ifb-Gesundheitstage: Gesundheit bewegt – erleben, mitnehmen, im Betrieb verankern!

ifb Seminare, die begeistern

Gesundheitsförderung erleben und für den Betrieb gestalten

Gesundheit im Betrieb entsteht nicht durch Zufall. Sie braucht Menschen, die Impulse setzen, Ideen entwickeln und Veränderungen anstoßen. Genau hier kommen Sie ins Spiel.

Unsere Gesundheitstage bieten die Möglichkeit, Gesundheitsförderung aktiv zu erleben, neue Ansätze kennenzulernen und praxistaugliche Lösungen für den eigenen Betrieb mitzunehmen. In einer inspirierenden Keynote und interaktiven Workshops zu Themen wie Arbeitsschutz, Ernährung, psychische Gesundheit und Betriebliches Gesundheitsmanagement erhalten Sie wertvolle Anregungen für Ihre tägliche Arbeit.

Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Tage voller Impulse, Austausch und praktischer Erfahrungen. Entdecken Sie, wie Gesundheit im Arbeitsalltag wirksam gefördert werden kann – für gesunde Beschäftigte, starke Teams und zukunftsfähige Unternehmen.

Erleben. Ausprobieren. Vernetzen. Gestalten. Denn Gesundheit bewegt – und Sie können etwas bewegen.

Impulsvortrag

Betriebliches Gesundheitsmanagement aus der Praxis für die Praxis

Gesunde Unternehmen brauchen gesunde Mitarbeiter, sonst erleben wir eine Kostenexplosion!

Work Life Balance und Human Resources mal aus einem praktischen Blickwinkel. Die ICH-Perspektive eines unmittelbar Beteiligten mit all seiner damaligen Verzweiflung und Ohnmacht. Aber auch Sichtweisen, die neue Wege aufzeigen und zum Umdenken motivieren. „Altes mit neuen Augen betrachten."

Ein außergewöhnlicher, emotional ergreifender sowie authentischer Vortrag von Babak Rafati mit einem Happy End machen. Brillianter kann die Thematik für die Berufswelt aus der Praxis in einem Infotainment nicht vermittelt werden. Ergreifend, bewegend und zugleich begeisternd und motivierend! Ein Mutmacher!

Babak Rafati
Keynote & Business Speaker
FIFA & Bundesliga Schiedsrichter

Ein Vormittag ganz im Zeichen der Gesundheit

Gesundheit erleben statt nur darüber sprechen! Besuchen Sie unsere interaktive Gesundheits-Roadshow und entdecken Sie an verschiedenen Erlebnisstationen, wie Sie Ihr Wohlbefinden im Alltag aktiv fördern können und wie Sie es als Betriebsrat in den Betrieb bringen können.

Freuen Sie sich auf spannende Mitmachaktionen rund um Ernährung und mentale Gesundheit, einen Sinnesparcours mit Mini-Workshops, interaktive Stationen zum Thema Suchtprävention, einen Stress- und Resilienz-Check sowie die Möglichkeit, Ihre Körperzusammensetzung analysieren zu lassen. Sammeln Sie praktische Tipps, testen Sie Ihr Wissen und nehmen Sie neue Ideen für einen gesunden und ausgeglichenen Alltag mit.

Mit dem ifb-Team und Fachexperten

Daten und Fakten

11. bis 14.05.2027

Weimar
Leonardo Hotel Weimar
Tagungs-Nr. 27-19 EX

Preis ab 1.790,– €

1. Teilnehmer		1.890,-€
2. Teilnehmer	-50,-€	1.840,-€
jeder weitere Teilnehmer	-100,-€	1.790,-€

zzgl. Hotel und 19% MwSt.

Zusätzliche Infos unter:
ifb.de/gesundheitstage

Nutzen Sie Ihren **Schulungsanspruch** Gemäß § 37 Abs. 6 BetrVG für Betriebsräte und gemäß § 179 Abs. 4 SGB IX für die SBV erforderlich, wenn das hier vermittelte Wissen für die Erfüllung anstehender Aufgaben benötigt wird und keine entsprechenden Kenntnisse vorhanden sind.

ifb-Gesundheitstage: Für eine nachhaltige Gesundheitsförderung in Ihrem Betrieb

Vier Perspektiven — Vier spannende Fachvorträge:

Vortrag 1

Gesund arbeiten mit KI — Digitalen Stress erkennen und gute Arbeitsbedingungen gestalten

- KI im Arbeitsalltag – Was verändert sich? Wie verändert Künstliche Intelligenz bereits heute die Arbeitswelt?
- Digitaler Stress und psychische Gesundheit – Was macht KI mit uns?
- Gute Arbeitsbedingungen mitgestalten – Was können Betriebsräte tun?

Nikolas Niehardt
Gesundheitsmanager M.A., Experte für Betriebliche Gesundheit

Vortrag 2

Ernährung als Erfolgsfaktor im Arbeitsalltag

- Warum ist Ernährung ein Schlüssel für Konzentration, Energie und pychische Stabilität?
- Wie wirkt sich Ernährung auf die Belastbarkeit und Stress aus?
- Welche kleinen Veränderungen im Alltag haben die größte Wirkung?
- Welche Maßnahmen in Unternehmen sind sinnvoll und realistisch umsetzbar?

Sandra Winkler
Resilienztherapeutin und Ernährungsexpertin

Vortrag 3

Gesundheit mit System — Betriebliches Gesundheitsmanagement erfolgreich gestalten

- Was ein wirksames Betriebliches Gesundheitsmanagement wirklich ausmacht
- Die Rolle des Betriebsrats als Impulsgeber und Gestalter nachhaltiger Gesundheitsstrategien
- Erfolgsmodelle aus der Praxis: Von Einzelmaßnahmen zu einer echten Gesundheitskultur

Bernd Wohlfarth
Diplom-Wirtschaftspsychologe

Vortrag 4

Weil Gesundheit nicht verhandelbar ist — Arbeitsschutz, der Beschäftigte wirklich schützt

- Neue Herausforderungen der Arbeitswelt: Wo Gesundheit und Sicherheit heute besonders gefährdet sind
- Mitbestimmung wirksam nutzen: Rechte und Handlungsmöglichkeiten des Betriebsrats im Arbeitsschutz
- Praxisnahe Lösungen entwickeln: Erfolgreiche Maßnahmen für den eigenen Betrieb

Jens Potthast
Experte für Arbeits- und Gesundheitsschutz

Ablauf

Dienstag: 11.05.2027

	Nachmittag: 14:00 - 17:00 Uhr
	• ab 14:00 Uhr: ifb-Check-In, Begrüßungssnack • 15:30 - 17:00 Uhr: Begrüßung und Eröffnungsvortrag mit Babak Rafati „Betriebliches Gesundheitsmanagement aus der Praxis für die Praxis“ • ab 18:00 Uhr: Abendessen im Hotel, Rahmenprogramm

Mittwoch: 12.05.2027

Vormittag: 07:00 - 12:00 Uhr	Nachmittag: 13:30 - 17:00 Uhr
• 07:00 – 07:45 Uhr: Fit in den Tag (optional) • 08:30 – 12:00 Uhr: 1. Workshop (Kaffeepause 10:00 – 10:30 Uhr) • 12:00 – 13:30 Uhr: Mittagspause	• 13:30 – 17:00 Uhr: 2. Workshop (Kaffeepause 15:00 – 15:30 Uhr) • ab 18:30 Uhr: Abendessen im Hotel, Rahmenprogramm

Donnerstag 13.05.2027

Vormittag: 07:00 - 12:00 Uhr	Nachmittag: 13:30 - 17:00 Uhr
• 07:00 – 07:45 Uhr: Fit in den Tag (optional) • 08:30 – 12:00 Uhr: 3. Workshop (Kaffeepause 10:00 – 10:30 Uhr) • 12:00 – 13:30 Uhr: Mittagspause	• 13:30 – 17:00 Uhr: 4. Workshop (Kaffeepause 15:00 – 15:30 Uhr) • ab 18:30 Uhr: Abendessen im Hotel, Rahmenprogramm

Freitag: 14.05.2027

Vormittag: 07:00 - 12:00 Uhr	
• 07:00 – 07:45 Uhr: Fit in den Tag (optional) • 08:30 – 11:30 Uhr: Gesundheits-Roadshow mit dem ifb-Team und Fachexperten • 12:00 – 13:30 Uhr: Mittagspause oder Lunchpaket	

Rahmenprogramm
Bei mehrtägigen Präsenz-Veranstaltungen sind Sie im Anschluss an das Abendessen zu einem gemeinsamen Freizeitprogramm und Austausch in entspannter Atmosphäre herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist freiwillig.

Daten

Tagungsnummer	Termin	Dauer	Ort
27-19 EX	11.05. - 14.05.2027	3 Tage Di 14:00 Uhr - Fr 12:00 Uhr	Weimar

Hotel

Leonardo Hotel Weimar
Belvederer Allee 25
99425 Weimar

Hotelpreise*

Für Gäste mit Übernachtung:

Einzelzimmer: 85,89€
Vollpension: 113,27€ (Frühstück, Mittag- und Abendessen)

Für Tagesgäste ohne Übernachtung:

Vollpension: : 110,10€ (Mittag- und Abendessen)

*) Preise pro Person und Nacht zzgl. MwSt., alle Hotelpreise ohne Gewähr.

Weitere Informationen

Bahn-Sondertarif
Mit der Deutschen Bahn bequem und umweltfreundlich zum ifb-Seminar! Infos unter: ***www.ifb.de/bahn***

Rechtliche Bestimmungen
Ausführliche Teilnahmebedingungen finden Sie unter:
www.ifb.de/agb

Vollständige Datenschutzbestimmungen finden Sie unter:
www.ifb.de/datenschutz

Unsere Compliance-Richtlinien finden Sie unter:
www.ifb.de/compliance