

Kursleiter: **Christoph Anrich** - Gesundheitsmanager, Sportwissenschaftler, Theologe

Lehrgangspan **AGM Health Pilot - IHK / „Advanced Executive“ (geplanter Ablauf)**

---

**1. Tag:**

09.00 Uhr	Praxis: Bewegungsimpuls – Befindlichkeit
09.15 Uhr	Theorie: Präventionsleitfaden aktuell – Entscheidungen treffen
10.00 Uhr	Sozialversicherungen – Fördermöglichkeiten / BGM – gesetzliche Grundlagen
10.45 Uhr	Praxis: Bestimmung / Analysen des IST-Zustands
<b>12.00 Uhr</b>	<b>Mittagspause</b>
13.00 Uhr	Grundlagen: Unternehmenskultur / Leitbilder / Nachhaltigkeit BGM
13.45 Uhr	Praxis: Wertschätzung und Respekt / sinnorientierte Werte
<b>15.00 Uhr</b>	<b>Kaffeepause</b>
15.15 Uhr	Theorie/Praxis: Ergonomie / Bewegung am Arbeitsplatz / Bewegungsstationen
17.00 Uhr	Praxis: Bewegungspause / Entspannung Teil 1
17.30 Uhr	Ende 1. Tag

**2. Tag:**

09.00 Uhr	Praxis: Bewegungsimpuls - Befindlichkeit
09.15 Uhr	Theorie: Psychische Belastung (Stress, Burnout, Depression)
10.15 Uhr	Theorie/Praxis: Belastungsanalysen / Easy Check Up – Rolle des AGM Health Piloten
<b>12.15 Uhr</b>	<b>Mittagspause</b>
13.15 Uhr	Theorie: Kosten-Nutzen-Rechnungen, Return on Investment (ROI/ROP)
14.15 Uhr	Praxis: Projektarbeit / Projektpräsentation / Methodik - Pädagogik
<b>15.45 Uhr</b>	<b>Kaffeepause</b>
16.00 Uhr	Vision (Strategie) und Konzeption (Maßnahmen) eines BGM/AGM
16.45 Uhr	Praxis: Bewegungspause / Entspannung Teil 2
16:55 Uhr	Blitzlicht-Feedback / Ausblick
17.00 Uhr	Ende 2. Tag

**3. Tag:**

09.00 Uhr	Praxis: Bewegtes Kennenlernen
09.15 Uhr	Theorie/Praxis: Organisation, Leitung und Moderation vom Lenkungsreis - „Marketing“ - Arbeitgeberattraktivität BGM - Employer Branding
<b>10.45 Uhr</b>	<b>Kaffeepause</b>
11.00 Uhr	Theorie/Praxis: Persönlichkeit: Muster, Prägungen, Charakter, Emotionen, Konflikte
<b>12.30 Uhr</b>	<b>Mittagspause</b>
13.15 Uhr	Theorie/Praxis: Sinnvoll kommunizieren / Emotionen
14.14 Uhr	Feedback / Ausblick Abschluss-Seminar
14.30 Uhr	Ende 3. Tag / Abschluss AGM Health Pilot – IHK / Advanced Executive