

Betriebliche Gesundheitsförderung  
**BGF Know-how**

Seminarprogramm für Betriebe 2025



**Immer mehr Betriebe erkennen, dass die gesundheitsförderliche Gestaltung der Unternehmensabläufe und -strukturen nicht nur gesundheitliche, sondern auch wirtschaftliche Potenziale erschließen hilft. Dieses praxisorientierte Know-how unterstützt die Selbstorganisation des Betriebes und bereichert die Kompetenzen der betrieblichen Akteurinnen und Akteure.**

Liebe Leserin, lieber Leser!

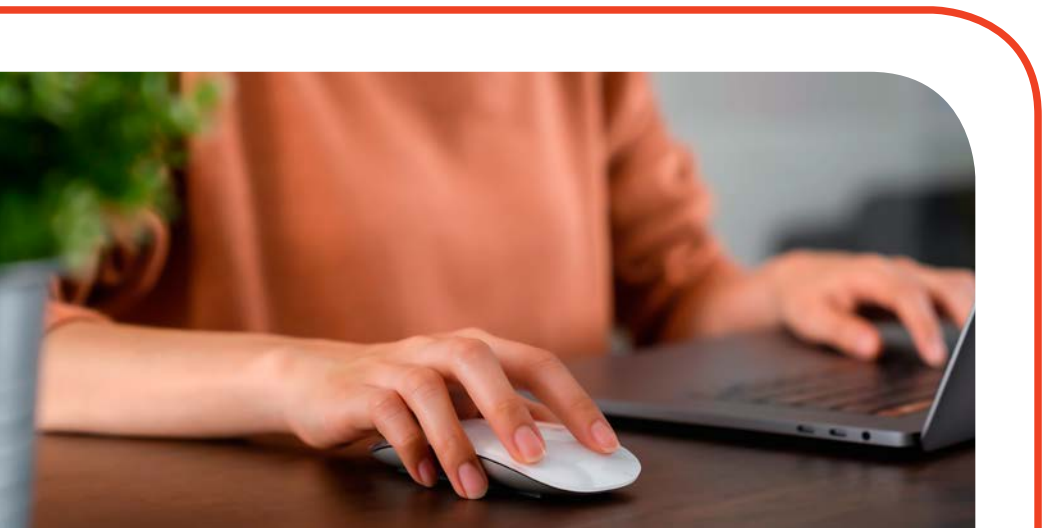
Auch für 2025 hat der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) ein attraktives Seminarangebot für Betriebe konzipiert und darin auch schwerpunktmäßig aktuelle Themen wie zum Beispiel BGF und Übergangsmanagement aufgegriffen.

Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) ist ein partizipativer Prozess, in dem Arbeitgeber:innen und Arbeitnehmer:innen gemeinsam daran arbeiten, dass betriebliche Abläufe und Strukturen analysiert und gegebenenfalls verändert werden. Immer mehr Betriebe erkennen, dass BGF-Projekte nicht nur gesundheitliche Potenziale erschließen, sondern auch ökonomisch sinnvoll sind. Das Ergebnis sind unter anderem optimierte Arbeitsabläufe, ein wertschätzendes Arbeitsklima und in weiterer Folge gesunde, zufriedene und motivierte Beschäftigte.

Bedingt durch die demografischen und gesellschaftlichen Veränderungen sowie durch die erhöhten Ansprüche in der Arbeitswelt, wird die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz immer bedeutender. Nur wer sich an seinem Arbeitsplatz wohl fühlt, kann auch einen entscheidenden Beitrag zur Produktivität eines Unternehmens leisten. Davon profitieren sowohl die Arbeitnehmer:innen als auch die Unternehmen sowie das öffentliche Gesundheitswesen in Österreich.

Das Ziel dieser Fort- und Weiterbildung ist die Befähigung von innerbetrieblichen Verantwortungsträgerinnen und -trägern und Beschäftigten zur erfolgreichen, qualitätsvollen Planung und Umsetzung von BGF-Projekten. Das Programm richtet sich nicht an BGF-Berater:innen, Evaluatorinnen und Evaluatoren etc.

Das Team des Fonds Gesundes Österreich



# Seminartermine 2025

## BGF-Projektleitung – Basis

Betriebe ab 50 MA – Modell Großbetrieb

10.-12.03.2025	Linz
13.-15.05.2025	Wien
15.-17.09.2025	Innsbruck
11.-13.11.2025	Graz

## BGF-Projektleitung – Integration von BGF in den Regelbetrieb

Betriebe ab 50 MA – Modell Großbetrieb

07.-08.04.2025	Linz
16.-17.06.2025	Innsbruck
25.-26.09.2025	Wien
04.-05.12.2025	Graz

## Gesundheitszirkelmoderation – Basis

Gesundheitszirkel professionell moderieren – die Grundlagen praktisch erproben

19.-20.03.2025	Linz
15.-16.04.2025	Innsbruck
27.-28.05.2025	Graz
30.06.-01.07.2025	Wien
14.-15.10.2025	Linz
04.-05.12.2025	Wien

## Gesundheitszirkel ONLINE moderieren

Onlineseminar mit Selbstlernphasen

05.06. + 24.06.2025	<b>ONLINE</b>
---------------------	---------------

## Vernetzungs- & Auffrischungsseminare

Herausfordernde Themen im Gesundheitszirkel positiv meistern

11.06.2025	Wien
------------	------

Innerbetriebliche Ansprechpartner:innen für Gesundheit als Booster für die BGF – Nachhaltigkeit

23.06.2025	Wien
------------	------

## BGF-Projektleitung – Basis

Betriebe bis 49 MA – Modell KMU

31.03.2025	Wien
04.06.2025	<b>ONLINE</b>
29.09.2025	Linz
07.11.2025	<b>ONLINE</b>

## BGF-Projektleitung – Integration von BGF in den Regelbetrieb

Betriebe bis 49 MA – Modell KMU

05.05.2025	<b>ONLINE</b>
05.12.2025	<b>ONLINE</b>

## Gesundes Führen – BASIS

Sich selbst und andere gesund führen

08.04.2025	Wien
22.05.2025	Linz
16.09.2025	Graz
04.11.2025	Linz

## Gesundes Führen – METHODEN

Neue Formen von Mitarbeitendengesprächen als Führungswerkzeug in KMUs

27.05.2025	<b>ONLINE</b>
------------	---------------

Gesund führen und mentale Gesundheit

03.06.2025	Linz
------------	------

Healthy Leadership – Neue Ansätze gesunder Führung

10.10.2025	Linz
------------	------

## Schwerpunktseminare

Generation im Fokus der BGF

16.06.2025	Innsbruck
------------	-----------

Frauen im Fokus: Betriebliche Frauengesundheitsförderung

03.07.2025	Wien
------------	------

BGF und Nachhaltigkeit – von aktiver Mobilität zur ESG-Berichterstattung

13.11.2025	Wien
------------	------



## BGF-PROJEKTLEITUNG – BASIS

Betriebe ab 50 Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern – Modell Großbetrieb

Betriebe ab 50  
Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern

### ***Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) als moderne Unternehmensstrategie***

BGF-Projekte sind „Organisationen auf Zeit“ und benötigen eine strukturierte Vorgangsweise. Unternehmensinterne BGF-Projektleiter:innen übernehmen damit eine zentrale Aufgabe und sind wesentlich für die erfolgreiche Umsetzung eines BGF-Projekts verantwortlich. Das Seminar stärkt betriebsinterne BGF-Projektleiter:innen sowohl in Bezug auf die entsprechenden BGF-Projektphasen und Projektwerkzeuge als auch in Bezug auf ihre Rolle als Motor und Promotor:in für Gesundheitsförderung in ihrem Unternehmen.

## SEMINAR:

### Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)

- Gesundheitsmodelle und umfassender Gesundheitsbegriff
- Ziele und Nutzen von BGF
- Qualitätskriterien und Instrumente der BGF
- Gesundheitliche Chancengerechtigkeit im Betrieb begünstigen
- Gesundheitskompetenz im Betrieb fördern

### Projektmanagement in BGF-Projekten

- Rolle und Aufgaben der Projektleitung
- Projektzyklen, Arbeitsmethoden, Instrumente und Interventionen
- Erfolgsfaktoren, Hürden und Stolpersteine in der Umsetzung von BGF
- Erfolgreiche Beispiele aus der Praxis
- Ausblick Betriebliches Gesundheitsmanagement

### Konkrete Schritte

- Projektplanung
- Zieldefinition
- Erfahrungsaustausch und Transfer in die eigene Praxis
- Kooperationspartner, das Österreichische Netzwerk BGF
- Projektförderung, der Projektguide 2.0 des FGÖ

## ZIEL:

Dieses Seminar unterstützt interne Projektverantwortliche bei der Planung und Umsetzung eines BGF-Projekts. Es bietet die Möglichkeit, sowohl Ihr spezifisches Projekt konkret zu planen als auch Ihre Rolle als BGF-Projektleiter:in zu reflektieren und zu stärken.

**Zielgruppe: Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und Beschäftigte**, die im eigenen Unternehmen ein BGF-Projekt leiten werden oder in der Anfangsphase bereits umsetzen sowie Personen ohne BGF-Vorqualifizierung zum internen Kompetenzaufbau. Das Seminar richtet sich NICHT an Projektleiter:innen, deren BGF-Projekte bereits in der Abschlussphase sind. Dafür eignet sich das Seminar „BGF-Projektleitung – Vom BGF-Projekt zur Nachhaltigkeit“ besser.

**Referent/in:** Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer, Dr. Christian Scharinger  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 3 Tage, 1. Tag 10:00–17:00 Uhr, 2. und 3. Tag 09:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 550,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
10.-12.03.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/gtdme/">https://seminare.goeg.at/gtdme/</a>	24.02.2025
13.-15.05.2025	Hotel Kolping City, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/glveh/">https://seminare.goeg.at/glveh/</a>	29.04.2025
15.-17.09.2025	Austria Trend Hotel Congress, Innsbruck	<a href="https://seminare.goeg.at/d9zbq/">https://seminare.goeg.at/d9zbq/</a>	01.09.2025
11.-13.11.2025	Austria Trend Hotel Europa, Graz	<a href="https://seminare.goeg.at/mwdcl/">https://seminare.goeg.at/mwdcl/</a>	28.10.2025



Betriebe bis 49  
Mitarbeiter:innen

## BGF-PROJEKTLEITUNG – BASIS

Betriebe bis 49 Mitarbeiter:innen – Modell Klein- und Mittelbetrieb  
(Online- und Präsenzseminare)

*Die besonderen Gesundheitschancen in Kleinbetrieben nützen –  
Umsetzungsmodelle kennenlernen*

Die Umsetzung von BGF-Projekten in Kleinbetrieben weist einige Besonderheiten auf. Je nach Unternehmensgröße können verschiedene Herangehensweisen zur Ist-Analyse, Maßnahmenplanung, Umsetzung von Maßnahmen und Evaluation zur Anwendung kommen. In diesem Seminar erhalten betriebsinterne Akteurinnen und Akteure ein kompaktes Know-how für die erfolgreiche Umsetzung eines qualitätsgesicherten BGF-Projekts in ihrem Betrieb.

## SEMINAR:

### Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)

- Ganzheitliches Gesundheitsverständnis und Qualitätskriterien
- Instrumente der BGF in Betrieben bis 49 Mitarbeiter:innen

### Methoden zur Erhebung von Gesundheitsressourcen und Gesundheitsbelastungen

- Entwicklung von Maßnahmen und deren Umsetzung
- Einbeziehung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, z. B. durch Gesunde Dialoge, Befragungen, Workshops, Zielgruppenorientierung und Chancengerechtigkeit

### Rolle und Aufgabe der Projektleitung bzw. Unternehmensleitung

- Erfolgsfaktoren und Stolpersteine bei der Umsetzung
- Erfahrungen aus der Praxis
- Kooperationspartner:innen, das Österreichische Netzwerk BGF

## ZIEL:

Dieses Seminar unterstützt interne Projektverantwortliche und Unternehmensleiter:innen aus Kleinbetrieben bei der Umsetzung eines BGF-Projekts. Es bietet die Möglichkeit, Ihr Projekt zu planen und zu reflektieren und von Erfahrungen aus der Praxis zu profitieren.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und Beschäftigte aus Kleinbetrieben, die ein BGF-Projekt in der Anfangsphase leiten oder leiten werden. Es ist keine BGF-Vorqualifizierung erforderlich. Für Projektleiter:innen, deren Projekt sich bereits in der Abschlussphase befindet, eignet sich das Seminar „BGF-Projektleitung für Betriebe bis 49 Mitarbeiter:innen – Vom Projekt zur Nachhaltigkeit“.

**Referent/in:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler, Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer

**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen

**Seminardauer:** PRÄSENZTERMIN: 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
ONLINETERMIN: ½ Tag, 9:00–13:00 Uhr

**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
31.03.2025	Im Hinterhaus, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/zpff/">https://seminare.goeg.at/zpff/</a>	17.03.2025
04.06.2025	ONLINE	<a href="https://seminare.goeg.at/9cyew/">https://seminare.goeg.at/9cyew/</a>	21.05.2025
29.09.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/psepq/">https://seminare.goeg.at/psepq/</a>	15.09.2025
07.11.2025	ONLINE	<a href="https://seminare.goeg.at/embu7/">https://seminare.goeg.at/embu7/</a>	24.10.2025





Betriebe ab 50  
Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern

## BGF-PROJEKTLEITUNG – INTEGRATION VON BGF IN DEN REGELBETRIEB

Betriebe ab 50 Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern – Modell Großbetrieb

### *Vom BGF-Projekt zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement*

BGF-Projekte sind in einem ersten Schritt gleichsam „Laborsituationen“, unter denen ein Unternehmen sich mit Gesundheitsförderung vertraut macht und konkrete Praxiserfahrungen sammelt. Das Ziel ist jedoch eine nachhaltige Verankerung des Themas Gesundheit im Sinne eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Eine strukturierte Vorgehensweise und die Verbindung gesetzlicher, freiwilliger und individueller Aufgaben und Angebote haben sich dabei in der Praxis bewährt. In den letzten Jahren hat sich auch in Österreich ein einheitliches Verständnis Betrieblichen Gesundheitsmanagements entwickelt, an welchem sich das Seminar orientiert.



## SEMINAR:

### Funktion von Projekten und Schnittstellen zu einem nachhaltigen System

- Bedeutung des Projektabschlusses
- Erfolge sichern – Verankerung aufbauen

### Grundlagen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM)

- Handlungsfelder eines modernen BGM
- Erfolgsfaktoren, Hürden und Stolpersteine bei der Implementierung
- Die zentrale Rolle von Führungskräften
- Erfolgreiche Beispiele aus der Praxis

### Gesundheitsmanagement als Element der Personalentwicklung

- Anschlussfähige Managementsysteme und gesundheitsrelevante Betriebsvereinbarungen
- Personal- und Organisationsentwicklung als zentrale Schnittstelle zu BGM
- Zielgruppen und Chancengerechtigkeit
- Gesundheitskompetenz und Gesundheitsinformation im Betrieb fördern
- Gesundheit messen und Return on Investment sichern

### Umsetzung und nächste Schritte

- Transfer in die eigene Praxis
- Von der Projektleiterin zur betrieblichen Gesundheitsmanagerin, vom Projektleiter zum betrieblichen Gesundheitsmanager

## ZIEL:

Dieses Seminar unterstützt Sie bei der Weiterentwicklung Ihrer BGF-Aktivitäten in Richtung Gesundheitsmanagement und in Ihrer Rolle als BGM-Manager:in.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und aktive Projektleiter:innen aus Unternehmen, die sich im Rahmen ihrer Tätigkeit inhaltlich weiterbilden und ihre Erfahrungen im Sinne eines kollegialen Austausches reflektieren möchten. Der Status des BGF-Projekts im Unternehmen sollte sich in einer fortgeschrittenen Phase (mindestens Abschluss der Diagnosephase) befinden, oder das Projekt sollte bereits abgeschlossen sein.

**Referent/in:** Dr. Christian Scharinger  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Semindauer:** 2 Tage, 1. Tag 10:00–17:00 Uhr, 2. Tag 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 550,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
07.-08.04.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/8quux/">https://seminare.goeg.at/8quux/</a>	24.03.2025
16.-17.06.2025	Austria Trend Hotel Congress, Innsbruck	<a href="https://seminare.goeg.at/dbbc9/">https://seminare.goeg.at/dbbc9/</a>	02.06.2025
25.-26.09.2025	Hotel Kolping City, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/h8jkm/">https://seminare.goeg.at/h8jkm/</a>	11.09.2025
04.-05.12.2025	Austria Trend Hotel Europa, Graz	<a href="https://seminare.goeg.at/xzrmr/">https://seminare.goeg.at/xzrmr/</a>	20.11.2025



# BGF-PROJEKTLEITUNG – INTEGRATION VON BGF IN DEN REGELBETRIEB

Betriebe bis 49 Mitarbeiter:innen – Modell Klein- und Mittelbetrieb  
(Onlineseminar)

*Das BGF-Projekt erfolgreich beenden – eine Kultur  
der Achtsamkeit in Bezug auf Gesundheit verankern*

Gerade in kleineren Betrieben stellt sich die Frage, wie nach einem BGF-Projekt Gesundheit als wichtiger Unternehmenswert nachhaltig verankert werden kann. Das Seminar verdeutlicht, wie Projekte der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) zu einem guten Abschluss gebracht werden können und Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) mit den vorhandenen Ressourcen in einem „gesunden Betrieb“ verankert werden kann.

## SEMINAR:

- Die Grundlagen einer Gesunden Organisation
- Vom Abschluss des BGF-Projekts und von der Verankerung eines nachhaltigen Systems
- Mögliche Handlungsfelder in Betrieben bis 49 Beschäftigte
- Konzeption Ihres Modells für BGM
- Erfolgreiche Beispiele aus der Praxis
- Information zu FGÖ-Förderschwerpunkte für Betriebe in puncto Nachhaltigkeit
- Angebote des Österreichischen Netzwerks BGF



## ZIEL:

Dieses Seminar unterstützt Sie bei der Weiterentwicklung Ihrer BGF-Aktivitäten in Richtung Gesundheitsmanagement und in Ihrer Rolle als BGM-Manager:in.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und aktive Projektleiter:innen aus Betrieben bis 49 Mitarbeiter:innen, die sich inhaltlich weiterbilden, das Projekt reflektieren und BGF im Unternehmen weiterführen wollen. Das BGF-Projekt im Unternehmen sollte sich in einer fortgeschrittenen Phase befinden bzw. kann auch bereits abgeschlossen sein.

**Referent/in:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler, Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** ONLINETERMIN ½ Tag: 9:00–13:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
05.05.2025	ONLINE	<a href="https://seminare.goeg.at/ljnkx/">https://seminare.goeg.at/ljnkx/</a>	22.04.2025
05.12.2025	ONLINE	<a href="https://seminare.goeg.at/y9gxy/">https://seminare.goeg.at/y9gxy/</a>	21.11.2025





Document with tables and text, possibly a report or contract.

Blank notebook page.



# GESUNDHEITZIRKELMODERATION – BASIS

## *Gesundheitszirkel professionell moderieren – die Grundlagen praktisch erproben*

Gesundheitszirkel sind ein zentrales Element der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Durch dieses partizipative Gruppenverfahren werden Mitarbeiter:innen aktiv in die Prozesse der BGF eingebunden und entwickeln konkrete Veränderungsvorschläge. Der Moderation von Gesundheitszirkeln kommt dabei eine entscheidende Rolle zu. Das Seminar vermittelt die wesentlichen Grundlagen und Praxiswerkzeuge für betriebsinterne Gesundheitszirkelmoderatorinnen/-moderatoren und stärkt diese in der Umsetzung ihrer Funktion.

### SEMINAR:

- Voraussetzungen zur Durchführung von Gesundheitszirkeln (Auftragsklärung, Schritte der Vorbereitung)
- Organisationsformen und Zusammensetzung von Gesundheitszirkeln
- Zielgruppenorientierung – Berücksichtigen unterschiedlicher Voraussetzungen der Teilnehmenden
- Arten von Gesundheitszirkeln bezüglich der Arbeitsthemen: offene Themenbearbeitung oder themenzentrierter Zirkel
- Dokumentation der Gesundheitszirkelergebnisse
- Abstimmung der weiteren Vorgehensweise mit der Projektleitung
- Möglichkeiten für nachhaltige Funktionen von Gesundheitsmoderatorinnen und -moderatoren – Rollenangebote nach dem Zirkel

### ZIEL:

Dieses Seminar vermittelt die Grundlagen der Moderation von Gesundheitszirkeln und bietet Ihnen damit die Möglichkeit, Gesundheitszirkel in Ihrem Unternehmen zu planen, zu moderieren und zu dokumentieren.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Akteurinnen und Akteure, die im Rahmen eines BGF-Projekts oder bereits implementierten BGM-Systems im eigenen Betrieb Gesundheitszirkel moderieren werden

**Referent:innen:** Mag. Wilhelm Baier, Mag.<sup>a</sup> Sabine Baillon, Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler

**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen

**Seminardauer:** 2 Tage, 1. Tag 10:00–17:00 Uhr, 2. Tag 9:00–17:00 Uhr

**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
19.-20.03.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/xzcv/">https://seminare.goeg.at/xzcv/</a>	05.03.2025
15.-16.04.2025	Austria Trend Hotel Congress, Innsbruck	<a href="https://seminare.goeg.at/su7v3/">https://seminare.goeg.at/su7v3/</a>	01.04.2025
27.-28.05.2025	BHS Exerzitienhaus, Graz	<a href="https://seminare.goeg.at/v997f/">https://seminare.goeg.at/v997f/</a>	13.05.2025
30.06.-01.07.2025	Im Hinterhaus, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/gnszn/">https://seminare.goeg.at/gnszn/</a>	16.06.2025
14.-15.10.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/xylhr/">https://seminare.goeg.at/xylhr/</a>	30.09.2025
04.-05.12.2025	Im Hinterhaus, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/ebbjm/">https://seminare.goeg.at/ebbjm/</a>	20.11.2025



## GESUNDHEITZIRKEL ONLINE MODERIEREN

(Onlineseminar mit Selbstlernphasen)

***Beteiligung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern trotz räumlicher Distanz***

Gesundheitszirkel sind ein zentrales Element der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Durch dieses partizipative Gruppenverfahren werden Mitarbeiter:innen aktiv in die BGF eingebunden und entwickeln konkrete Veränderungsvorschläge. Dieses Seminar vermittelt Grundlagen für die Durchführung von Gesundheitszirkeln mit Onlinetools. Mit einem Gesundheitszirkel im Onlineformat können auch Mitarbeiter:innen im Homeoffice oder an unterschiedlichen Standorten sehr gut einbezogen werden.



## SEMINAR:

### Selbstlernphase:

- Individuelles Selbststudium von Unterlagen zu den Grundlagen der BGF. Die Unterlagen werden vor dem Seminar zur Verfügung gestellt.

### Onlinetermin 1:

- Klärung von Fragen zu den Grundlagen der BGF
- Einen Gesundheitszirkel mit Onlinetools als Teilnehmer:in erleben
- Reflexion der Erfahrungen in Bezug auf den Zirkelablauf und die eingesetzten Tools

### Selbstlernphase:

- Individuelles Selbststudium der Unterlagen zur Rolle von Gesundheitszirkelmoderatorinnen und -moderatoren von der Auftragsklärung bis zur Dokumentation
- Rahmenbedingungen für erfolgreiche Onlinemoderation
- Erstellen eines Onlinedesigns für einen konkreten Gesundheitszirkel in Kleingruppen

### Onlinetermin 2:

- Vorstellen der Zirkeldesigns, Feedback und Klärung von Fragen
- Je nach Anzahl der Teilnehmenden am Seminar: Live-Onlinemoderation einzelner Gesundheitszirkelsequenzen durch die Teilnehmer:innen

## ZIEL:

Dieses Seminar vermittelt die Grundlagen der Planung und Moderation von Onlinegesundheitszirkeln und bietet die Möglichkeit, einen Gesundheitszirkel im virtuellen Raum persönlich zu erproben.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Akteurinnen und Akteure, die im Rahmen eines BGF-Projekts oder bereits implementierten BGM-Systems im eigenen Betrieb Onlinegesundheitszirkel moderieren werden.

**Referentinnen:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Baillon, Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer

**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen

**Seminardauer:** Onlinetermine und Selbstlernphasen

1. Teil: 9:00–13:00 Uhr, Technisches Onboarding um 8:30 Uhr

2. Teil: 9:00–13:00 Uhr, Selbststudium vor Teil 1 sowie zwischen Teil 1 und Teil 2

**Seminargebühren:** € 400,- pro Person

### Termine

05. + 24.06.2025

### Veranstaltungsort

ONLINE

### Anmeldelink

<https://seminare.goeg.at/837ww/>

### Anmeldeschluss

22.05.2025



# GESUNDES FÜHREN – BASIS

## *Sich selbst und andere gesund führen*

Führungskräfte spielen eine zentrale Rolle bei der erfolgreichen Umsetzung Betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF). Der eintägige Workshop basiert auf dem Ansatz, dass die Gestaltung der Führungsrolle nicht nur maßgebliche Auswirkungen auf die Gesundheit der Beschäftigten, sondern auch auf die persönliche Gesundheit von Führungskräften hat. Gesundheit muss daher als eine nicht delegierbare Führungsaufgabe angesehen werden, die über den individuellen Führungsstil hinausreicht und zentraler Bestandteil einer gesunden Organisationskultur ist.

### SEMINAR:

- Persönliches Gesundheitsverständnis und Rolle als Führungskraft
- Selbstmanagement als Bestandteil einer gesunden Führungskultur
- Salutogenes Führen – theoretische Grundlagen, wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Umsetzung
- Instrumente und Tools gesundheitsorientierter Führung
- Grundlagen zu Führen in Krisenzeiten
- Die Gestaltung einer „gesunden Organisation“

### ZIEL:

Dieses Seminar bietet Führungskräften einen kompakten Überblick über Grundlagen und Werkzeuge einer gesundheitsorientierten Führungskultur und lädt zur Reflexion der eigenen Führungsrolle ein.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Personen mit Führungsverantwortung in allen Betriebs- und Unternehmensgrößen bzw. Führungsebenen.

**Referent:in:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Baillon, Mag. Wilhelm Baier

**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen

**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr

**Seminargebühren:** € 300,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
08.04.2025	Im Hinterhaus, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/nm9wvc/">https://seminare.goeg.at/nm9wvc/</a>	25.03.2025
22.05.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/pceg8/">https://seminare.goeg.at/pceg8/</a>	18.05.2025
16.09.2025	BHS Exerzitienhaus, Graz	<a href="https://seminare.goeg.at/8snzz/">https://seminare.goeg.at/8snzz/</a>	02.09.2025
04.11.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/8q3vk/">https://seminare.goeg.at/8q3vk/</a>	21.10.2025

# GESUNDES FÜHREN – METHODEN

## Healthy Leadership – Neue Ansätze gesunder Führung

### *Gesunde Führungstools auf neuen Wegen*

Auch wenn der Zusammenhang zwischen Gesundheit und Führung schon lange Zeit einen Schwerpunkt der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) darstellt, haben die Entwicklungen der letzten Jahre – u.a. die Digitalisierung und die Agilität – diese Perspektive nochmals an Bedeutung gewinnen lassen. In der Vielfältigkeit der verschiedenen Ansätze zum Thema „Gesundes Führen“ zeigen sich interessante Trends, aber auch manche Widersprüche.

Im Zentrum steht dabei eine stärkere Betonung der Wirkung einer Führungskraft auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter:innen. Das Seminar greift aktuelle Diskurse über den Zusammenhang von Gesundheit, guter Arbeit und Führung auf und versucht daraus relevante Führungsprinzipien abzuleiten.

### SEMINAR:

- New Work – wissenschaftliche Ergebnisse zu neuen Arbeitsformen und deren Auswirkung auf Führungskräfte
- Purpose und Individuation als Eckpfeiler einer gesundheitsorientierten Führung
- Von der Performance zur Performanz – Führung, die wirkt
- Führungsprinzipien einer agilen Arbeitswelt
- Ansätze der positiven Psychologie und einer sinnorientierten Führung
- Modelle und Tools für Führungskräfte

### ZIEL:

Dieses Seminar bietet Führungskräften die Möglichkeit Ihren Führungsrepertoire zu erweitern und einen kompakten Überblick bezüglich neuerer Aspekte einer gesundheitsorientierten Führungskultur zu erhalten.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Personen mit Führungsverantwortung in allen Betriebs- und Unternehmensgrößen bzw. Führungsebenen.

**Referent:** Dr. Christian Scharinger  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 300,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
10.10.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/9v7tb/">https://seminare.goeg.at/9v7tb/</a>	26.09.2025

# Gesund führen und mentale Gesundheit

## ***Mentale Gesundheit erkennen und stärken – bei mir und meinen Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern***

Der Einfluss mentaler Gesundheit auf ein produktives und erfülltes (Arbeits-)Leben ist im Bewusstsein von Führungskräften und im Fokus unternehmerischen Handelns angekommen. So führt dauerhafte mentale Überlastung neben Krankheitssymptomen, Einschränkungen und Sorgen Betroffener und ihres Umfelds zumeist auch zu langen und kostenintensiven Ausfallzeiten. Dies ist jedoch nur die Spitze des Eisbergs: Auch kurzfristige mentale Belastungen verringern die Kreativität und Problemlösungsfähigkeit und wirken sich negativ auf die Leistung und das Sozialklima im Team aus. Umso wichtiger ist es, dass Führungskräfte mentale Belastungen bei sich und ihren Mitarbeitenden frühzeitig erkennen, ansprechen sowie individuelle und organisationale Handlungsansätze zur Vermeidung von Überlastungen sowie zur Stärkung von Ressourcen zur Verfügung haben. Zusätzlich werden auch die Verantwortung und die Grenzen der Fürsorgepflicht und die nötige Einbeziehung von (externen) Expertinnen und Experten für psychische Gesundheit thematisiert.

### **SEMINAR:**

- Was ist mentale Gesundheit?
- Zusammenhang zwischen mentaler, körperlicher und sozialer Gesundheit sowie Arbeits- und Lebensbedingungen
- Gesunde Leistungsfähigkeit: Unterforderung und Überforderung erkennen und ansprechen
- Individuelle und organisationale Methoden zur Förderung mentaler Gesundheit und Resilienz
- Verantwortung und Grenzen der Führungskraft in Bezug auf die mentale Gesundheit der Mitarbeitenden

### **ZIEL:**

Das Seminar unterstützt Führungskräfte dabei, erste Anzeichen und Alarmsignale mentaler Überlastung zu erkennen sowie individuelle und organisationale Handlungsansätze zur Verringerung der Belastungen und zur Stärkung von Ressourcen zu entwickeln.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Personen mit Führungsverantwortung in allen Betriebs- und Unternehmensgrößen und Führungsebenen.

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Baillon  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 300,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
03.06.2025	Bildungshaus Sankt Magdalena, Linz	<a href="https://seminare.goeg.at/9ghes/">https://seminare.goeg.at/9ghes/</a>	20.05.2025

# Neue Formen von Mitarbeitendengesprächen als Führungswerkzeug in KMUs (Onlineseminar)



## *Mitarbeitendengespräche als Multitool für Führungskräfte*

Mitarbeitendengespräche sind ein zentrales Führungsinstrument und ein lohnender Ansatz, um Gesundheit nachhaltig und systematisch in der Organisation zu verankern. Besonders in Klein- und Mittelbetrieben (KMUs) bergen Vier-Augen-Gespräche zwischen Führungskraft und Mitarbeitender/Mitarbeitendem großes Potenzial. Während bereits das Gespräch an sich der Beziehungspflege dient und gesundheitsfördernd wirkt, gewinnt die Führungskraft darüber hinaus wertvolle Hinweise für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) oder Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). Werden Topbelastungen und Bedürfnisse für das gesamte Team bzw. Unternehmen ausgewertet und systematisch in gesundheitsrelevante Unternehmensprozesse eingespeist, werden mit überschaubarem Aufwand Diagnose und Beteiligung umgesetzt und wird so die Basis für nachhaltige BGF geschaffen.

### SEMINAR:

- Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Kommunikation: Gesundheit stärkend kommunizieren
- Führungswerkzeug Mitarbeitendengespräche: warum und wozu?
- Institutionalisierte und anlassbezogene Mitarbeitendengespräche: Formen, Vor- und Nachteile
- Neue Formen von Mitarbeitendengesprächen: Gesunder Dialog, Willkommensgespräch, Fürsorgegespräch, Ge(h)spräch, Entwicklungsgespräch, Kritikgespräch
- Einspeisen gesundheitsrelevanter Ergebnisse in BGF/BGM
- Kollegialer Erfahrungsaustausch – voneinander lernen
- Transfer in die eigene BGF bzw. in das eigene BGM

### ZIEL:

Das vorliegende Seminar vermittelt den Teilnehmenden Relevanz und Wirkung gesundheitsstärkender persönlicher Vier-Augen-Gespräche und zeigt neue Formen von Mitarbeitendengesprächen insbesondere für den Einsatz in KMUs auf.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Personen mit Führungsverantwortung in allen Führungsebenen sowie BGF-Verantwortliche aus Betrieben bis 50 Mitarbeitende.

**Referentinnen:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler, Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer (Co-Host)  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** ONLINETERMIN ½ Tag: 9:00–13:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 300,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
27.05.2025	ONLINE	<a href="https://seminare.goeg.at/sxgsn/">https://seminare.goeg.at/sxgsn/</a>	13.05.2025



# Betriebliche Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt 4.0



**Das Praxisbuch erhalten Sie gratis** beim Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, E-Mail: [fgoe@goeg.at](mailto:fgoe@goeg.at), Tel.: 01/895 04 00 oder als Download auf [www.fgoe.org](http://www.fgoe.org)

# VERNETZUNG und AUFFRISCHUNG 2025

*Vertiefen – vernetzen – Neues lernen*

Vernetzung ist eines der Grundprinzipien der Gesundheitsförderung. Die angebotenen Vernetzungs- und Auffrischungsseminare bieten die Möglichkeit der inhaltlichen Vertiefung, des Praxisaustausches sowie einer inhaltlichen Erweiterung und Stärkung durch erfahrene Kolleginnen und Kollegen aus anderen Unternehmen.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche BGF-Akteurinnen und -Akteure aller Betriebsgrößen sowie Teilnehmende der Seminare BGF-Projektleitung (Basis, Integration in den Regelbetrieb), Gesundheitszirkelmoderation, die bereits Erfahrung in der Umsetzung von BGF-Projekten bzw. in der Moderation von Gesundheitszirkeln haben und an innovativen Impulsen, neuen oder vertiefenden Ideen und anderen Sichtweisen interessiert sind.

## VERNETZUNGSSEMINAR – BGF-PROJEKTLEITUNG

### Innerbetriebliche Ansprechpartner:innen für Gesundheit als Booster für die BGF-Nachhaltigkeit

Egal ob sie als Multiplikatorinnen/Multiplikatoren, Beauftragte, Koordinatorinnen/Koordinatoren, Lotsinnen/Lotsen, Vertrauenspersonen oder Health Angels bezeichnet werden: Die Rede ist von innerbetrieblichen Ansprechpartnerinnen/-partnern für Gesundheit. Sie tragen Mitverantwortung für Gesundheit im Unternehmen und ermöglichen es, die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) auf viele Schultern zu verteilen. Was es neben der Benennung für ihre erfolgreiche Arbeit braucht, ist ihre Befähigung, Klarheit über Aufgaben, Nichtaufgaben, Prozesse sowie Schnittstellen und entsprechende Ressourcen herzustellen. In zahlreichen Betrieben sind sie ein wahrer Booster für die BGF-Nachhaltigkeit!

#### SEMINAR:

- Innerbetriebliche Ansprechpartner:innen als Ressource für die BGF-Nachhaltigkeit
- Rolle, Aufgaben und Nichtaufgaben von Ansprechpartnerinnen und -partnern für Gesundheit im Unternehmen
- Ansprechpartner:innen für Gesundheit in die Organisation einbetten: So gelingt's!
- Good-Practice-Modelle aus BGF-Betrieben (Klein-, Mittel- und Großbetriebe)
- Kollegialer Erfahrungsaustausch und Vernetzung
- Transfer in die eigene BGF bzw. in das eigene BGM

#### ZIEL:

Das vorliegende Seminar dient der Vernetzung und dem kollegialen Erfahrungsaustausch. Die Teilnehmenden erhalten wertvolle Impulse für die Etablierung innerbetrieblicher Ansprechpartner:innen für Gesundheit in ihren Unternehmen.

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 50,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
23.06.2025	Im Hinterhaus, Wien	<a href="https://seminare.goeg.at/7pxng/">https://seminare.goeg.at/7pxng/</a>	10.06.2025



## VERNETZUNGSSEMINAR – GESUNDHEITZIRKELMODERATION

### Herausfordernde Themen im Gesundheitszirkel positiv meistern

Im Gesundheitszirkel sichtbar gemachte arbeitsrelevante Gesundheitsressourcen und Belastungsaspekte bieten eine große Chance für eine gesundheitsgerechte Weiterentwicklung im Unternehmen. Es zeigen sich im Gesundheitszirkel aber auch immer wieder Themenbereiche, die sich für den oder die Moderator:in als Herausforderung darstellen können: Wie umgehen mit schwer oder nicht veränderbaren Belastungen? Wie reagieren und wie konstruktive Vorschläge erarbeiten bei belastenden Themen der Zusammenarbeit und Führung? Wie umgehen bei Belastungsthemen, in denen eine persönliche Involviertheit und Betroffenheit erlebt wird? Gesundheitszirkel-Moderatorinnen und -Moderatoren haben einen wesentlichen Einfluss darauf, wie Themenfelder ressourcenorientiert und konstruktiv weiterbearbeitet werden. Um eine fruchtbare, wertschätzende und für alle Beteiligten bewältigbare Arbeits- und Umgangsform zu finden, bedarf es im Gesundheitszirkel einer besonderen Aufmerksamkeit und Achtsamkeit.

#### SEMINAR:

- Aufgaben, Ziele, Grenzen der Gesundheitszirkel-Moderation
- Haltungen in der Gesundheitszirkel-Moderation
- Ressourcen- und lösungsfokussierte Kommunikation im Umgang mit Belastungsthemen
- Umgang mit Rollenkonflikten
- Methode „kollegiale Fallberatung“
- Gesund und motiviert bleiben als Gesundheitsmoderator:in

#### ZIEL:

Das Vernetzungstreffen bietet durch die Mischung von Fachinputs und kollegialem Austausch ein kompaktes Forum, damit Sie neue Impulse und Anregungen für Ihre Arbeit als Gesundheitszirkelmoderator:in zu erhalten.

<b>Referent:</b>	Mag. Wilhelm Baier
<b>Gruppengröße:</b>	8 bis 15 Personen
<b>Seminardauer:</b>	1 Tag, 9:00–17:00 Uhr
<b>Seminargebühren:</b>	€ 50,- pro Person

#### Termine

11.06.2025

#### Veranstaltungsort

Im Hinterhaus, Wien

#### Anmeldelink

<https://seminare.goeg.at/qb33x/>

#### Anmeldeschluss

28.05.2025



## SCHWERPUNKTSEMINARE 2025

### *Aktuelle Themen und Trends der Betrieblichen Gesundheitsförderung*

Im Rahmen eintägiger kompakter Schwerpunktseminare werden aktuelle Themen und Trends der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) beleuchtet. Die Seminare richten sich an Mitarbeiter:innen aus Unternehmen, die als Führungskraft, Belegschaftsvertretung, Projektleiter:in, Gesundheitszirkelmoderator:in oder Projektmitarbeiter:in an der Konzeption und Umsetzung von BGF-Projekten beteiligt sind und Interesse haben, Kenntnisse zu speziellen aktuellen Themen, Methoden oder Zielgruppen zu vertiefen.

# BGF und Nachhaltigkeit – von aktiver Mobilität zur ESG-Berichterstattung

Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit sind von jeher eng miteinander verbunden. Bereits die Ottawa-Charta der Weltgesundheitsorganisation (WHO 1986) führt ein stabiles Ökosystem als Grundvoraussetzung für Gesundheit an. Gleichzeitig gewinnt das Thema Nachhaltigkeit für Unternehmen selbst immer mehr an Bedeutung. Nachhaltigkeit ist für Betriebe daher kein „grünes Nice to have“, sondern wird zu einem wesentlichen Bestandteil der Unternehmenskultur.

Die konkrete Umsetzung entsprechender Normen und Standards – u.a. von Corporate Social Responsibility (CSR), Environmental, Social and Governance (ESG; zu Deutsch: Umwelt, Soziales und Unternehmensführung), Social Development Goals (SDG) – steht daher aktuell im Fokus vieler Unternehmen. Für Betriebliche Gesundheitsförderungen (BGF) ergeben sich vor diesem Hintergrund zwar eine Fülle von Synergien, aber auch Herausforderungen: Einerseits können in klassischen BGF-Projekten Aspekte eines nachhaltigen Lebensstils (z.B. Mobilität, gesunde Ernährung) einfließen, andererseits rücken innerbetriebliche Verantwortlichkeiten für Gesundheit und Nachhaltigkeit enger zusammen. Aus vielen Perspektiven ist es daher sinnvoll, die Themen Gesundheit und Klimaschutz langfristig und verschränkt zu denken und in BGF-Projekten umzusetzen.

## SEMINAR:

- BGF und ökologische/klimatische Nachhaltigkeit gemeinsam denken
- Synergien und Umsetzungsfelder
- Von aktiver Mobilität hin zur ESG-Nachhaltigkeitsberichterstattung
- Beispiele guter Praxis und Wissenspools
- Aktuelle Schwerpunkte des Fonds Gesundes Österreich

## ZIEL:

Dieses Seminar gibt innerbetrieblichen Verantwortungsträgerinnen und -trägern einen kompakten Überblick über die Verbindung der Handlungsfelder BGF und ökologische Nachhaltigkeit. Dabei wird auf Umsetzungsmöglichkeiten für die eigene Betriebspraxis besonderer Wert gelegt. Anhand von Umsetzungsbeispielen, Theorielandkarten und anderer Tools können Wege der Gestaltung und Umsetzung im eigenen Betrieb geplant werden.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und aktive BGF-Projektverantwortliche, die sich im Rahmen ihrer Tätigkeit inhaltlich weiterbilden und das Thema „BGF und Nachhaltigkeit“ im Unternehmen verankern wollen.

**Referent:** Dr. Christian Scharinger  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

### Termine

13.11.2025

### Veranstaltungsort

Im Hinterhaus, Wien

### Anmeldelink

<https://seminare.goeg.at/gudd9/>

### Anmeldeschluss

30.10.2025

# Generationen und Lebensphasen im Fokus der BGF

Die Arbeitswelt ist seit einiger Zeit u.a. durch die Vielzahl der Generationen in einem großen Veränderungsprozess. Damit gehen zahlreiche Fragen einher: Wie können Führungsverantwortliche den Herausforderungen der unterschiedlichen Generationen gerecht werden? Welche Rahmenbedingungen können durch Generationenmanagement aufgebaut werden, damit der demografische Wandel und ein Miteinander der Generationen gelingen? Wie können Voraussetzungen geschaffen werden, damit die unterschiedlichen Gruppen Beschäftigter bei kontinuierlichen Veränderungsprozessen mitgehen wollen und können?

Insbesondere in einer sich stark verändernden Wirtschafts- und Arbeitswelt bieten gesundheitswirksame generationen- und lebensphasenorientierte Gestaltungsansätze eine Grundlage für erfolgreiche Zusammenarbeit und Bindung.

## SEMINAR:

- Grundlagen und Handlungsfelder generationen- und lebensphasenorientierter Personalpolitik und Führung
- Bedürfnisse unterschiedlicher Generationen im Unternehmen
- On- und Offboarding-Gestaltung in den verschiedenen Lebensphasen
- Späte Berufsphasen durch Betriebliches Übergangsmanagement (BÜGM) gestalten
- Aktives Risikomanagement durch Wissenstransfer
- Mitarbeitende bei Veränderungen und Innovation mitnehmen
- Beispiele guter Praxis

## ZIEL:

Dieses Seminar bietet Führungsverantwortlichen ein kompaktes Update zu neuen Ansätzen gesundheitsorientierter Führung und ermöglicht es ihnen, das Verständnis der eigenen Führungsrolle in Richtung Generationen- und Lebensphasenorientierung zu erweitern.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Personen mit Führungsverantwortung in allen Betriebs- und Unternehmensgrößen bzw. Führungsebenen.

**Referent:** Mag. Wilhelm Baier  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

Termine	Veranstaltungsort	Anmeldelink	Anmeldeschluss
16.06.2025	Austria Trend Hotel Congress, Innsbruck	<a href="https://seminare.goeg.at/7frr8/">https://seminare.goeg.at/7frr8/</a>	02.06.2025



# Frauen im Fokus der BGF: Betriebliche Frauengesundheitsförderung

Die Gesundheit Beschäftigter wird unter anderem von individuellen, biologischen und sozialen Faktoren beeinflusst. Von zentraler Bedeutung sind hier auch die Lebens- und Arbeitsbedingungen. In allen genannten Bereichen gibt es bedeutsame Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Um diesen Einflussfaktoren Rechnung zu tragen, sind Zielgruppenorientierung, Chancen- und Gendergerechtigkeit gängige Qualitätsmerkmale in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF).

Warum es sinnvoll und zielführend ist, in der BGF auch frauenspezifisch zu arbeiten, wird im vorliegenden Seminar vermittelt, dessen Basis ein Pilotprojekt des Wiener Büros für Frauengesundheit und des Frauengesundheitszentrums FEM Süd bildet. Hier wurden Methoden für die Betriebliche Frauengesundheitsförderung (BFGF) entwickelt und in Pilotunternehmen erprobt, die auf den Ebenen sowohl von Verhalten, Verhältnissen als auch Führung ansetzen.

## SEMINAR:

- Lebens- und Arbeitsbedingungen von Frauen und ihre Zusammenhänge mit Gesundheit
- Ziele und Nutzen Betrieblicher Frauengesundheitsförderung (BFGF)
- Betriebliche Frauengesundheitsförderung im Projektkreislauf verankern
- Toolbox und Beispiele guter Praxis
- Argumentarium Betriebliche Frauengesundheitsförderung

## ZIEL:

Dieses Seminar gibt innerbetrieblichen Verantwortungsträgerinnen und -trägern einen Überblick über wesentliche Aspekte Betrieblicher Frauengesundheitsförderung. Sie erlangen Wissen und Hilfestellungen, um BGF so zu gestalten, dass Gesundheit von Frauen im Betrieb umfassend gefördert wird.

**Zielgruppe:** Innerbetriebliche Verantwortungsträger:innen und aktive BGF-Projektverantwortliche, die einen kompakten Überblick über Betriebliche Frauengesundheitsförderung gewinnen möchten.

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Birgit Pichler  
**Gruppengröße:** 8 bis 15 Personen  
**Seminardauer:** 1 Tag, 9:00–17:00 Uhr  
**Seminargebühren:** € 250,- pro Person

### Termine

03.07.2025

### Veranstaltungsort

Im Hinterhaus, Wien

### Anmeldelink

<https://seminare.goeg.at/7lrrr/>

### Anmeldeschluss

20.06.2025

# Trainerinnen/Trainer



## **Mag. Wilhelm Baier**

Arbeits- und Organisationspsychologe, Coach, Sicherheitsfachkraft, Gesundheitsmoderator, Maschinenschlosser, ehem. Schichtmeister. Langjährige Erfahrung in der Planung, Durchführung und Begleitung von Projekten und Prozessen zur Förderung von Gesundheit und Arbeitsfähigkeit ins Besondere mit dem „Faktor Anerkennung“. Schwerpunkte: Gesundes Führen, Qualifikation von BGF-Multiplikatorinnen/-Multiplikatoren. Übergangsmanagement – Vorbereitung auf den Ruhestand. Autor von „Demografischer Wandel und betriebliches Übergangsmanagement“.



## **Mag.ª Sabine Baillon**

Studium der Wirtschaftspädagogik. Seit 2010 selbstständige Unternehmensberaterin, Trainerin und Coachin mit den Schwerpunkten Team- und Organisationsentwicklung, Führungskräfteentwicklung, Betriebliche Gesundheitsförderung, lebensphasenorientierte Unternehmensführung und altersgerechte Arbeitsgestaltung. 15-jährige Erfahrung als Führungskraft und Personalentwicklerin in Industriebetrieben. Lektorin an der Johannes-Kepler-Universität und an der FH Gesundheitsberufe OÖ.



## **Mag.ª Helga Pesserer, CMC**

Studium der Psychologie, Pädagogik und Sportwissenschaft. Weiterbildungen in Kommunikationspsychologie, positiver Psychologie, systemischer Beratung, Projektmanagement und Organisationsentwicklung, digitaler Praxis in der Erwachsenenbildung, Onlineberatung. Psychologische Beraterin und Unternehmensberaterin, Moderatorin und Coachin. Projektbegleitung von mehr als 80 Unternehmen in betrieblichen und regionalen Gesundheitsförderungsprojekten. Autorin von „BGF in Österreich – Beispiele guter Praxis“, „Praxisbuch Betriebliche Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt 4.0 – Digitalisierung und faire Gesundheitschancen“.



## **Mag.ª Birgit Pichler**

Unternehmensberaterin, Trainerin, Moderatorin. Seit 2006 Beratung von Organisationen bei der Implementierung innovativer Projekte und Prozesse der Gesundheitsförderung. Portfolio: BGF-Projektentwicklung und -begleitung, Führungskräfteentwicklung „Gesundes Führen“, Entwicklung und Moderation innovativer Beteiligungsformate (u.a. für schwer erreichbare Zielgruppen), Genderaspekte in der Gesundheitsförderung. Expertin in den Themenfeldern Selbstfürsorge, Stressmanagement und Gesundheit in einer digitalen (Arbeits-)Welt.



## **Dr. Christian Scharinger, Msc, CAS**

Gesundheitssoziologe, Personal- und Organisationsentwickler, Coach und Supervisor/ÖVS. Studium der Positiven Psychologie an der Universität Zürich. Langjährige Praxis- und Leitungserfahrung im Management nationaler und internationaler Projekte. Begleitete über 100 Unternehmen im Bereich Gesundheitsmanagement. Keynote-Speaker im Bereich „Gesundheitsmanagement und Leadership“. Autor von „Handbuch für Betriebliche Gesundheitsförderung“, „BGF in Österreich – Beispiele guter Praxis“, „Praxisbuch Betriebliche Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt 4.0 – Digitalisierung und faire Gesundheitschancen“..

# Anmeldung

## Sichern Sie noch heute Ihren Seminarplatz!

Über den Link beim jeweiligen Seminartermin können Sie das Seminar direkt und sofort buchen.

Nach der Buchung wird Ihnen die Rechnung für die Seminargebühr zugeschickt. Die Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist beschränkt. Das Seminarprogramm richtet sich ausschließlich an betriebsinterne Akteurinnen und Akteure (nicht, z. B. an externe BGF-Berater:innen, Evaluatorinnen und Evaluatoren).

### **KOSTEN:**

- BGF-Projektleitung – Basis und BGF-Projektleitung – Integration von BGF in den Regelbetrieb (Modell Großbetrieb): € 550,- pro Person
- BGF-Projektleitung – Basis und BGF Projektleitung – Integration von BGF in den Regelbetrieb (Modell Klein- und Mittelbetrieb): € 250,- pro Person
- Gesundheitszirkelmoderation – Basis: € 250,-, Online Gesundheitszirkel moderieren: € 400,- pro Person
- Schwerpunktseminare: € 250,- pro Person
- Vernetzungs- und Auffrischungsseminare: € 50,- pro Person

Die Seminare werden aus Mitteln des Geschäftsbereichs Fonds Gesundes Österreich der Gesundheit Österreich GmbH finanziell gefördert. Im Seminarpreis enthalten sind die Seminarteilnahme, Seminarunterlagen und Pausengetränke. Nicht enthalten und direkt an das Seminarhotel zu bezahlen sind Nächtigung, Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Parkgebühr sowie Getränke außerhalb der Pausenverpflegung.

### **TEILNAHMEKONDITIONEN:**

Wir bitten Sie, die bei den Terminen angegebenen Anmeldefristen einzuhalten. Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird keine Stornogebühr verrechnet; bis zwei Wochen davor werden 50 Prozent der Seminarkosten verrechnet. Bei später eingehenden Absagen und bei Nichtteilnahme ohne vorherige Absage kann keine Rückerstattung erfolgen. Es besteht die Möglichkeit, Ersatzteilnehmer:innen zu nennen.

## **VERANSTALTUNGSORGANISATION:**

ARGE Dr. Scharinger & Mag.<sup>a</sup> Pesserer  
im Auftrag des Fonds Gesundes Österreich

Dr. Christian Scharinger e.U  
Tel.: +43 664 1613964  
E-Mail: scharinger@aon.at

Mag.<sup>a</sup> Helga Pesserer e.U  
Tel.: +43 664 5200852  
E-Mail: office@pesserer-partner.at

Das Fort- und Weiterbildungsprogramm wird vom Fonds Gesundes Österreich in Kooperation mit dem Österreichischen Netzwerk BGF angeboten. Die Inhalte wurden in Zusammenarbeit mit der ARGE Dr. Scharinger & Mag.<sup>a</sup> Pesserer gestaltet.

## **KONTAKT IM UND FRAGEN AN FONDS GESUNDES ÖSTERREICH:**

Kerstin Haag, BA  
Tel.: +43 1 895 04 00-526  
E-Mail: BGF-Know-how@goeg.at

## **BGF Know-how**

ARGE Dr. Scharinger & Mag. Pesserer  
im Auftrag Fonds Gesundes Österreich



## IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger:  
Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH  
<https://fgoe.org>, <https://goeg.at>

**Für den Inhalt verantwortlich:** ARGE Dr. Scharinger & Mag.<sup>a</sup> Pesserer, Dr. Gert Lang

**Redaktion:** Mag.<sup>a</sup> Petra Winkler

### Copyright Fotos:

Coverbild: © Monkey Business / stock.adobe.com  
Bild Seite 2: © sataporn / stock.adobe.com  
Bild Seite 4: © fizkers / stock.adobe.com  
Bild Seite 6: © Robert Kneschke / stock.adobe.com  
Bild Seite 8: © drubig-photo / stock.adobe.com  
Bild Seite 10: © whyframeshot / stock.adobe.com  
Bild Seite 12: © Rawpixel.com / stock.adobe.com  
Bild Seite 14: © Jacob Lund / stock.adobe.com  
Bild Seite 16: © NDABCREATIVITY / stock.adobe.com  
Bild Seite 21: © Funtap / stock.adobe.com  
Bild Seite 24: © insta\_photos / stock.adobe.com  
Portrait Bilder: privat

**Grafik:** pacomedia.at, 1160 Wien

**Druck:** Druckerei Odysseus, Himberg bei Wien  
Dezember 2024

# Gesundheit für alle!



Das **Bildungsnetzwerk Seminarprogramm** bietet eine vielfältige und praxisorientierte Weiterbildung für Personen an, die bereits in der Gesundheitsförderung tätig sind und ihr Wissen erweitern oder festigen möchten. Personen, die sich für Gesundheitsförderung in Österreich engagieren wollen, finden passende Grundlagenseminare.

**So kann Ihr Gesundheitsförderungsprojekt gelingen!**



Die Broschüre erhalten Sie gratis beim Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, E-Mail: [fgoe@goeg.at](mailto:fgoe@goeg.at), Tel.: 01/895 04 00 oder als Download auf [www.fgoe.org](http://www.fgoe.org)