



Unsere regionalen Seminare für Kleinbetriebe.
Fortbildung für Sie. Für Ihre Beschäftigten.
Speziell für Ihre Branche.



Qualität und Gesundheit im Gast- und Backgewerbe, in Konditoreien und der Fleischwirtschaft fördern.

Ein Programm der Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe in Zusammen-
arbeit mit Verbänden und Fachleuten der Gesund-
heitsbranche.

Impressum

Herausgeber

*Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Dynamostraße 7–11
68165 Mannheim
www.bgn.de*

Redaktion

*Dr. Peri Kholghi, BGN
Claudia Reichelt, BGN*

Entwurf und Realisierung

Jedermann-Verlag GmbH, Heidelberg

Fotos

*zinkevych - stock.adobe.com (Titel; S. 16–31)
consultdm15 - stock.adobe.com (S. 2–5)
Studio Romantic - stock.adobe.com (S. 6–7)
davit85 - stock.adobe.com (S. 8–10)
Jag_cz - stock.adobe.com (S. 11–13)
beats_ - stock.adobe.com (S. 14–15)
Andrey Popov - stock.adobe.com (S. 32–33)
Rawpixel.com - stock.adobe.com (S. 34)
ASDF - stock.adobe.com (S. 35–39)*

Unsere regionalen Seminare für Kleinbetriebe.

Die BGN bietet als Unfallversicherung ihren Mitgliedsbetrieben zahlreiche Möglichkeiten zur Fort- und Weiterbildung. Gerade Kleinbetriebe schätzen die räumliche Nähe. Daher haben wir unsere regionalen Seminarangebote auf die speziellen Bedürfnisse von Kleinbetrieben abgestimmt. Kurze Wege, aktuelle Themen und flexibel ausgestaltete Angebote!

Die regionalen Seminarangebote der BGN bieten Kleinbetrieben mit bis zu 50 Vollbeschäftigten vielfältige Möglichkeiten, sich im Arbeitsschutz zu qualifizieren. Wir würden uns freuen, wenn Sie diese Angebote nutzen und mitgestalten! Die Broschüre bietet Ihnen die Möglichkeit, sich über das aktuelle Themenangebot zu informieren.

In unserem Regionalen Arbeitsschutzprogramm haben wir sowohl branchenspezifische Seminare als auch Seminarangebote für unterschiedliche Personengruppen. Bitte beachten Sie die Zielgruppe bei der Auswahl der Seminare. Wir bieten Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte sowie Auszubildende bzw. Quereinsteiger an.

Die Teilnahme an den Seminarangeboten ist für Mitglieder der Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe kostenneutral. Fahrtkosten werden nur für Pflichtseminare im Rahmen des Unternehmermodells gezahlt. Verpflegung und Pausengetränke am Seminartag werden übernommen.

Qualifizierung im Rahmen des Kompetenzzentrenmodells

Für Betriebe mit bis zu 10 Beschäftigten im Gast- und Backgewerbe gilt: Durch die Teilnahme an einem Seminar des Regionalen Arbeitsschutzprogrammes oder an einem Online-Seminar können sich Unternehmer für das Kompetenzzentrenmodell qualifizieren (DGUV Vorschrift 2). Anrechenbare Seminare für diese Betreuungsform sind mit diesem Zeichen  gekennzeichnet. Voraussetzung hierfür ist die persönliche Teilnahme der Unternehmerin bzw. des Unternehmers oder einer/eines vom Unternehmen schriftlich beauftragten Beschäftigten. Es können nur Ganztages- bzw. spezielle Online-Seminare angerechnet werden.

Informationen zum Kompetenzzentrenmodell:
Telefon 0621 4456-3333, Fax 0800 1977553-16526
E-Mail: branchenbetreuung@bgn.de
oder unter www.bgn.de, Shortlink 1186
Unternehmermodell

Unternehmermodell

Im Rahmen des Unternehmermodells sind regelmäßige Fortbildungen erforderlich. Voraussetzung ist die erfolgreiche Teilnahme an einem Basisseminar. Als Fortbildung bieten wir regionale eintägige Unternehmermodell-Seminare für die Fleischwirtschaft an (siehe Seite 11). Außerdem zweitägige Fortbildungsseminare für alle Branchen in den Ausbildungszentren der BGN.

Informationen zum Unternehmermodell:
Telefon 0621 4456-3333 oder unter www.bgn.de,
Shortlink 1188

Prämienverfahren

Mit der Teilnahme an einem BGN-Seminar mit diesem Zeichen  können Sie am Prämienverfahren teilnehmen und Punkte sammeln. Nicht prämiert werden die Pflichtseminare im Rahmen des Unternehmermodells. Weitere Informationen finden Sie unter www.bgn.de, Shortlink 1386

1

Regionale Seminare für einzelne Branchen

Spezielle Seminare für das Gastgewerbe

Alles im Griff – Arbeitsschutz für Housekeeping 8

Arbeitszeiten im Gastgewerbe gesundheitsverträglich gestalten 8

Das Haut hin!

Erlebnisorientierter Workshop zu Hautschutz und Handreinigung..... 9

Gut gezapft ist halb verkauft!

Getränkeschankanlagen hygienisch und sicher betreiben..... 9

Sicher, gesund und kompetent

Crashkurs für Einsteiger im Gastgewerbe..... 10

Sicher, sauber und gesund arbeiten!

Informationen, Rat und Tipps zur Lebensmittelhygiene, zum Infektionsschutz und zum Hautschutz..... 10

Spezielle Seminare für die Fleischwirtschaft

Basisseminar im Unternehmermodell..... 11

Regionale Fortbildung für Unternehmerinnen und Unternehmer im Unternehmermodell – Arbeitsschutz aktuell..... 11

Rückengerechtes Arbeiten im Verkauf..... 12

Sicher, sauber und gesund arbeiten im Fleischerhandwerk in Baden-Württemberg 12

Spezielle Seminare für das Backgewerbe

Mehlstaub – Nein Danke!

Sicheres und gesundes Arbeiten in der Backstube .. 14

Rückengerechtes Arbeiten im Verkauf..... 14

Sicher, sauber und gesund arbeiten im Backgewerbe in Baden-Württemberg 15

2

Regionale Seminare für verschiedene Zielgruppen aller Branchen

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Führungskräfte

Damit Ihr Betrieb rund läuft!

Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz im Kleinbetrieb 18

Erfolgsfaktor Führung

Zufriedene Gäste und Kunden durch gesunde und motivierte Beschäftigte 18

Gut gewappnet –

Schutz vor Gewalt und Übergriffen..... 19

Heute besser als gestern – den Ideentreff

als Methode kennenlernen 19

Jung und Alt im Familienbetrieb

Konflikte, Chancen, Lösungen 20

Praxiswissen psychische Gefährdungsbeurteilung

Psychische Belastungen erkennen und bearbeiten... 20

Suchtprävention als Führungsaufgabe..... 21

Willkommen zurück: Langfristig erkrankte

Beschäftigte erfolgreich integrieren
Tipps und Hilfen für Kleinbetriebe 21

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmerinnen

Mutter, Chefin und Mädchen für alles

Seminar für Unternehmerinnen und Unternehmerinnen (Grund- und Aufbau-seminar) 22

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte

Ein heißes Thema!

Brandschutz im Betrieb..... 23

Der emotionale Fallschirm!

Sicherheit, Gesundheit und emotionale Stabilität im Kleinbetrieb 23

Erfolgreicher Umgang mit Reklamationen

Stressfreie Gesprächsführung für Beschäftigte und Führungskräfte 24

Erfolgreicher Umgang mit Stress 24

Regionale Seminare

Nützliche Informationen

Erfolgsfaktor Zeitmanagement Gesundheit und Leistungsfähigkeit durch Selbstmanagement und Arbeitsorganisation.....	25
Gewaltprävention Mehr Sicherheit durch Handlungskompetenz in Krisensituationen.....	25
Gut gerüstet gegen Stress! Ein Seminar zur Kompetenzentwicklung und -förderung.....	26
Hygiene – für sichere Produkte und gesunde Beschäftigte Durch gute Organisation und funktionierende Eigenkontrollen die Hy4giene verbessern	26
Immer nur lächeln?! Stressfrei mit Gästen, Kunden und im Team kommunizieren.....	27
K.o. war gestern! Mehr Energie durch Gesundheit. Das Gesundheitskompetenz-Seminar für Azubis, Neueinsteiger und Nachwuchskräfte	28
Konfliktmanagement Konflikte mit Kolleginnen und Kollegen sowie Beschäftigten erfolgreich bewältigen	28
Ladungssicherung in Kleintransportern	29
Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien – ein Reizthema für meinen Betrieb?!	29
Rücken-Fit im Job! Belastungssituationen erkennen, Tipps und Tricks zum Ausgleich.....	30
Sicher zum Job! Fahrsicherheitstraining	30
StrEss! – Richtig essen trotz viel Arbeit.....	31
Work-Life-Balance Leistungskraft, Gesundheit und Lebensqualität	31
Online Seminare	
Die BGN-Online-Akademie.....	32
Web-Seminare	32

Weitere Angebote

Beratungsangebot Sicherheit und Gesundheit im Kleinbetrieb Zielgerichtet und individuell.....	34
Das Medienangebot der BGN Vielseitig und hilfreich	34
Nützliche Informationen	36
• Teilnahmebedingungen	
• Kosten	
• Anmeldungen	
Ihre regionalen Ansprechpersonen.....	39

Viele dieser Seminare bieten wir als ganz- oder auch halbtägige Veranstaltungen an. Sprechen Sie uns an. Wir versuchen Ihnen, Ihrer Innung oder Ihrem regionalen Verband ein Seminarangebot anzubieten, das Ihrem zeitlichen Bedarf entspricht.



Wichtig für Betriebe aus dem Gast- und Backgewerbe mit bis zu 10 Beschäftigten

Diese ganztägigen Präsenzseminare bzw. Online-Seminare können als Qualifizierungsmaßnahme für Unternehmerinnen und Unternehmer gemäß DGUV Vorschrift 2 (sicherheitstechnische und arbeitsmedizinische Betreuung) anerkannt werden. Sie erhalten von uns ein entsprechendes Zertifikat. Voraussetzung hierfür ist die persönliche Teilnahme des Unternehmers/der Unternehmerin oder eines/einer vom Unternehmen schriftlich beauftragten Beschäftigten. Es können nur Ganztages- bzw. spezielle Online-Seminare angerechnet werden.



Prämienverfahren

Mit der Teilnahme an diesen BGN Seminaren können Sie Prämienpunkte für das BGN-Prämien-system sammeln. Weitere Informationen unter www.bgn.de, Shortlink 1386



Regionale Seminare für einzelne Branchen

Gastgewerbe

Fleischwirtschaft

Backgewerbe



Wichtig für Betriebe aus dem Gast- und Backgewerbe mit bis zu 10 Beschäftigten

Diese ganztägigen Präsenzseminare bzw. Online-Seminare können als Qualifizierungsmaßnahme für Unternehmerinnen und Unternehmer gemäß DGUV Vorschrift 2 (sicherheitstechnische und arbeitsmedizinische Betreuung) anerkannt werden. Sie erhalten von uns ein entsprechendes Zertifikat. Voraussetzung hierfür ist die persönliche Teilnahme des Unternehmers/der Unternehmerin oder eines/einer vom Unternehmen schriftlich beauftragten Beschäftigten. Es können nur Ganztages- bzw. spezielle Online-Seminare angerechnet werden.



Prämienverfahren

Mit der Teilnahme an diesen BGN Seminaren können Sie Prämienpunkte für das BGN-Prämienystem sammeln. Weitere Informationen unter www.bgn.de, Shortlink 1386

P

Alles im Griff – Arbeitsschutz für Housekeeping

Ein gutes Housekeeping hat einen entscheidenden Einfluss darauf, ob sich Ihre Gäste wohlfühlen und wiederkommen. Im Seminar erfahren Sie, wie Sie den speziellen Sicherheits- und Gesundheitsgefahren des Housekeepings mit passenden Arbeitsschutzmaßnahmen begegnen können.

Im Fokus stehen u. a. der sichere Umgang mit Reinigungsmitteln und Gefahrstoffen, das Thema Strom und der sichere Umgang mit Maschinen und Geräten. Sie erfahren, wie Sie die aktuellen Hygienevorgaben umsetzen können, und die grundlegenden Regeln der Reinigung und Kontrolle der Zimmer werden durchgesprochen. Sie erhalten hilfreiche Tipps zum rückengerechten Arbeiten und zum geeigneten Hautschutz.

Seminarinhalte

- Die Arbeitsschutzorganisation
- Fallbeispiele aus dem Arbeitsschutz
- Umgang mit Reinigungsmitteln und Gefahrstoffen
- Rückengerechtes Arbeiten
- Hautschutz

Zielgruppe

Beschäftigte aus dem Housekeeping, Hausdamen-assistenz und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

* P

Arbeitszeiten im Gastgewerbe gesundheitsverträglich gestalten

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie die Arbeitszeit und den Dienstplan gesundheitsverträglich gestalten können. Sie erfahren, wie Sie gesundheitliche Belastungen für Ihre Beschäftigten und auch für sich selbst abbauen können.

Positive Folgen hiervon können eine höhere Arbeitszufriedenheit und weniger Krankheitstage sein. Sie üben den praktischen Umgang mit der neuen ****BGN-Dienstplan-App für das Gastgewerbe****.

Sie lernen die wichtigsten arbeitszeitrechtlichen Vorgaben Ihrer Branche und die Vorteile verschiedener Arbeitszeitmodelle kennen.

Seminarinhalte

- Arbeitszeitmodelle im Gastgewerbe
- Arbeitszeitrecht (Beschäftigungsbeschränkungen/ besondere Beschäftigtengruppen, wie z. B. Jugendliche, werdende Mütter)
- Dienstplangestaltung
- Teildienst
- Ständige Erreichbarkeit
- Work-Life-Balance

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte sowie Personalverantwortliche aus dem Gastgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Das Haut hin!

Erlebnisorientierter Workshop zu Hautschutz und Handreinigung

Küchen- und Servicearbeiten, ständiges Händewaschen bei Verkaufstätigkeiten, Reinigungsarbeiten – es gibt viele Tätigkeiten, die rissige Hände nach sich ziehen können, besonders im Winter. Das sieht unschön aus und stört bei der Arbeit. Es kann auch bei weiterer Verschlimmerung der Beginn einer Hauterkrankung sein.

Im Hotel- und Gastgewerbe stellen Verdachtsmeldungen auf eine Berufserkrankung der Haut den höchsten Anteil an Meldungen von Berufskrankheiten!

In diesem Seminar erleben Sie, wie man durch schonende Reinigung, richtige Hautschutzmaßnahmen und geeignete Schutzbekleidung Hauterkrankungen vorbeugen kann.

Sie lernen, wann welche Maßnahmen wirksam sind, um Hauterkrankungen zu verhindern und Sie bei Ihrer Arbeit zu schützen.

Seminarinhalte

- Anzeichen von Hauterkrankungen
- Häufigste Ursachen für Hauterkrankungen
- Hände hautschonend reinigen
- Richtig schützen – praktische individuelle Beratung
- Kosten von Hautschutz

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, ausbildende Personen, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Gut gezapft ist halb verkauft!

Getränkeschankanlagen hygienisch und sicher betreiben

Dieses Seminar gestaltet sich an Ihren Fragen. Sie haben die Wahl aus verschiedenen Themen: Anstich und Wechsel, Glaspflege und Reinigung oder die Reinigung der Anlage. Ein umfangreiches Wissen über die Gefahren von Gas ist essenziell. Sie als Unternehmerin/Unternehmer tragen die Verantwortung für die Sicherheit bei der Verwendung von Druckgasen. Ein sicherer Umgang bei Wechsel und Anstich muss genauso gewährleistet sein wie das richtige Verhalten bei Alarmen und die Fehlersuche an Ihrer Schankanlage. Gleichzeitig sind Sie dafür verantwortlich, dass Sauberkeits- und Hygieneanforderungen an Ihrer Schankanlage eingehalten werden. Lernen Sie einen perfekten Ausschank und das professionelle Zapfen der Getränke, Organisation und die richtige Unterweisung von Beschäftigten.

Seminarinhalte

- Sicherer Anstich und Wechsel von Kohlensäureflaschen
- Gefahren durch Gas und Verhalten bei Alarmen
- Fehlersuche an der Schankanlage

Arbeiten hinter der Theke

- Glaspflege und Reinigung
- Verschiedene Zapftechniken und Schankhähne

Servieren

- Service als qualitätssicherndes Element (DIN EN ISO 9001)
- Umgang mit Scherben

Organisation

- Regelmäßige Reinigung und Prüfungen
- Änderungen an der Anlage
- Unterweisungen der Beschäftigten

Je nach Seminardauer ist eine anschließende Brauereibesichtigung möglich.

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus dem Gastgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

P

Sicher, gesund und kompetent im Service!

Crashkurs für Einsteiger im Gastgewerbe

Die Arbeit in der Gastronomie und Hotellerie ist gekennzeichnet durch eine Vielzahl unterschiedlicher Arbeiten und Belastungen, wie starker Zeitdruck, Wochenendarbeit, extreme Arbeitsverteilung, fast gleichzeitig zu erledigende Aufgaben oder den Umgang mit ständig neuen Kunden. Dazu kommen geringe oder fehlende Ausbildung der Beschäftigten oder nur kurze Einarbeitungszeiten von Ausbildungskräften. Gleichzeitig gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten, Arbeitsbedingungen sicher und gesund zu gestalten.

Sie lernen die wichtigsten Serviceregeln kennen und üben das Heben und Tragen von Tellern und Tablett im Rollenspiel.

Grundlegende Kenntnisse zu Arbeits- und Gesundheitsschutz im Gastgewerbe in Verbindung mit der täglichen Arbeit werden gemeinsam besprochen. Im Fokus stehen u. a. die Themen Hygiene im Umgang mit Speisen und Getränken, die eigene persönliche Hygiene, Brandschutz und Erste Hilfe.

Sie erhalten Tipps für den Umgang mit Reklamationen und ihr Stressmanagement.

Seminarinhalte

- Die wichtigsten Serviceregeln
- Gesundes Heben und Tragen von Tellern und Tablett
- Grundlegendes zu Arbeits- und Gesundheitsschutz
- Hygiene
- Tipps und Tricks zu Reklamationen und Stress

Zielgruppe

Aushilfen, Neueinsteigende, Beschäftigte, Auszubildende aus dem Gastgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

*

P

Sicher, sauber und gesund arbeiten!

Informationen, Rat und Tipps zur Lebensmittelhygiene, zum Infektionsschutz und zum Hautschutz

Im Hotel- und Gastgewerbe sicher, sauber und gesund zu arbeiten hat viele verschiedene Facetten. Hygiene und die Sicherheit des Produktes spielen eine sehr große Rolle. Wie kann diese umgesetzt werden, ohne dass der Beschäftigte und vor allem seine Haut Schaden nimmt?

In diesem Seminar besprechen wir die Grundlagen zur Lebensmittelhygiene und zum Infektionsschutz. Sie werden dabei den Blick vor allem auch auf die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten legen und erfahren, wie beide Facetten miteinander verknüpft werden können.

Seminarinhalte

- Ursachen für Hauterkrankungen im Gastgewerbe
- Gesetzliche Grundlagen (z. B. Lebensmittelhygieneverordnung, Getränkeschankanlagenrecht, Infektionsschutzgesetz)
- Betriebshygiene
- Hautschutz
- Umgang mit Reinigungsmitteln und Gefahrstoffen

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und auszubildende Personen aus dem Gastgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Basisseminar im Unternehmermodell

Sie verstehen, was es bedeutet, als Unternehmerin und Unternehmer Verantwortung im Arbeitsschutz zu übernehmen, und erhalten Praxiswissen, um Aufgaben systematisch, zielgerichtet und bedarfsorientiert zu gestalten.

Sie lernen Arbeitshilfen kennen, lernen diese effektiv einzusetzen und werden über die Art der betriebsärztlichen und sicherheitstechnischen Betreuung im Unternehmermodell informiert.

Hinweis: Dieses Basisseminar entspricht den Motivations- und Informationsmaßnahmen im Sinne der alternativen bedarfsorientierten betriebsärztlichen und sicherheitstechnischen Betreuung nach DGUV Vorschrift 2 (Unfallverhütungsvorschrift Betriebsärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Anlage 3 (zu § 2 Abs. 4)).

Bei Fragen zur Klärung des Betreuungsmodells oder bei Fragen zur Klärung der Beschäftigtenzahl wenden Sie sich bitte an unternehmermodell@bgn.de / 0621 4456 3333.

Weitere Informationen zum Unternehmermodell finden Sie unter www.bgn.de, Shortlink 1381

Regionale Fortbildung für Unternehmerinnen und Unternehmer im Unternehmermodell – Arbeitsschutz aktuell

Das Fortbildungsseminar für Unternehmerinnen und Unternehmer im Unternehmermodell der Fleischwirtschaft baut auf den Grundlagen des Basisseminars auf. Sie erhalten Wissen über wesentliche rechtliche Anforderungen für Ihre betriebliche Arbeitsschutzorganisation. Wir wollen miteinander ins Gespräch kommen, wie Sie Ihre Arbeitsschutzorganisation bisher erfolgreich aufgebaut haben.

Wir bieten Ihnen auch die Möglichkeit, an einem Thema zur Verbesserung Ihrer Arbeitsschutzorganisation gezielt weiterzuarbeiten.

Folgende Themen können Sie im Seminar bearbeiten:

- Gefährdungsbeurteilung spezieller Tätigkeiten
- Arbeitsmedizinische Vorsorge
- Notfallorganisation (Brandschutz, Erste Hilfe)
- Wiederkehrende Prüfung von Arbeitsmitteln und Maschinen
- Suchtprävention
- Umgang mit Gefahrstoffen
- Das neue Mutterschutzgesetz

Wie immer geben wir Ihnen auch einen Überblick über mögliche Unterstützungsmaßnahmen zur Verbesserung Ihrer betrieblichen Arbeitsschutzorganisation.

Hinweis: Bitte bringen Sie möglichst einen eigenen Laptop, ein Tablet oder ein internetfähiges Handy mit. Viele Hilfen sind im Internet zu finden. Wir wollen Ihnen zeigen, wo und wie Sie diese Hilfen nutzen können. Zudem können Sie Ihre erarbeiteten Ergebnisse mit nach Hause nehmen und direkt in Ihre Betriebsorganisation einfügen. Sollten Sie kein solches Endgerät besitzen, halten wir selbstverständlich auch Papierversionen der Inhalte für Sie bereit.

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Geschäftsführende der Fleischwirtschaft in Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Weitere Informationen zum Unternehmermodell finden Sie unter www.bgn.de, Shortlink 1381

P

Rückengerechtes Arbeiten im Verkauf

Den ganzen Tag hinter der Theke stehen – kein Wunder, dass abends der Rücken schmerzt. In diesem Seminar erfahren Sie, warum das so ist und was Sie dagegen tun können. Was sind eigentlich rückenbelastende Arbeiten? Ist es wirklich nur das schwere Heben und Tragen oder spielen vielleicht auch andere Aspekte mit? Welchen Einfluss hat die Gestaltung des Arbeitsplatzes und der Arbeitsabläufe?

In diesem Seminar erfahren und erleben Sie, welche Möglichkeiten es gibt, Ihre Rückengesundheit zu stärken. Hierbei zeigen wir Ihnen, wie Sie der Belastung schon während der Arbeit begegnen und Ihren Arbeitsplatz rückergerecht gestalten können. Im Anschluss probieren wir gemeinsam aus, welche Ausgleichsmöglichkeiten Ihrem Rücken auch in der Freizeit gut tun. Die Referierenden dieses Seminars sind ausgebildete Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten bzw. Sportwissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftler mit viel Erfahrung im Nahrungsmittelhandwerk.

Seminarinhalte

- Was beeinflusst meine Rückengesundheit?
- Genau hingeschaut: Wie ist mein Rücken aufgebaut?
- Maßnahmen und Übungen zum Ausgleich
- Tipps und Tricks zur Arbeitsplatzgestaltung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende der Fleischwirtschaft aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

P

Sicher, sauber und gesund arbeiten im Fleischerhandwerk in Baden-Württemberg

Im Fleischerhandwerk sicher, sauber und gesund zu arbeiten, hat viele verschiedene Facetten. Sie erhalten eine Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz.

Sie erneuern Ihr Wissen, wie Sie gemäß der EG-Verordnung zur Lebensmittelhygiene arbeiten müssen. Sie und Ihre Beschäftigten sprechen über Gefährdungen im Umgang mit handgeführten Messern und diskutieren über Maßnahmen, um diesen Gefährdungen entgegenzuwirken.

„Wie ergänze ich meinen Speiseplan sinnvoll mit regionalen Produkten?“ Auch diese Frage wird thematisiert, und Sie erfahren, wie Sie mit sog. Superfood aus der Region Ihre Abwehrkräfte steigern können.

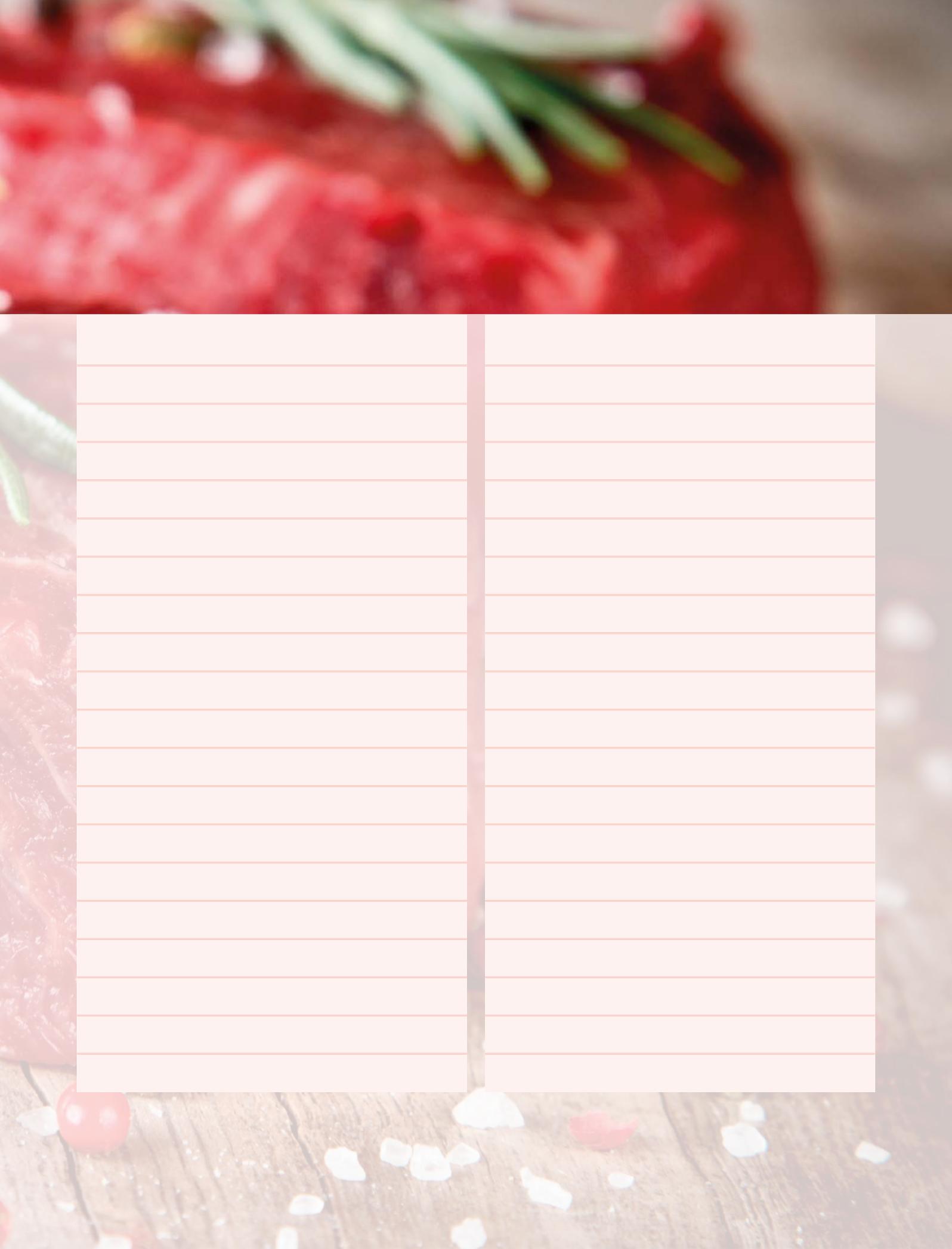
Die Inhalte des Seminars orientieren sich an der EG-Verordnung 852/2004 Kapitel XII und § 4 Absatz 1 LMHV zur Lebensmittelhygiene sowie dem Arbeitsschutzgesetz. Es erfolgt eine Belehrung nach § 43 Absatz 4 Infektionsschutzgesetz.

Seminarinhalte

- Infektionsschutzgesetz
- Lebensmittel und Personalhygiene
- Ernährung am Arbeitsplatz
- Hautschutzaktion „Deine Haut – dein persönlicher Schutzanzug“
- Belehrung nach §§ 42–44 Infektionsschutzgesetz
- Aktuelle Themen aus dem Arbeits- und Gesundheitsschutz
- Aktuelles Thema aus der Gesundheitsförderung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Beschäftigte und Auszubildende der Fleischwirtschaft aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Mehlstaub – Nein Danke!

Sicheres und gesundes Arbeiten in der Backstube

Im Bäckerei- und Konditoreigewerbe gibt es viele Gefahren, die die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten gefährden. Die Verdachtsanzeigen auf eine Berufskrankheit der Atemwege stellen neben den Hautkrankheiten den höchsten Anteil der Verdachtsanzeigen auf eine Berufskrankheit dar.

Diese Berufskrankheit – auch Bäckerasthma genannt – kann die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität der Betroffenen erheblich einschränken, und sie kann jeden treffen. Expositionsminderung gegenüber allergisierenden Arbeitsstoffen sowie rechtzeitiges Erkennen von Frühsymptomen einer allergischen Atemwegserkrankung (z. B. Niesattacken und Fließschnupfen) tragen wesentlich dazu bei, diese Erkrankung zu vermeiden bzw. bestehende Krankheiten zu bessern.

In der Backstube sind zudem viele Maschinen und Geräte im Einsatz. Deren Gefahrenpotenzial wird von der bedienenden Person so nicht immer wahrgenommen. Des Weiteren kann die richtige Schutzausrüstung helfen, vor verbleibenden Gefahren zu schützen, die z. B. technisch nicht verringert werden können.

Im Seminar erhalten Sie wertvolle Anregungen und praktische Hinweise, wie Sie sich und Ihre Beschäftigten vor Gefährdungen in der Backstube schützen. Sie lernen Frühsymptome des sogenannten Bäckerastmas und Hauterkrankungen kennen und erfahren, was Sie tun können, um sich und Ihre Beschäftigten zu schützen, um weiterhin gesund arbeiten zu können. Auch Gefährdungen, die von Maschinen und Arbeitsmitteln ausgehen, werden behandelt und Maßnahmen aufgezeigt, diese zu verringern. Außerdem beschäftigen Sie sich mit dem Thema Gefährdungsbeurteilung.

Seminarinhalte

- Mehlstaubproblematik
- Möglichkeiten zur Vermeidung und Verminderung allergener Arbeitsstoffe
- Maschinen und Geräte in der Backstube (Gefährdungen und Maßnahmen)
- Persönliche Schutzausrüstung
- Erfahrungsaustausch

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Führungskräfte aus dem Backgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Rückengerechtes Arbeiten im Verkauf

Den ganzen Tag hinter der Theke stehen – kein Wunder, dass abends der Rücken schmerzt.

In diesem Seminar erfahren Sie, warum das so ist und was Sie dagegen tun können. Was sind eigentlich rückenbelastende Arbeiten? Ist es wirklich nur das schwere Heben und Tragen, oder spielen vielleicht auch andere Aspekte mit? Welchen Einfluss hat die Gestaltung des Arbeitsplatzes und der Arbeitsabläufe?

In diesem Seminar erfahren und erleben Sie, welche Möglichkeiten es gibt, Ihre Rückengesundheit zu stärken. Hierbei zeigen wir Ihnen, wie Sie der Belastung schon während der Arbeit begegnen und Ihren Arbeitsplatz rückengerecht gestalten können. Im Anschluss probieren wir gemeinsam aus, welche Ausgleichsmöglichkeiten Ihrem Rücken auch in der Freizeit gut tun. Die Referierenden dieses Seminars sind ausgebildete Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten bzw. Sportwissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftler mit viel Erfahrung im Nahrungsmittelhandwerk.

Seminarinhalte

- Was beeinflusst meine Rückengesundheit?
- Genau hingeschaut: Wie ist mein Rücken aufgebaut?
- Maßnahmen und Übungen zum Ausgleich
- Tipps und Tricks zur Arbeitsplatzgestaltung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende aus dem Backgewerbe aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte).

Sicher, sauber und gesund arbeiten im Backgewerbe in Baden-Württemberg

Ein Seminar in Zusammenarbeit mit dem Bäckerinnungsverband Baden-Württemberg und der IKK classic.

Hygiene, Arbeit- und Gesundheitsschutz bzw. Gesundheitsförderung sind eng verbundene Themengebiete, die im betrieblichen Alltag täglich aufeinandertreffen. Daher werden in diesem Seminar beide Aspekte beleuchtet.

Der Bäckerinnungsverband Baden-Württemberg orientiert sich bei seinen Seminarinhalten an der EG-Verordnung 852/2004 zur Lebensmittelhygiene, der Lebensmittelhygiene-VO (LMHV) und dem Arbeitsschutzgesetz. Es erfolgt eine Belehrung nach §§ 42–43 Infektionsschutzgesetz.

Die BGN stellt ergänzend dazu aktuelle Themen aus dem Arbeits- und Gesundheitsschutz vor.

Abgerundet wird das Seminar durch die Darstellung der IKK classic, wie Gesundheit im Kleinbetrieb systematisch organisiert und umgesetzt werden kann, damit die Beschäftigten auch in Zukunft sicher, sauber und gesund bleiben.

Seminarinhalte

- Infektionsschutz
- Lebensmittel- und Personalhygiene
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Thema Allergie; Kennzeichnungspflicht Allergene und Zusatzstoffe
- Hautschutz und Hygiene

Zielgruppe

Auszubildende, Beschäftigte in Kleinbetrieben, Führungskräfte von Kleinbetrieben, Kleinbetriebe, Unternehmerinnen und Unternehmer aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Regionale Seminare für verschiedene Zielgruppen

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmer
sowie Führungskräfte

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmerfrauen

Seminare für Unternehmerinnen und Unternehmer,
Beschäftigte und Auszubildende

Online-Seminare und Web-Seminare für alle Branchen

Weitere Regionale Angebote



**Wichtig für Betriebe aus dem Gast- und Backgewerbe
mit bis zu 10 Beschäftigten**

Diese ganztägigen Präsenzseminare bzw. Online-Seminare können als Qualifizierungsmaßnahme für Unternehmerinnen und Unternehmer gemäß DGUV Vorschrift 2 (sicherheitstechnische und arbeitsmedizinische Betreuung) anerkannt werden. Sie erhalten von uns ein entsprechendes Zertifikat. Voraussetzung hierfür ist die persönliche Teilnahme des Unternehmers/der Unternehmerin oder eines/einer vom Unternehmen schriftlich beauftragten Beschäftigten. Es können nur Ganztages- bzw. spezielle Online-Seminare angerechnet werden.



Prämienverfahren

Mit der Teilnahme an diesen BGN Seminaren können Sie Prämienpunkte für das BGN-Prämienystem sammeln. Weitere Informationen unter www.bgn.de, Shortlink 1386



Damit Ihr Betrieb rund läuft!

Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz im Kleinbetrieb

Bei der Arbeit im Gastgewerbe, im Backgewerbe und in der Fleischwirtschaft gibt es eine Reihe von typischen Unfallrisiken und Gefährdungen für die Gesundheit. Sturzunfälle sowie Stich- und Schnittverletzungen und Hauterkrankungen führen die Statistik an. Neben dem persönlichen Leid der Betroffenen sind Unfälle und Erkrankungen ein erheblicher Kostenfaktor im Unternehmen. Ein gut organisierter Arbeitsschutz kann entscheidend dazu beitragen, dass Ihr Unternehmen gut funktioniert und Ihre Beschäftigten gesund und motiviert sind und bleiben.

Im Seminar erfahren Sie, wie Sie branchentypischen Unfallrisiken und Gefährdungen mit passenden Arbeitsschutzmaßnahmen begegnen können. Zentrale Themen sind u. a. die Gefährdungsbeurteilung, Erste Hilfe und Brandschutz.

Sie lernen Unterstützungsangebote und praktische Hilfen kennen.

Seminarinhalte

- Gesetzliche Grundlagen; Verantwortung und Haftung
- Gefährdungsbeurteilung
- Erste Hilfe
- Brandschutz
- Typische Gefährdungen und Belastungen
- Unterstützungsangebote und Praktische Hilfen

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, auszubildende Personen aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Erfolgsfaktor Führung

Zufriedene Gäste und Kundschaft durch gesunde und motivierte Beschäftigte

Das Gastgewerbe und das Nahrungsmittelhandwerk zeichnen sich insbesondere durch den ausgeprägten Dienstleistungscharakter aus.

Gäste und Kundschaft wollen nicht nur „bedient“, sie möchten vielmehr freundlich behandelt werden, sich wohl fühlen und das Gefühl haben, dass sie mit ihren Wünschen willkommen sind. Gelingt dies, werden sie gerne wiederkommen.

Sie werden viel Gelegenheit haben, über Ihre eigene Führungsaufgabe und Ihre Führungsrolle zu sprechen und sich mit anderen dazu auszutauschen.

Sie erhalten Tipps und erfahren aktuelle Trends, z. B. zu den Themen: Wie führe ich gesund – sowohl mich selbst als auch die Beschäftigten? Welche Führungsinstrumente sind zeitgemäß?

Schwerpunkte bilden die Themen Führung und Kommunikation. Dazu können Sie in praktischen Übungen verschiedene Techniken ausprobieren.

Für Ihre Fragen ist ebenfalls Zeit und Raum eingeplant. Gehen Sie mit uns in Führung.

Seminarinhalte

- Die Rolle der Führungskraft
- Methoden der Führung
- Die Bedeutung von Führung als Erfolgsfaktor für das eigene Unternehmen
- Facetten der Motivation
- Führen von Mitarbeitergesprächen
- Rückmeldung geben

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und auszubildende Personen aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



P

Gut gewappnet – Schutz vor Gewalt und Übergriffen

Im Gastgewerbe und im Verkauf sind Übergriffe leider keine Seltenheit mehr. Dabei geht es nicht nur um Extremereignisse, wie Überfälle. Verbale und häufig auch sexuelle Belästigungen gehören immer mehr zum Alltagsgeschehen in diesen Branchen. Für Betriebe mit direktem Kundenkontakt wird es daher immer wichtiger, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Denn die Folgen können schwer und langwierig sein. Die Verhinderung von Gewaltsituationen und der richtige Umgang mit betroffenen Beschäftigten kann systematisch geplant werden. Auch der Gesetzgeber schreibt vor, Gefährdungen im Umgang mit der Kundenschaft systematisch zu beurteilen und Schutzmaßnahmen zu planen.

Sie lernen die unterschiedlichen Gewaltsituationen und ihre Gefahren einzustufen. Dabei ist es wichtig, geeignete technische, organisatorische und verhaltensbedingte Maßnahmen vor, während und auch nach einer Gewaltsituation zu finden. Nicht jede Gewaltsituation braucht dieselbe Maßnahme.

Ihnen werden unterschiedliche Ansätze zur systematischen Vorbeugung von Übergriffen vorgestellt. Die Einbeziehung der Beschäftigten spielt bei der Vorbeugung eine besondere Rolle. Wie das gehen kann, werden wir im Seminar diskutieren.

Seminarinhalte

- Gewalt, wo fängt es an?
- Gefährdungslagen erkennen und beurteilen
- Technische, organisatorische und verhaltensbedingte Präventionsmaßnahmen
- Notfallmanagement

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, auszubildende Personen, interessierte Beschäftigte im Gastgewerbe und im Verkauf aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Heute besser als gestern – den Ideentreff als Methode kennenlernen

Einen Kleinbetrieb zu führen ist heute eine komplexe Angelegenheit. Unternehmerinnen und Unternehmer können nicht mehr alles alleine übernehmen. Es braucht die Unterstützung und auch die Ideen der Beschäftigten, um die Produkte kundengerecht, effizient und mit hoher Qualität anbieten zu können. Heute besser zu sein als gestern wird für einen Kleinbetrieb immer wichtiger. Meist lässt der betriebliche Alltag wenig Spielraum, um neue Ideen auszuprobieren oder bestehende Abläufe zu überdenken.

Im Seminar lernen Sie eine effektive Methode kennen, die Ihnen hilft, Stärken Ihres Betriebes oder Ihrer Arbeitsgruppe zu festigen und Schwächen zu verringern. Themen, wie Arbeitsabläufe, Produktqualität, Stress, Arbeitsschutz – es gibt viele Aspekte, die im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses Schritt für Schritt optimiert werden können.

Mit den Ideentreffen können Sie Ihre betriebliche Situation verbessern sowie die psychischen Belastungsfaktoren in Ihrem Betrieb erkennen und reduzieren. Sie können alle Ihre Beschäftigten aktiv einbinden und ihnen vermitteln, selbst Probleme zu lösen. Die Methoden der Ideentreffen ist für Kleinbetriebe aller Branchen geeignet.

Seminarinhalte

- Wie kann ich die Motivation der Beschäftigten beeinflussen
- Ideentreffen – eine Methode, um Beschäftigte aktiv einzubinden
- Regeln, Ablauf und wichtige Rahmenbedingungen – damit Ideentreffen gelingen
- Moderation von Ideentreffen – worauf muss ich achten?
- Rollenspiele anhand von Branchenbeispielen
- Verschiedene Einsatzmöglichkeiten – Ideentreffen z. B. als Methode für die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen in Kleinbetrieben

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Auszubildende, Führungskräfte und interessierte Beschäftigte aller Branchen aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Jung und Alt im Familienbetrieb Konflikte, Chancen, Lösungen

Arbeiten Sie in einem Mehrgenerationenbetrieb? Fragen Sie sich manchmal, warum es immer wieder zu Reibereien kommt, obwohl doch alle dasselbe Ziel haben, nämlich einen funktionierenden und profitablen Betrieb aufrechtzuerhalten, in welchem die Arbeit Spaß macht?

Haben Sie Interesse daran, sich mit anderen hierzu auszutauschen und Anregungen zur eigenen Konfliktlösung zu bekommen?

Dann besuchen Sie doch das Seminar „Jung und Alt im Betrieb“, wo Sie über Ihre persönliche Situation reflektieren und durch diese Auszeit aus dem Alltag wieder mit neuen Ideen und Sichtweisen in die Arbeit starten können.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Voraussetzungen und Vorstellungen, mit Vorurteilen und Argumenten. Sie haben die Gelegenheit zu einer fundierten eigenen Ortsbestimmung, zu Diskussion und Erfahrungsaustausch. Mittels verschiedener Impulse und bewährter Übungen optimieren Sie Ihren beruflichen Alltag.

Seminarinhalte

Wir sind ein Mehr-Generationenbetrieb:

- Wie ist unsere aktuelle betriebliche Situation?
- Was läuft? Was reibt sich?
- Was passiert bei Reibung mit mir, mit den anderen, mit unserem Betrieb?
- Was ist Stress?
- Wie gehen wir mit Konflikten um?
- Wo können wir ansetzen?

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, auszubildende Personen aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Praxiswissen psychische Gefährdungsbeurteilung

Psychische Belastungen erkennen und bearbeiten

Psychische Belastungen und ihre Folgen sind in aller Munde. Speziell auch in Kleinbetrieben steigt der Druck, und die zunehmenden Belastungen für Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Beschäftigte sind deutlich zu spüren. Beschäftigte klagen über Schlafstörungen, können nicht mehr abschalten und fühlen sich ausgebrannt. Seit 2013 fordert der Gesetzgeber daher ausdrücklich, eine Gefährdungsbeurteilung durchzuführen (§ 5 ArbSchG), in der auch psychische Belastungen berücksichtigt werden. Die Gefährdungsbeurteilung ist eine gesetzliche Pflicht, aber vor allem eine Chance, vorausschauend für den Betrieb richtige Entscheidungen zu treffen.

Wollen Sie als Führungskraft Ihre betriebliche Situation verbessern und sind daran interessiert, die psychischen Belastungsfaktoren Ihrer Beschäftigten zu erkennen und zu reduzieren?

Das Seminar unterstützt Sie dabei, das Thema „Psychische Gefährdungsbeurteilung“ fachgerecht und effektiv im Betrieb umzusetzen. Typische Belastungen in Kleinbetrieben werden thematisiert, die zu psychischen Beeinträchtigungen führen können. Sie lernen das Vorgehen und die unterschiedlichen Methoden kennen, wie eine Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen im Kleinbetrieb durchgeführt werden kann.

Seminarinhalte

- Gesetzliche Grundlagen
- Übersicht psychische Belastungen
- Vorgehen im Kleinbetrieb
- Instrumente und Methoden zur Erfassung psychischer Belastungen

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Führungskräfte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Suchtprävention als Führungsaufgabe

Suchtmittelmissbrauch und -abhängigkeit schädigt die Gesundheit, beeinträchtigt längerfristig die zwischenmenschlichen Beziehungen auch im Berufsalltag, beeinflusst das Leistungsverhalten und führt zu finanziellen Belastungen für den Betrieb. Nach Schätzungen der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) sind etwa 8 % der Beschäftigten eines Unternehmens alkoholabhängig, weitere 10 % sind gefährdet. Beschäftigte mit Alkoholproblemen können statistisch gesehen 25 % ihrer Arbeitsleistung nicht erbringen. Bei ca. 30 % aller Arbeits- und Wegeunfälle spielt Alkohol eine Rolle. Fehlende Informationen im Unternehmen führen häufig dazu, dass suchtkranke Beschäftigte spät oder nie behandelt werden. Das durch die Krankheit bedingte Fehlverhalten wird in der Regel nicht rechtzeitig angesprochen und zu lange „toleriert“.

Ziel des Seminars ist, dass die Teilnehmenden Suchtprobleme im Betrieb wahrnehmen, erkennen und beurteilen können. Co-Verhaltensweisen sollen vermieden werden. Bei Auffälligkeiten im Betrieb sollen die Teilnehmenden durch das Führen von klaren und konsequenten Gesprächen Einfluss nehmen können.

Seminarinhalte

- Medizinische Aspekte
- Wege in die Sucht
- Auswirkungen auf den betrieblichen Alltag
- Co-Alkoholismus
- Betriebliche Notwendigkeiten
- Rechtliche Aspekte
- Maßnahmen bei Gefährdung und Erkrankung
- Möglichkeiten und Grenzen im Umgang mit auffälligen Beschäftigten
- Gesamtkonzept eines betrieblichen Suchtpräventionsprogramms
- Das Führen von Mitarbeitergesprächen

Zielgruppe

Führungskräfte, Vorgesetzte mit Personalverantwortung aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Willkommen zurück: Langfristig erkrankte Beschäftigte erfolgreich integrieren

Tipps und Hilfen für Kleinbetriebe

Erfahrene Beschäftigte sind ein großer Schatz für jeden Kleinbetrieb. Wenn sie jedoch über längere Zeit krank werden, ist das ein großer Verlust. Sie nach ihrer Krankheit wieder in den Betrieb zu integrieren, ist für den Betrieb und auch für die betroffene Person nicht immer einfach. Der Gesetzgeber schreibt vor, dass jeder Betrieb ein betriebliches Eingliederungsmanagement haben muss. Wie kann das im Kleinbetrieb funktionieren? Welche Hilfen gibt es hier für Betriebe?

Den Teilnehmenden sollen Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt werden, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit von langfristig oder wiederholt erkrankten Beschäftigten zu erhalten und sie wieder in den Arbeitsprozess einzubinden. Es sollen Fragen bei der Suche nach richtigen Ansprechpersonen und Anlaufstellen geklärt sowie finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten, z. B. bei erforderlicher Anpassung des Arbeitsplatzes, angesprochen werden. Die gesetzlichen Grundlagen werden erläutert. Möglichkeiten zur richtigen Herangehensweise sowie die Durchführung eines Verfahrens nach § 84 Abs. 2 Sozialgesetzbuch IX (Betriebliches Eingliederungsmanagement) werden exemplarisch dargestellt.

Seminarinhalte

- Rechtsgrundlagen
- Vorgehensweisen, Ansprechperson und Lösungsmöglichkeiten
- Gesprächsführung mit Betroffenen
- Beendigung des Arbeitsverhältnisses – insbesondere Kündigungsschutz von Beschäftigten und Schwerbehinderten
- Aufgaben/Leistungen des Integrationsamtes
- Aufgaben/Leistungen der gesetzlichen Unfallversicherung
- Fallbeispiele und Erfahrungsaustausch

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte sowie Personalverantwortliche aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Mutter, Chefin und Mädchen für alles

Seminar für Unternehmerinnen und Unternehmerfrauen (Grund- und Aufbauseminar)

Zeitnot, Unvorhergesehenes, Ärger und das Gefühl, jetzt „bloß nicht ausfallen zu dürfen“ – welche Unternehmerin, Unternehmerfrau oder weibliche Führungskraft im Gastgewerbe und im Handwerk kennt solche Situationen nicht!? Und oft sind sie eher Dauerzustand als Ausnahme ...

Unser Seminarangebot möchte Ihnen bewusst einen Tag des Ausgleichs bieten: mit Raum und Zeit, sich über eigene Erfahrungen auszutauschen, sich zu entspannen und auch mal bedienen zu lassen, selbst einfach nur Gast zu sein.

Unseren Schwerpunkt möchten wir darauf legen zu zeigen, welche Möglichkeiten Sie haben, gesundheitsbelastende Auswirkungen zu vermeiden und frühzeitig auszugleichen, und wie sie diese Möglichkeiten an Ihre Beschäftigten weitergeben können. Darüber hinaus können Sie selbst ausprobieren, wie wohltuend Entspannung ist. Auch dieser Teil soll im Seminar nicht zu kurz kommen.

Machen Sie sich einen Tag frei – wir freuen uns auf Sie!

Seminarinhalte

- Lebenssituation, Aufgaben und Rollen der Unternehmerfrau
- Durchhalteprinzip
- Körperliche Stressvorgänge
- Vermeidung und Ausgleich von Stress

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmerfrauen sowie weibliche Führungskräfte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Aufbauseminar

Für Teilnehmende, die erfolgreich am ersten Seminarbaustein teilgenommen haben, gibt es die Möglichkeit eines Aufbauseminars. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei Ihrer regionalen Ansprechperson.



Ein heißes Thema! Brandschutz im Betrieb

Gäste, Kundschaft und Beschäftigte sollen sich sicher fühlen. Die Unternehmerin bzw. der Unternehmer ist für den Brandschutz in ihrem bzw. seinem Betrieb verantwortlich und hat dafür Sorge zu tragen, dass alle notwendigen Brandschutzmaßnahmen getroffen und im Betrieb umgesetzt werden.

Sie lernen die rechtlichen Grundlagen und die grundlegenden Anforderungen des baulichen und technischen Brandschutzes sowie die betriebliche Brandschutzorganisation kennen.

Sie erfahren Wissenswertes über Brandklassen, Brandentstehung, Feuerlöscher und unterschiedliche Löschmittel.

Seminarinhalte

- Grundlagen zum Brandschutz – Brennen und Löschen
- Löschgeräte und Löschmittel
- Baulicher, technischer und organisatorischer Brandschutz

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Der emotionale Fallschirm!

Sicherheit, Gesundheit und emotionale Stabilität im Kleinbetrieb

Emotional stabil bleiben! Das ist in Zeiten der Unsicherheit, des Wandels und der schnellen Entscheidungen nicht immer einfach. Erarbeiten Sie für sich Ideen und Lösungswege.

Greifen Sie typische Situationen aus Ihrem Arbeitsalltag heraus und sammeln Sie Ideen zur Veränderung. Bringen Sie Ihre Fragen ein, z. B.: Wie mache ich es, dass ich mich nicht mehr so schnell aufrege? Wie bleibe ich höflich, wenn immer wieder die gleiche Frage kommt? Wie reguliere ich meine Stimmungen, und wie wirke ich auf Beschäftigte motivierend und beruhigend ein?

Denn: Wer eine hohe emotionale Kompetenz besitzt, kann emotionale Anforderungen besser, schneller und gesünder meistern.

Formulieren Sie Ziele für die Zukunft.

Seminarinhalte

- Modell der emotionalen Intelligenz (Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Empathie)
- Zusammenhang zwischen der emotionalen Intelligenz und Ihrem Berufsalltag
- Besprechung von typischen Situationen aus dem Arbeitsalltag mit Veränderungsmöglichkeiten
- Persönliche Zielfindung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, auszubildende Personen, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Erfolgreicher Umgang mit Reklamationen

Stressfreie Gesprächsführung für Beschäftigte und Führungskräfte

Das Gefühl haben, willkommen zu sein, sich wohl zu fühlen, gern gesehen zu sein. Das ist es, was sich Gäste, Kundinnen und Kunden wünschen. Erleben sie dies, werden sie gerne wiederkommen. Und doch gibt es auch Situationen, in denen Gäste und Kundschaft unzufrieden sind, sich beschweren oder einfach nicht mehr wiederkommen. Wie kann man Reklamationen nutzen, um die Beziehung zu Gast und Kundschaft zu stärken, um sie von der Qualität des Hauses, des Produktes und des Services zu überzeugen?

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie souverän und kundenorientiert mit Reklamationen umgehen. Dazu steht die Betrachtung Ihrer beruflichen Alltagssituationen im Vordergrund. Der Schwerpunkt des Seminars ist die praktische Erprobung des Erlernten.

Seminarinhalte

- Grundlagen der Reklamation
- Phasen des Reklamationsgesprächs
- Praktische Erprobung des Reklamationsgesprächs
- Umgang mit verschiedenen „Gäste- und Kundentypen“

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Erfolgreicher Umgang mit Stress

Heutige Arbeitsplätze sind oft gekennzeichnet durch viele „stresstypische“ Belastungen, wie starken Zeitdruck, Schichtarbeit, Wochenendarbeit, extreme Arbeitsverteilung, fast gleichzeitig zu erledigende Aufgaben oder den Umgang mit ständig neuen Gästen und Kundinnen oder Kunden. Für Unternehmerinnen und Unternehmer, ausbildende Personen und Führungskräfte kommt dazu: die Verantwortung für das Unternehmen und die Führung der Beschäftigten. Werden diese Bedingungen über längere Zeiträume als starke Belastungen erlebt und kann der notwendige Ausgleich nicht geschaffen werden, dann führt dies zu Beeinträchtigungen von Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

In diesem Seminar setzen Sie sich mit dem Phänomen Stress auseinander und verstehen die körperlichen Begleiterscheinungen und Auswirkungen von Belastungssituationen. Sie erkennen körperliche Stresssymptome an sich selbst.

Wir sprechen gemeinsam über die persönlichen und arbeitsbedingten Belastungen in Ihrem beruflichen Kontext und erarbeiten erste persönliche Bewältigungsstrategien.

Sie erweitern Ihre Handlungsfähigkeit und probieren verschiedene Entspannungstechniken aus.

Eine kollegiale Beratung rundet das Seminar ab.

Seminarinhalte

- Ein Arbeitsmodell: Die Stressampel
- Körperliche Stressreaktionen und die Folgen für die Gesundheit
- Persönliche Stressverstärker – Wie wir uns selbst unter Stress setzen
- Stress bewältigen – Die drei Säulen der Stresskompetenz
- Vorstellung verschiedener Entspannungsmethoden

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Erfolgsfaktor Zeitmanagement

Gesundheit und Leistungsfähigkeit durch Selbstmanagement und Arbeitsorganisation

„Ich habe keine Zeit!“ Diesen Ausspruch kennen alle, die unter einem hohen Arbeitspensum und häufigem Termindruck leiden. Wer im Gastgewerbe und im Nahrungsmittelhandwerk arbeitet, kennt nicht nur Zeitdruck in Stoßzeiten, hohes Arbeitspensum und Termindruck. Hinzu kommen die Arbeitszeiten an Abenden und am Wochenende, die die (Frei-)Zeitplanung oft erschweren. In der Saison oder in Schwerpunkzeiten geht es oft ohne Pause rund – sowohl für Unternehmerfrauen und Führungskräfte als auch für die Beschäftigten und Auszubildenden. Da verliert man schon mal die Lust, die Leistungsfähigkeit lässt nach, und nicht selten machen sich erste gesundheitliche Folgen des Zeitdrucks bemerkbar.

Im Seminar erkennen Sie Ihren Umgang mit der Zeit, unterscheiden zwischen wichtigen und dringenden Handlungen, reflektieren und formulieren, was Ihnen im Leben wichtig ist. Sie erkennen die Grundprinzipien einer effektiven Wochenplanung und kennen Möglichkeiten, den Tag bewusst zu gestalten. Sie lenken Ihre Aufmerksamkeit auf Aktivitäten und Erfahrungen, die Sie zufrieden und glücklich machen, und Sie setzen sich 1–2 konkrete Entwicklungs- und Veränderungsziele.

Seminarinhalte

- Berufliche und private Ziele im Einklang
- Effektive Zeitplanung
- Erkennen der „Zeitdiebe“ und Abhilfe schaffen
- Zeitsparende Arbeitstechniken
- Bessere Einbindung der Beschäftigten
- Eigener Ausgleich und Selbstmotivierung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Gewaltprävention

Mehr Sicherheit durch Handlungskompetenz in Krisensituationen

Überfälle, Ladendiebstahl, extreme Gewaltereignisse sind leider keine Seltenheit mehr. Im Verkauf aber auch im Gastgewerbe ist es wichtig, sich mit diesen Gefahren auseinanderzusetzen – vor allem in zentralen Stadtlagen.

Ladendiebstähle und Überfälle werden in ihrer Tausführung immer brutaler. Verletzungen oder gar Tötungen von Beschäftigten und Kundinnen oder Kunden können das traurige Ergebnis sein.

Grundlegende Strategien, um weitere Eskalationen zu vermeiden können auch gegen schwierige Kundschaft bzw. Täterinnen oder Täter angewendet werden.

Im Seminar besprechen wir, wie Sie sich vor Überfällen schützen können. Sie erfahren, wie Sie Überfälle vorbeugen können.

Und Sie lernen, was Sie tun müssen, damit im Fall eines Falles alle die Gefahr sicher und gesund überstehen. Denn die richtige Aktion oder Reaktion kann gelernt und trainiert werden.

Das Wissen über Ihre eigenen rechtlichen Möglichkeiten und der richtige Umgang mit sensiblen Situationen verleihen Ihnen im Ernstfall Handlungskompetenz und Sicherheit.

Seminarinhalte

- Grundlegende Krisensituationen erkennen
- Täter-/Opferstress
- Grundlegende Deeskalationsstrategien
- Richtiges Verhalten

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Gut gerüstet gegen Stress!

Ein Seminar zur Kompetenzentwicklung und -förderung

Der Wandel der Arbeits- und Lebensbedingungen stellt uns vor neue Herausforderungen: Verlagerung der Arbeitszeiten (auf das Wochenende), flexibles und individuelles Eingehen auf spezifische Gästewünsche, das Einspringen für kurzfristig erkrankte Kolleginnen oder Kollegen oder der spontane Ausfall technischer Geräte. Der Arbeitsalltag muss dabei weiterlaufen und die psychische Belastung der Beschäftigten steigt.

Im Seminar werden grundlegende Kompetenzen vermittelt und trainiert, um Stressphasen besser zu meistern und gestärkt daraus hervorzugehen. Diese verschiedenen Kompetenzen helfen, Stress zu mindern, und bieten Ansatzpunkte zur persönlichen Entwicklung. So können die Teilnehmenden selbstständig und lösungsorientiert an kommende Herausforderungen herangehen.

Seminarinhalte

- Was ist Widerstandsfähigkeit?
- Wie steht es um meine persönlichen Ressourcen?
- Welche Werkzeuge und Strategien helfen mir, Stressphasen zu verringern?
- Welche festen Denk- und Handlungsmuster beeinflussen mich?
- Wie stärke ich meine Widerstandskraft?

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte, Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Hygiene – für sichere Produkte und gesunde Beschäftigte

Durch gute Organisation und funktionierende Eigenkontrollen die Hygiene verbessern

Hygiene ist ein komplexes Thema und zahlreiche Vorschriften sind zu berücksichtigen. Hygiene ist auch für den Schutz und die Gesundheit der Beschäftigten ein zentrales Thema. Hygiene und Hautschutz sind zwei Seiten einer Medaille und daher nicht voneinander zu trennen.

Die allgemeinen Hygieneregeln, eine gute Herstellungspraxis und ein funktionierendes Hygienemanagementsystem gemäß den HACCP-Grundsätzen sollen gewährleisten, dass Endverbraucherinnen und Endverbraucher sich auf genusstaugliche und sichere Lebensmittel verlassen können. Eine gut funktionierende Hygiene berücksichtigt die Gesundheit der Beschäftigten, indem ein geeigneter Hautschutzplan erstellt und umgesetzt wird. Zusätzlich werden Rückverfolgbarkeit aller Waren, Informations- und Kennzeichnungspflichten, wie z. B. Zusatzstoffe, Allergene, gefordert.

Der Erfolg von Hygienemaßnahmen steht und fällt mit dem korrekten Verhalten. Ein Erfolgsrezept sind motivierte Beschäftigte, die wissen, wie sie Hygiene und Hautschutz im Alltag zuverlässig einhalten können. Erklärungen über die Bedeutung notwendiger Maßnahmen helfen, das Verantwortungsbewusstsein der Beschäftigten zu stärken.

Im Seminar erhalten Sie Informationen und praktische Lösungsvorschläge für die Umsetzung relevanter Anforderungen rund um das Ziel, sichere Lebensmittel und guter Hautschutz herzustellen. Ebenso werden alle lebensmittelrechtlichen Schulungspflichten für Sie mit Ihrer Seminarteilnahme erfüllt und bestätigt.

Seminarinhalte

- Überblick wichtiger Vorschriften und deren Aussagen
- Maßnahmen der guten Hygienepaxis
- Aufbau und Inhalte eines Hygienemanagementsystems

- Durchführung von Eigenkontrollen gemäß HACCP
- Erfüllung der Dokumentationspflicht mit Mustervorlagen
- Informationen über Zusatzstoffe und Allergene
- Erfüllung der Folgebelehrung nach dem Infektionsschutzgesetz (IfSG)
- Beschreibung wichtiger Krankheitserreger und deren Infektionswege
- Hygienebewusstsein in der täglichen Praxis!

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, auszubildende Personen, Beschäftigte und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Immer nur lächeln?!

Stressfrei mit Gästen, Kundinnen und Kunden sowie im Team kommunizieren

Finden Sie Ihre Gäste immer nett, sind Sie immer „gut drauf“? Wie gehen Sie mit „negativen“ Gefühlen, wie Ärger, Wut und Enttäuschung um?

Zeigen dürfen Sie diese Gefühle im Umgang mit den Gästen und der Kundschaft ja nicht. Hinzu kommen genervte Beschäftigte, gestresste Vorgesetzte, ungünstige Arbeitszeiten, Personalmangel und ein starker Wettbewerb. Wer jedoch den Umgang mit Kundinnen und Kunden nur noch als belastend erlebt, kann letztendlich auch keinen überzeugenden Service bieten.

Sie lernen im Seminar, Ihre Gefühle zu erkennen und im Umgang mit Gästen und Kundschaft entsprechend zu handeln. Ihre Fähigkeit zur Selbstregulation wird gestärkt.

Seminarinhalte

- Meine Rolle als Servicekraft/Beschäftigte im Verkauf
- Kommunikation: Grundlegendes und Praktisches
- Sinn & Unsinn von Gefühlen im Berufs- und Privatleben
- Möglichkeiten & Verhaltensweisen für den Alltag

Zielgruppe

Servicekräfte, Beschäftigte im Verkauf und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

P

K.o. war gestern!

Mehr Energie durch Gesundheit. Das Gesundheitskompetenz-Seminar für Azubis, Neueinsteigende und Nachwuchskräfte

Arbeit im Gastgewerbe und Handwerk kann ganz schön schlauchen. Vor allem in den ersten Jahren, wenn noch alles ungewohnt ist. Leichter wird es, wenn man „gesundes Verhalten“ schon früh erlernt und es zur Selbstverständlichkeit wird.

Im Seminar erhalten Sie grundlegende Informationen zum Arbeitsschutz. Sie erhalten viele praktische Informationen und Tipps zu richtiger Ernährung, einem gesunden Rücken, gutem Schlaf, aber auch zu Themen wie Stress und der Suchtprävention. Beim Thema „Rücken“ werden wir gemeinsam neben der Theorie auch praktische Übungen durchführen.

Seminarinhalte

- Was bedeutet „Gesundheit“?
- Wie fördere ich meine Gesundheit, sowohl bei der Arbeit als auch privat?
- Wie werde und bleibe ich fit?
- Wie kann ich Konflikte besser lösen?
- Wie gehe ich mit Stress um?
- Wie kann ich gut schlafen?

Zielgruppe

Auszubildende, Neueinsteigende und Nachwuchskräfte im Gastgewerbe und Handwerk aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

* P

Konfliktmanagement

Konflikte mit Kolleginnen oder Kollegen sowie Beschäftigten erfolgreich bewältigen

Unsere Arbeitswelt und unsere tägliche Zusammenarbeit sind gekennzeichnet durch unterschiedliche Meinungen, Einstellungen, Verhaltensweisen und Interessen. So ist es nicht verwunderlich, dass im täglichen Tun und Miteinander nicht immer alles glatt läuft. Es können Spannungen und Unstimmigkeiten auftreten, die im besten Fall relativ schnell aus der Welt geschafft werden. Vielleicht sind es aber auch tiefer liegende oder gravierendere Konflikte, die seit geraumer Zeit das tägliche Arbeiten beeinträchtigen.

Auch im besten Team kommt es zu Meinungsverschiedenheiten, und es läuft nicht immer alles glatt. Damit sich kleine Probleme nicht zu großen Konflikten entwickeln, erfahren Sie Hintergründe zu verschiedenen Konfliktarten/-situationen und dem üblichen Ablauf. Sie machen sich Gedanken über ihr eigenes Verhalten in Konfliktsituationen und lernen, diese frühzeitig zu erkennen und zu analysieren. Unter Beachtung spezieller Regeln und Phasen eines Konfliktgesprächs, lernen Sie konkrete Möglichkeiten zur Konfliktlösung kennen. Sie erkennen mögliche Konsequenzen ungelöster Konflikte (z. B. Mobbing) und deren Gefahr der langfristigen Arbeitsbeeinträchtigung.

Seminarinhalte

- Konfliktdefinition, -entwicklung und -arten
- Konfliktablauf und Eskalationsstufen
- Konfliktanalyse
- Verhalten im Konflikt und „Rote Tücher“
- Konfliktlösung (destruktiv vs. konstruktiv, 5 Phasen im Gespräch, Regeln)
- Konsequenzen ungelöster Konflikte und deren gesundheitliche Auswirkungen

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Ladungssicherung in Kleintransportern

Die Teilnehmenden werden befähigt, unter Einhaltung einschlägiger Vorschriften und unter Beachtung physikalischer Regeln, die mach- und nutzbaren Techniken der Ladungssicherung in der Praxis anzuwenden.

Sie nutzen Ihr Fahrzeug zur Auslieferung Ihrer Waren? Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Sie. Sie lernen, wie Sie unter Einhaltung einschlägiger Vorschriften und unter Beachtung physikalischer Regeln die mach- und nutzbaren Techniken der Ladungssicherung in der Praxis anwenden. Der Schwerpunkt liegt in der praktischen Demonstration der Ladungssicherungsmöglichkeiten.

Seminarinhalte

- Rechtliche und physikalische Grundlagen
- Anforderungen an das Transportfahrzeug
- Arten der Ladungssicherung
- Zurrmittel und weitere Hilfsmittel für die Ladungssicherung
- Möglichkeiten der Ladungssicherung in Kleintransportern und PKW-Kombi

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte und Beschäftigte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)

Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien – ein Reizthema für meinen Betrieb?!

Fachleute gehen inzwischen davon aus, dass jede/r Dritte in Deutschland unter Allergien, Asthma, COPD bzw. Neurodermitis leidet. Oft stehen auch Lebensmittel als mögliche Auslöser im Visier. Die Herausforderung für die Beschäftigten fängt bei der Gestaltung der Pausenverpflegung an, führt über unterschiedliche Beschwerden während der Arbeitszeit bis hin zu häufigen Ausfallzeiten. Hinzu kommen Fragen von betroffenen Gästen und Kundschaft im ohnehin vollgepackten Arbeitsalltag.

Im Seminar erarbeiten Sie sich aktiv einen Überblick über das Thema. Sie erhalten hilfreiche Tipps im Umgang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien. Darüber hinaus üben Sie an Beispielen die Umsetzung der Allergeninformation und erfahren, was ein gutes Allergenmanagement im Betrieb ermöglicht.

Seminarinhalte

- Was ist denn eigentlich eine Unverträglichkeit und was eine Allergie?
- Ich bin betroffen. Was kann ich tun?
- Gästen sowie Kundinnen und Kunden zum Thema souverän begegnen
- Nutzen einer guten Allergeninformation für Beschäftigte und Betrieb
- Ein gutes Allergenmanagement – ein florierender Betrieb!

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte, Auszubildende und Beauftragte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Rücken-Fit im Job!

Belastungssituationen erkennen, Tipps und Tricks zum Ausgleich

Sie sorgen täglich für das Wohl Ihrer Gäste und Kundenschaft. Oft macht sich die Arbeitsbelastung im Alltag gerade in Ihrem Rücken bemerkbar.

In diesem Seminar erfahren und erleben Sie, welche Möglichkeiten es gibt, Ihre Rückengesundheit zu stärken. Im Anschluss probieren wir gemeinsam aus, welche Ausgleichsmöglichkeiten Ihrem Rücken auch in der Freizeit gut tun.

Seminarinhalte

- Was beeinflusst meine Rückengesundheit?
- Genau hingeschaut: Wie ist mein Rücken aufgebaut?
- Maßnahmen und Übungen zum Ausgleich
- Tipps und Tricks zur Arbeitsplatzgestaltung

Zielgruppe

Auszubildende, Beschäftigte, Führungskräfte aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Sicher zum Job!

Fahrsicherheitstraining

Sicherheitstrainings sind wichtig und werden von der BGN unterstützt, um auch Wegeunfälle zu verhindern. Gefahren frühzeitig wahrnehmen oder das Verhalten des Autos besser kennen sind einige Aspekte, die das Fahren sicherer machen. Aber auch das Wissen über die wichtigsten Grundfahrtechniken sind entscheidend, um diese dann auch im Alltag zu beherrschen.

In diesem Seminar können Sie Ihr Auto besser kennenlernen. Sie erfahren, wie Sie in „brenzlichen“ Situationen einen klaren Kopf bewahren, und erkennen, worauf es ankommt. In Theorie und Praxis und mit Ihrem eigenen Fahrzeug bereiten Sie sich vor, Gefahren im Straßenverkehr zu erkennen, zu bewältigen oder direkt zu vermeiden. So erhöhen Sie Ihre eigene Sicherheit und die der anderen Verkehrsteilnehmenden im Straßenverkehr.

Seminarinhalte

- Theoretisches Wissen über das Auto und sein Verhalten
- Richtiges und sicheres Sitzen
- Praktische Übungen zum sicheren Bremsen
- Richtiges Verhalten in Gefahrensituationen und bei schlechten Witterungsverhältnissen

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



StrEss! – Richtig essen trotz viel Arbeit

Stressen Sie sich manchmal und haben nicht genügend Zeit für die richtige Nahrung? Sie sind nicht allein! Jeder Vierte beklagt, in den Arbeitspausen nicht genügend Zeit zum Essen zu haben. Jeder Dritte gibt an, dass eine gesunde Ernährung am Arbeitsplatz schlichtweg nicht möglich sei („Iss was, Deutschland?“ – TK-Studie, 2013).

Anlass genug, sich genauer mit dem Thema zu befassen!

In diesem Seminar analysieren Sie Ihr eigenes Ernährungsverhalten in Stresssituationen. Sie lernen Ernährungsempfehlungen für den stressigen Alltag und bei stressabhängigen Ernährungsbeschwerden kennen. Sie erhalten Tipps und Strategien, die Sie anschließend direkt in Ihren Alltag übernehmen können.

Seminarinhalte

- „Was heißt denn hier eigentlich Stress?“ – mit dem Stressmenschen auf Erkundungstour
 - Was ist Stress, und wofür ist er gut?
 - Was passiert im Körper?
 - Abgrenzung akuter und chronischer Stress
 - Folgen des chronischen Stresses
 - individuelle Strategien zur Bewältigung
- „Hunger macht böse!“ – lockere Einführung in das „Körper-Psyche-Ernährungs-Modell“
- Reflexion des eigenen Ernährungsverhaltens in Stresssituationen
- Individuelle Ernährungsstrategien für den stressigen Alltag
- Empfehlungen bei stressabhängigen Ernährungsbeschwerden

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Work-Life-Balance

Leistungskraft, Gesundheit und Lebensqualität zwischen Arbeit und Privatleben

Der Begriff Work-Life-Balance steht für ein ausgewogenes Verhältnis von Berufs- und Privatleben. Ziel ist es, private Interessen und Familienleben mit den Anforderungen der Arbeitswelt in Einklang zu bringen.

In diesem Seminar entwickeln Sie ein umfassendes Verständnis für ein ausgewogenes Verhältnis von Berufs- und Privatleben. Sie erfahren die körperlichen Begleiterscheinungen und Auswirkungen von Belastungssituationen und erkennen körperliche Stresssymptome an sich selbst. Sie reflektieren persönliche und arbeitsbedingte Belastungen in Ihrem privaten und beruflichen Kontext und erleben zwei gängige Entspannungsverfahren. Mit verschiedenen Methoden des Zeit- und Selbstmanagements erarbeiten Sie erste persönliche Bewältigungsstrategien.

Seminarinhalte

- Wege zur persönlichen Gesunderhaltung
- Reflexion der momentanen Situation
- Gesunde Arbeitsplatzgestaltung
- Persönliche Strategien
- Stress und Stressbewältigung
- Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit
- Ernährung und Bewegung

Zielgruppe

Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Beschäftigte und auszubildende Personen aus Kleinbetrieben (bis 50 Vollbeschäftigte)



Die BGN-Online-Akademie

Die BGN-Online-Akademie ergänzt die gängigen Seminare und erweitert das umfangreiche Aus- und Weiterbildungsangebot der BGN.

Online-Seminare ermöglichen den Teilnehmenden ein zeit- und ortsunabhängiges sowie individuelles Lernen.

Durch den Einsatz vielfältiger Strategien der Informationsvermittlung in Form von Arbeitsblättern, Power-Point-Dateien, Filmen, Audiodateien und Fallbeispielen wird der Lernerfolg der Teilnehmenden sichergestellt.

Die einzelnen Themen sind methodisch und didaktisch online aufbereitet und dem Medium Internet angepasst.

Außerdem haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich während des Seminars **mit anderen Teilnehmenden** und den BGN-Fachleuten **auszutauschen**.

Die Seminarthemen wechseln kontinuierlich. Hier eine Auswahl:

- Sicher und gesund im Gastgewerbe
- Hotels sicher und gesund führen
- Maschinensicherheit in der Fleischwirtschaft
- Verkehrssicherheit: Sicher unterwegs mit Transportern
- Unterweisen: über Sicherheit ins Gespräch kommen
- Sicher und gesund im Backgewerbe
- Sicher und gesund für Schausteller/-innen
- Arbeitszeiten gesundheitsverträglich gestalten

Das aktuelle Online-Seminarangebot finden Sie auf unserer Internetseite www.bgn.de/seminare/online

Für die **Teilnahme** an einem BGN-Online-Seminar gibt es ebenfalls **Prämienpunkte**.

Ortsunabhängig und zeitsparend

Web-Seminare ermöglichen eine ortsunabhängige, zeitsparende Teilnahme an unseren Seminarveranstaltungen. Unsere Web-Seminare ermöglichen es Ihnen, ohne Anreise und in gewohntem Umfeld an Veranstaltungen teilzunehmen. Dabei befinden Sie sich mit anderen Teilnehmenden und unseren Lernbegleitenden in einem virtuellen Veranstaltungsraum. Mit geringem Zeitaufwand erreichen Sie maximalen Lernerfolg.

Auf unserer Browser-basierten Lernplattform nutzen wir alle Formen direkter Informationsvermittlung, um die Inhalte in kompakter und interaktiver Weise zu vermitteln. Präsentation, Diskussion, Quizfragen, Videos und Erarbeitung der Inhalte in begleiteten Kleingruppen sind dabei nur einige der eingesetzten didaktischen Mittel. Dabei stehen Sie in ständigem Austausch mit den Referentinnen und Referenten sowie den anderen Teilnehmenden über Chat oder Kamera- und Mikrofonfreigabe.

Die Anmeldung erfolgt über das Anmeldeformular auf der Internetseite des jeweiligen Seminars.

Die Seminarthemen wechseln kontinuierlich. Aktuell werden folgende Themen angeboten:

- Sicher, sauber und gesund arbeiten im Fleischerhandwerk
- Erfolgsfaktor Zeitmanagement: Gesundheit und Leistungsfähigkeit durch Selbstmanagement und Arbeitsorganisation
- Rückenfit im Job – Belastungssituationen erkennen, Tipps und Tricks zum Ausgleich
- Verantwortung im Arbeitsschutz als Führungsaufgabe
- Praxiswissen psychische Gefährdungsbeurteilung – Psychische Belastungen erkennen und bearbeiten
- Regionale Fortbildung für Unternehmerinnen und Unternehmer im Unternehmermodell – Arbeitsschutz aktuell
- Gesund und effektiv im Homeoffice – „Homeoffice Hacks“
- Hygiene – für sichere Produkte und gesunde Beschäftigte Umsetzung der aktuellen Hygiene-Anforderungen in der Pandemie – für jeden ein wichtiges Thema



- Seminare aus unseren Sibe- und Sifa-Ausbildungsreihen
- u. a.

Das aktuelle Web-Seminarangebot finden Sie auf unserer Internetseite www.bgn.de/seminare.

Mehr Informationen zu den Teilnahmevoraussetzungen sowie dem Ablauf finden Sie auf www.bgn.de/seminare/web-seminare.

Auch für die Teilnahme an BGN-Web-Seminaren können Sie Prämienpunkte erhalten.



Beratungsangebot Sicherheit und Gesundheit im Kleinbetrieb

Zielgerichtet und individuell

Jeder Betrieb ist anders, hat andere Bedingungen und Voraussetzungen und beschäftigt unterschiedliche Beschäftigte. Daher muss ein zielgerichtetes Beratungsangebot auch individuell gestaltet sein.

Das Angebot unterstützt Unternehmen mit bis zu 50 Beschäftigte dabei, Themen aus Sicherheit und Gesundheit stärker in ihre Arbeitsabläufe und -prozesse zu integrieren. Es beinhaltet verschiedene Arbeitspakete, die Sie als Unternehmen für einen Zeitraum von einem halben Jahr monatlich wahlweise per Post oder per E-Mail erhalten können.

Eine persönliche Ansprechperson steht Ihnen von Anfang an zur Seite und ist auf Wunsch für Sie erreichbar.

Am Anfang bestimmen Sie Ihren eigenen Standpunkt zu den Themen Sicherheit und Gesundheit, damit der eigene Fortschritt beim Abschluss des Projektes besser überprüft und sichtbar gemacht werden kann. Mögliche Themen, die Sie aus einem Pool von 15 Themen selbst wählen können, sind z. B. Stressbewältigung, richtige Ernährung, Brandschutz oder Arbeitszeitgestaltung.

Kontakt bei Interesse an mehr Informationen oder an einer Anmeldung:

kleinbetriebe@bgn.de

oder bei Ihrer regionalen Ansprechperson

Das Medienangebot der BGN

Vielseitig und hilfreich

Im betrieblichen Alltag sind oftmals schnelle, praktische Hinweise und Hilfen gefragt. Ohne lange suchen zu müssen, sollten diese jedem Betrieb zur Verfügung stehen.

Ob Informationen zu spezifischen Sicherheits- und Gesundheitsthemen oder praktische Hilfen bei der Durchführung von Gefährdungsbeurteilungen oder Unterweisungen, ob gesetzliche Regelungen oder praktische Empfehlungen – die BGN hält ein vielseitiges Angebot an unterschiedlichen Medien für Sie und Ihren Betrieb bereit. Bei uns können Sie Entsprechendes lesen, hören und sehen.

Wir haben Plakate, Broschüren, Hör-CDs und Videos zu unterschiedlichsten Themen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes für unsere Branchen entwickelt.

Sie können viele Materialien bestellen oder online herunterladen. Schauen Sie doch einfach mal in unseren Medienshop unter **<https://medienshop.bgn.de>**

Stöbern Sie auch auf dem BGN-Branchenwissen. Stichwortartig können Sie hier sehr viele Informationen leicht finden: **https://www.bgn-branchenwissen.de/daten/bgn_gesamt/struktur/titel.htm**

Die BGN-Medien sind für Mitgliedsbetriebe der BGN kostenfrei.

Regionale Seminare Nützliche Informationen

Nützliche Informationen

Teilnahmebedingungen

Kosten

Anmeldung

Ansprechpartner

Ihre regionalen Ansprechpersonen



Wer kann an unseren Veranstaltungen teilnehmen?

An den aufgeführten Seminaren können Beschäftigte aus Kleinbetrieben bzw. Zweig- oder Verkaufsstellen mit bis zu 50 Vollbeschäftigten teilnehmen, die in die Zuständigkeit der Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe fallen.

Welche Kosten fallen an?

Die Teilnahme an den Seminarangeboten ist für Mitglieder der Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe kostenneutral. Fahrtkosten werden nur für Pflichtseminare im Rahmen des Unternehmermodells erstattet. Verpflegung und Pausengetränke werden am Seminartag übernommen.

Wie sind die Seminarzeiten?

Die Seminarzeiten unterscheiden sich je nach Seminarangebot. Genaue Termine und Seminarzeiten können Sie im Internet unter www.regionale-seminare.de nachlesen oder rufen Sie uns an. Wir informieren Sie gerne.

Wie melde ich mich an?

Alle Anmeldungen müssen schriftlich erfolgen – entweder über das Internet www.bgn.de/seminare/ oder schriftlich bzw. per Fax an:

**Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Geschäftsbereich Prävention
68165 Mannheim
Fax: 0800 1977553-16525
regionale-seminare@bgn.de**

Bei Seminaren **im Rahmen des Unternehmermodells** ist eine Anmeldung über das Internet ebenfalls von Vorteil, oder schriftlich bzw. per Fax an:

**Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Geschäftsbereich Prävention
Katja Grün
55127 Mainz
Fax 0800 1977553-16525
regionale-seminare@bgn.de**

Für die online Anmeldung benötigen Sie folgende Informationen:

- Name, Vorname, Geburtsdatum
- Fachliche Qualifikation
- Anschrift des Unternehmens
- BGN-Betriebsnummer (FBG-Versicherungsnummer)
- Art des Seminars/Seminarnummer



Der schnelle Kontakt zu uns und unseren Seminaren

Haben Sie Fragen zur Anmeldung oder den Seminaren?

Fragen zur Anmeldung oder zu freien Seminarplätzen beantwortet Ihnen gerne das Team der Sachbearbeitung.

Bei konkreten Fragen zu den Seminaren wenden Sie sich bitte direkt an Ihre regionalen Ansprechpersonen (Adressen auf Seite 39).



Der schnelle Link zu unserer Website:

<https://www.bgn.de/seminare/>



Unser Ziel: Ihre Sicherheit und Gesundheit – direkt vor Ort

Sicherheit und Gesundheit sind die Ziele unserer Präventionsarbeit; der Qualifizierung von Unternehmensleitungen und Beschäftigten kommt dabei zunehmende Bedeutung zu.

In den vergangenen Jahren wurde den Unternehmen durch den Wegfall zahlreicher Vorschriften wesentlich mehr Gestaltungsraum und damit einhergehend auch mehr Verantwortung für den Arbeitsschutz zugesprochen. Wir möchten mit unserem Seminarangebot dazu beitragen, den gestiegenen innerbetrieblichen Anforderungen gerecht werden zu können.

Das Ziel unserer Bildungsmaßnahmen ist es, alle Teilnehmenden aus den Mitgliedsunternehmen dazu zu befähigen, Arbeits- und Gesundheitsschutz in ihren Betrieben eigenständig umsetzen zu können. Deshalb geht es in unseren Seminaren nicht primär um die reine Wissensvermittlung, sondern vielmehr um die Erweiterung der eigenen Handlungskompetenz in Bezug auf die Gewährleistung sicherer und gesunder Arbeitsbedingungen.

Die Handlungskompetenz jeder einzelnen Person setzt sich zusammen aus Fach- und Methodenkompetenzen, Sozial- und Personalkompetenzen; all diesen Formen möchten auch wir in unserer Seminargestaltung gerecht werden. Wir möchten zur Weiterentwicklung der Handlungsfähigkeit unserer Teilnehmenden beitragen, damit sie in den Betrieben fachgerechte Lösungen für den Arbeits- und Gesundheitsschutz finden und umsetzen können.

Auf diesem Weg hoffen wir, partnerschaftlich im Arbeitsschutz von- und miteinander zu lernen!

Ihre

*Claudia Reichelt, Dr. Peri Kholghi, Dr. Mirko Degener,
Katja Lowak, Silke Tiedemann, Martina Scharmentke und
Josefine Groschopp*

Ihre regionalen Ansprechpersonen – Von Nord bis Süd

Mecklenburg-Vorpommern

Brandenburg

Berlin

Sachsen-Anhalt

Dr. Mirko Degener
Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Eleonore-Prochaska-Straße 11
14480 Potsdam
Telefon 0173 6057476
Fax 0800 197755316-250
Mirko.Degener@bgn.de

Niedersachsen

Silke Tiedemann
Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Dynamostrasse 7–11
68165 Mannheim
Telefon 0621 4456-4035
Fax 0800 197755316-240
Silke.Tiedemann@bgn.de

Nordrhein-Westfalen

Baden-Württemberg

Martina Scharmentke
Max-Eyth-Str. 190
72766 Reutlingen
Telefon 07121 3018729
Mobil 0171 3256679
Fax 07121 3018728
Md.Scharmentke@t-online.de

Hessen

Netzwerk Bildung
und Beratung für das
Gastgewerbe (BBG)
c/o ZAUG gGmbH
Katja Lowak
Kiesweg 31
35396 Gießen
Telefon 0641 9522553
Fax 0641 51594
netzwerkbbg@zaug.de
www.netzwerkbbg.de

Sachsen

Thüringen

Josefine Groschopp
Telefon 0361 4391-4960
Fax 0361 65322341
Josefine.Groschopp@fsa.de
Postadresse: FSA GmbH
Betriebliche Gesundheitsförderung
Lucas-Cranach-Platz 2
99097 Erfurt

Südhessen

Rheinland-Pfalz

Saarland

Claudia Reichelt
Auf der Insel 3
67575 Eich
Mobil 0178 5551828
info@Claudia-Reichelt.de

Bayern

Dr. Peri Kholghi
Hintergasse 14
68307 Mannheim
Mobil 0175 2081361
Pk@Kholghi.de

**Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe**

Dynamostraße 7–11
68165 Mannheim
E-Mail: regionale-seminare@bgn.de
Fax 0800 197755 316525



Der schnelle Link zu unserer Website:
<https://www.bgn.de/seminare/>