



**GESUNDHEIT  
in Arbeit ...**  
Beschäftigte stärken, Führung fördern

*rückenwind<sup>+</sup>*

# Alles in Arbeit?

Stellen Sie sich vor, Sie wachen morgens auf und können nicht mehr aufstehen, weil Ihnen alles zu viel ist. Viele Beschäftigte kennen dieses Gefühl von körperlicher Erschöpfung und psychischer Ausgebranntheit.

Und jetzt stellen Sie sich vor, Sie wachen morgens auf und freuen sich auf einen neuen Tag. Auf Arbeit, die Sinn macht, ein Team, das Spaß macht, eine Führung, der nicht nur Ihre Leistung, sondern auch Ihre Gesundheit wichtig ist.

**Welchen Tag möchten Sie lieber erleben?**

**Beschäftigte stärken, Führung fördern. Das AWO Projekt identifiziert und verbessert die vielfältigen Dimensionen von gesundheitsfördernden und krankmachenden Indikatoren im Arbeitsumfeld. Unsere Beschäftigten sollen spüren:**

**„Meine AWO hält mich gesund!“**

# Gesundheit in Arbeit... ■ Beschäftigte stärken, Führung fördern

## **Gesundfaktor Selbstverantwortung**

Die AWO bietet Möglichkeiten, Beschäftigte in ihrer Widerstandsfähigkeit gegen Stress und Krisen zu stärken, mit Veränderungen positiv und souverän umzugehen und die Selbstachtsamkeit und Selbstwirksamkeit zu unterstützen. Dabei sollen auch Möglichkeiten gesucht werden, Berufs- und Privatleben besser in Einklang zu bringen. Machen Sie die Erfahrung, durch Ihr eigenes Handeln und Ihre eigene veränderte Haltung aktiv Ihre persönliche Arbeitssituation verbessern zu können!

## **Gesundfaktor Teamkultur**

Jeder von uns ist Teil eines sozialen Gefüges. In der Arbeitswelt häufig Teil eines Teams, geprägt durch unsere Rolle, unseren Arbeitsauftrag, und die persönlichen Bindungen zu Menschen. Teams sind lebendig und verändern



sich permanent. Wir helfen, diese Veränderungen positiv wahrzunehmen und die Grundlagen für ein gutes und wertschätzendes Arbeiten im Team zu verbessern. Dabei helfen die Themen Fehler-/Gesprächs- und Informationskultur.

## **Gesundfaktor Führung**

Der Zusammenhang zwischen Führungsstil und Zufriedenheit am Arbeitsplatz ist umfassend empirisch untersucht und unstrittig. Wir entwickeln z.B. mit Führungskräften eine „Toolbox Führung“, die Sie kontinuierlich in Ihren täglichen Herausforderungen begleiten kann. Darüber hinaus sind Schulungen zu „gesundem Führen“ möglich.

## **Gesundfaktor Organisation**

Doppelte, umständliche, unnötige, intransparente oder fehlende Prozesse und Aufgabenverteilungen bremsen erfolgreiches und gesundes Arbeiten oft aus. Holprige Schnittstellen kosten Zeit und Nerven. Das Projekt beleuchtet auf Wunsch bestimmte Prozesse, Funktionen und Aufgabenverteilungen und erarbeitet mit Betroffenen Optimierungsstrategien.

## **Gesundfaktor AWO**

**Nutzen Sie die Chance.  
Nutzen Sie die AWO.**

# Wir sind für Sie da.



*Heike Kahlert*

*Projektmitarbeiterin*

*Personalmanagement-Ökonomin*

*Heike.Kahlert@*

*awo-niederrhein.de*

*Tel.: 0201/3105-250*

*Tamara Zeidler*

*Projektleitung*

*Dipl.-Sozialwissenschaftlerin*

*Tamara.Zeidler@*

*awo-niederrhein.de*

*Tel.: 0201/3105-206*

*Sonja Lukat*

*Projektmitarbeiterin*

*Volljuristin*

*Sonja.Lukat@*

*awo-niederrhein.de*

*Tel.: 0201/3105-259*

*Simone Hermerath*

*Projektmitarbeiterin*

*Dipl.-Psychologin*

*Simone.Hermerath@*

*awo-mittelrhein.de*

*Tel.: 0221/579 98-197*



**Bezirksverband  
Niederrhein e.V.**

Lützowstraße 32  
45141 Essen  
[www.awo-nr.de](http://www.awo-nr.de)



**Bezirksverband  
Mittelrhein e.V.**

Rhonestraße 2a  
50765 Köln  
[www.awo-mittelrhein.de](http://www.awo-mittelrhein.de)

Das Projekt „Gesundheit in Arbeit... Beschäftigte stärken, Führung fördern“ wird im Rahmen des Programms rückenwind+ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.

