

## ANMELDUNG

Ich nehme am „Gesundheitstag für die Wirtschaft der Region Trier“ teil und melde mich hierzu verbindlich an.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Firma/Organisation: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnr.: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich werde von \_\_\_\_\_ Person(en) begleitet.

Name(n): \_\_\_\_\_

Bitte teilen Sie uns mit, welche Angebote Ihre Begleitperson(en) wahrnehmen möchte(n).

### Bitte unbedingt ankreuzen:

Ich nehme folgende Angebote wahr:

Einstiegsworkshop „BGM für kleinere und mittlere Unternehmen“

oder Schnupperkurs:

Rückenfit  Progressive Muskelentspannung

Kräftigung mit Theraband und Stabilisation mit Flexibar  Traumreise

Die Veranstaltungsteilnahme ist kostenfrei. Wir versenden keine gesonderte Anmeldebestätigung.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis spätestens 18. Juni 2014 an:

**Fax: (06 51) 97 77-5 05 oder per E-Mail an [becker@trier.ihk.de](mailto:becker@trier.ihk.de)**

Ihre Ansprechpartner für die Veranstaltung sind:

**Martina Becker**  
IHK Trier  
Telefon: (06 51) 97 77-910  
E-Mail: [martina.becker@trier.ihk.de](mailto:martina.becker@trier.ihk.de)

**Judith Derbach**  
Handwerkskammer Trier  
Telefon: (06 51) 2 07-4 84  
E-Mail: [jderbach@hwk-trier.de](mailto:jderbach@hwk-trier.de)

## Anfahrtsskizze IHK Trier

Industrie- und Handelskammer Trier  
Herzogenbuscher Straße 12 · 54292 Trier



Der Gesundheitstag findet im Rahmen des ESF-Projekts „Handwerk und KMU: vital und demografiefest“ und in Kooperation mit Handwerkskammer, Industrie- und Handelskammer und Kreis Junger Unternehmer Trier statt. Dieses Projekt wird vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.



# Gesundheitstag für die Wirtschaft der Region Trier

Firmen-Fitness live erleben

Mittwoch, 25. Juni 2014 | 9 bis 13 Uhr  
Tagungszentrum der IHK Trier



Gesunde, zufriedene und leistungsfähige Mitarbeiter sind in Zeiten des demografischen Wandels und knapper Bewerberzahlen ein wichtiger Erfolgsfaktor für Unternehmen.

Ein Gesundheitstag eignet sich ideal, um die Belegschaft ohne erhobenen Zeigefinger für das Thema Gesundheit zu sensibilisieren und in das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) einzusteigen.

Dabei ist BGM längst mehr als Gripeschutzimpfung, Fitness-Menü in der Kantine oder Rückenschule: Beim ersten Gesundheitstag für die Wirtschaft der Region Trier, den die Handwerkskammer, die Industrie- und Handelskammer und der Kreis Junger Unternehmer gemeinsam veranstalten, können Unternehmer, Führungskräfte und Personalverantwortliche verschiedene Facetten von Firmen-Fitness live erleben.

Mit dem vitalen Frühstück starten Sie lecker und vitaminreich in den Gesundheitstag. Carolin Hingst, Olympia-Teilnehmerin im Stabhochsprung, gibt Ihnen wertvolle Tipps aus ihrer langjährigen Karriere als Spitzensportlerin mit auf den Weg. In der Talkrunde mit Unternehmern stellen BGM-Erfahrene und Neueinsteiger erfolgreiche Praxisbeispiele vor und diskutieren, wie das Thema Gesundheit erfolgreich im Unternehmen umgesetzt werden kann.

Im Ausstellungsbereich können Sie verschiedene Aktionen, Angebote und Gesundheits-Checks unter dem Motto „Gesundheit im Betrieb“ ausprobieren und sich mit Experten und Gesundheitsdienstleistern austauschen. Nutzen Sie die Gelegenheit, um in Fitness- und Entspannungskurse hineinzuschluppeln oder sich im Einstiegsworkshop „BGM für kleine und mittlere Unternehmen“ darüber zu informieren, was sich hinter BGM verbirgt, wie Gesundheitsförderung im Betrieb aussehen kann und wer bei der Umsetzung unterstützt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

## PROGRAMM

**Ab 9:00 Uhr** Vitales Frühstücksbüfett und Besuch der Ausstellung

**9:45 Uhr** Begrüßung und Eröffnung der Veranstaltung

**Dr. Jan Glockauer**  
Hauptgeschäftsführer IHK Trier

**10:00 Uhr** Wie bringe ich mich und andere in Bewegung?

**Herausforderungen annehmen – Ziele verfolgen – Hürden überwinden**

**Carolin Hingst**  
Profi-Stabhochspringerin, Olympia-Teilnehmerin und Personal Trainerin

**10:45 Uhr** Talkrunde „Gesundheit ist Chefsache?!“

**Christian Heuschreiber**  
ITworks!, Kenn

**Annika Müller**  
JAM Software, Trier

**Theo Scholtes**  
Bitburger Braugruppe, Bitburg

**Sven Schmitz**  
MS Zahntechnik, Trier

**Moderation:** **Alfred Gettmann**  
Arbeitsmarkt- und Organisationsberatung  
Gettmann, Trier

**11:15 Uhr** **Handwerk und KMU: vital und demografiefest**

**Christian Neuenfeldt**  
HWK Trier

**11:25 Uhr** **Eröffnung des Praxisteils**  
HWK Trier

**12:00 bis 13:00 Uhr** **Einstiegsworkshop „BGM für kleine und mittlere Unternehmen“**

**Martina Becker**  
IHK Trier

**Schnupperkurse mit Carolin Hingst und Judith Derbach**

**12:00 bis 12:30 Uhr** Rückenfit  
Progressive Muskelentspannung

**12:30 bis 13:00 Uhr** Kräftigung mit Theraband und Stabilisation mit Flexibar  
Traumreise

**In unserem Ausstellungsbereich erwarten Sie folgende Anbieter mit Infoständen und Aktionen:**

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland (Fett- und Zucker-Ausstellung, Körperfettmessung), BARMER GEK (Wassertag), Deutsche BKK (Lungenfunktionstest), IKK Südwest (Körperfettmessung), Trierer Rückenzentrum, Handwerkskammer Trier (Cardio-Scan), Stresszentrum Trier, Praxisgemeinschaft für Naturheilkunde und Komplementärmedizin P. Vafiadis (Blutdruck- und Blutzuckermessung, Rücken-Check), TÜV Rheinland Kompetenzzentrum Gesundheitsmanagement (Beratung zur psychischen Gefährdungsbeurteilung und zu gesundem Führen)