



padoc®

AUSBILDUNG ZUM GESUNDHEITSCOACH

mit Dr. med. Dirk Lümke

VERÄNDERUNG BEGINNT IM KOPF.
MACH WAS DRAUS!
Gesundheit richtig managen.

AUSBILDUNG ZUM GESUNDHEITSCOACH

für (zukünftige) Gesundheitsmanager*innen in Unternehmen

WER

Die Gesundheitsmanager*innen oder die, die es werden wollen, möchten sich weiterentwickeln. Sie werden befähigt, jede/n Mitarbeiter*in in seiner gesundheitsbezogenen Eigenverantwortung zu stärken, persönliche Gesundheitsziele zu erreichen und die Produktivität des eigenen Unternehmens damit nachweislich zu steigern.

WAS

Sie werden folgende Fähigkeiten erwerben:
evidenzbasiertes, modernes Gesundheitsmanagement auf den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung, Gesundheitsrisiken und Stressmanagement

- verlässliche Informationen zur Prävention und Gesundheitsförderung
- Handlungshilfen zur Verhaltensmodifikation
- motivierende Gesprächsführung in Gruppen und Einzelkontakten
- Interventionen zur strategischen Gewohnheitsbildung
- unterstützende Rahmenbedingungen für das individuelle Gesundheitsverhalten

WIESO

Gesundheitsmanager*innen haben neue Kompetenzen erworben, die den Gesundheitszustand und damit das Leistungsempfinden aller Mitarbeiter*innen verbessern.

4 TAGE

7.400,- Euro zzgl. MwSt. für bis zu 8 Teilnehmer*innen
Ihr Referent: Dr. med. Dirk Lümke

*Bei Ihnen im Unternehmen
oder an einem anderen Wunschort zu einem vereinbarten Termin
So erreichen Sie uns: mail@padoc.de oder 040 611 9999 0*

TESTIMONIALS.

“

Als BGM-Referentin habe ich mich oft gefragt: Wie bekomme ich mehr Teilnehmer*innen in unsere Angebote? Idealerweise würden diese durch die Teilnahme ein nachhaltig besseres Gesundheitsverhalten entwickeln. Mit dem Programm von padoc habe ich gelernt, wie es gelingen kann unsere Mitarbeitenden nicht nur zu motivieren, sondern bei der Entwicklung gesünderer Gewohnheiten wirksam zu unterstützen. 15 Monate nach meiner viertägigen Ausbildung zum Gesundheitscoach bei padoc habe ich mit meiner neu gewonnenen Kompetenz viele Beschäftigten bei einer Verbesserung ihres Gesundheitszustands begeistert begleitet. Die Mitarbeitenden haben tolle Ergebnisse erzielt, z.B. hat eine Kollegin 20 Kilo abgenommen und fühlt sich fitter und beweglicher. Das Erfolgsrezept von padoc hat stark gewirkt und sich für meinen Arbeitgeber sehr gelohnt.

”

Andrea
BGM Referentin

Teilnehmerin aus dem Jahr 2020

“

In der schön strukturierten und klar aufgebauten Ausbildung fühlte ich mich sehr gut damit, dass die Eckpfeiler vor allem Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Gesundheitsrisiken sind. Genau so haben wir danach unsere eigenen Seminare aufgebaut.

Am meisten haben mich die Mythen überrascht, die ich im Unterbewusstsein abgelegt hatte. Durch Medien, private und berufliche Unterhaltungen werden Meinungen verbreitet, jedoch nicht wissenschaftliche Evidenz. Diese habe ich in der Ausbildung voll aufgenommen. Ich kann jetzt viel besser und sicherer argumentieren. Mit diesem neuen, nachvollziehbaren, einprägsamen Wissen habe ich danach in Diskussionen immer wieder eine positiv überraschte Stille im Raum hervorgerufen. Meine Teilnehmenden fühlen sich jetzt noch besser, schneller und sicherer abgeholt. Ich kann Fakten liefern und bin nachhaltig wirksam.

”

Sven
Retail Operations Partner
Teilnehmer aus dem Jahr 2021

padoc – health & productivity management
Hammerbrookstraße 93
20097 Hamburg

www.padoc.de
mail@padoc.de
040 6119999-0