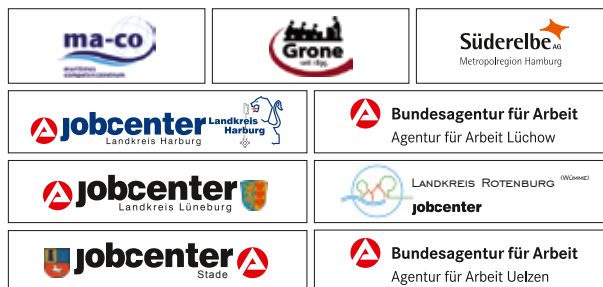
REIFE LEISTUNG! Süderelbe packt an.

Amina Gawasmeh
Projektmanagement und PR
Tel.: 04131-208225
Fax.: 04131-208210
gawasmeh@suederelbe.info

SAG Süderelbe Projektgesellschaft AG & Co.KG
Walter-Bötcher-Str. 15
21337 Lüneburg

www.reifeleistung.info

REIFE LEISTUNG! ist ein Gemeinschaftsprojekt von:



REIFE LEISTUNG!

Süderelbe packt an.



© B.Vollert

Gesundheitstag für Best Ager

Länger fit fürs Berufsleben

30. Nov. 2011

Eine Veranstaltung in Kooperation mit:

 Handwerkskammer
Braunschweig-Lüneburg-Stade

Im Großen Saal: Informationsstände und Mehr

15:00 Uhr Eröffnung des Gesundheitstages

Begrüßung durch:

Rolf Schneider, Präsident der
Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade
Michael Niemeyer, Geschäftsführer des
Jobcenters Landkreis Lüneburg

15:30 Uhr bis 18:00 Uhr Zum Probieren und Informieren

Arbeitgeber informieren zu Gesundheitsberufen

Balimo-Stühle ausprobieren (Eckart u. Christiane Meyners)

Blutdruck- und Blutzuckermessung (DRK)

Body Fat Messung mit Kurzberatung (AOK)

Einfache Übungen zur Kräftigung des Körpers und
Entspannung der Muskulatur (Nora Witt)

Ergonomie am Büroarbeitsplatz und
gesundheitsgerechter Umgang mit Lasten (BBR Rappard)

Erkältungsprävention (BARMER GEK)

Fitnessstest, nicht anstrengend (Studio im Sportpark)

Gewinnspiele (AOK, BARMER GEK und DAK)

Gleichgewichtstest mit dem Balance Board (DAK)

Informationen zu Fort- und Weiterbildungen im
Gesundheitsbereich, Gesundheitsangeboten und
Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung

Power Plate (Studio im Sportpark)

RückenCheck – computergestütztes Verfahren zur
Bestimmung der Form, Stabilität und Beweglichkeit der
Wirbelsäule (IKK classic)

16:00 Uhr -16:20 Uhr Smoothie-Herstellung und Verkostung,

17:00 Uhr -17:20 Uhr Smoothies und Kräckerverkostung
(Nora Witt)

Im Kleinen Saal: Fachvorträge und Podiumsdiskussion

15:30 Uhr bis 16:15 Uhr
**Betriebliches Gesundheitsmanagement als
Erfolgsfaktor im demografischen Wandel**
Dr. Jürgen Pfister, Vorstandsvorsitzender
Das Demographie-Netzwerk ddn e.V.; Düsseldorf

16:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Unser Arbeitsschutzsystem
Dirk Spiewok, Technischer Aufsichtsbeamter des
Gewerbeaufsichtsamtes Lüneburg

17:30 Uhr bis 18:00 Uhr
Leistungsfähig bis zur Rente
Uwe Osterholz, Berater für Betriebliches
Gesundheitsmanagement der AOK, Hannover

18:15 Uhr bis 18:45 Uhr
**Betriebliche Gesundheitsförderung in kleinen
Handwerksunternehmen**
Markus Susmann, Betrieblicher Gesundheitsmanager
der IKK classic, Celle

Podiumsdiskussion 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
**Investitionen in die betriebliche Gesundheitsförderung
– rechnet sich das überhaupt?**

Diskussionsteilnehmer:

Eckhard Sudmeyer, Geschäftsführer der
Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade
Prof. Dr. Lutz Schumacher, Institut für Performance
Management der Leuphana Universität Lüneburg
Oberin Elisabeth Börner-Gleiß, PDL, Betriebswirtin und
Vorsitzende der Augusta-Schwesternschaft e.V., Lüneburg
Alfred Schiller, Geschäftsführer der
Schiller Zahntechnik GmbH & Co. KG, Salzgitter
Robert Christian Fandl, Qualitäts- und
Umweltmanagementbeauftragter der
Henning Dienstleistungsgruppe, Lüneburg

Moderation:

Amina Gawasmeh, Projektmanagerin „Reife Leistung!“,
SAG Süderelbe Projektgesellschaft AG & Co. KG, Lüneburg

Im Meisterforum: Wechselnde Mitmachangebote

15:30 Uhr bis 16:00 Uhr
16:30 Uhr bis 17:00 Uhr
17:30 Uhr bis 18:00 Uhr
Taoist Tai Chi™
Taoist Tai Chi Gesellschaft Deutschland e.V.

16:00 Uhr bis 16:30 Uhr
17:00 Uhr bis 17:30 Uhr
Wohltuendes Rückentraining
Unterschiedliche Kleingeräte kommen zum
Einsatz, Sportkleidung ist nicht erforderlich
Leitung: Peter Sorg, BBR Rappard

In gesondertem Raum:
15:30 Uhr bis 18:00 Uhr, Verlängerung bei Bedarf
Entspannungstraining
In 30-minütigen Einheiten
Leitung: Anne Schrader, AOK

Diese Veranstaltung wird
aktiv unterstützt von:

