



BGF
Koordinierungsstelle
NORDRHEIN-WESTFALEN



Weniger Stress mit dem Stress in der Pflege

Gesundheitsförderungsangebote zur psychosozialen Gesundheit

Sehr geehrte Verantwortliche in den Betrieben der Pflegebranche,

Erhalt und Förderung insbesondere der psychosozialen Gesundheit der Beschäftigten in der Pflegebranche sind ein elementares Augenmerk der Partner der Landesrahmenvereinbarung Nordrhein-Westfalen. Wir möchten Sie in dem Zusammenhang aktiv und konkret unterstützen. Auf den nachfolgenden Seiten zusammengestellt finden Sie daher die unmittelbar verfügbaren, kostenfreien Leistungsangebote der Renten- und Unfallversicherung.

Die gesetzlichen Krankenkassen stehen Ihnen zudem mit ihrem Informations- und Beratungsangebot über die BGF-Koordinierungsstelle NRW zur Verfügung. Im Kern geht es dabei darum, in Betrieben Strukturen aufzubauen und zu fördern, die der Mitarbeitendengesundheit dienen. Das heißt, gesundheitliche Belastungen am Arbeitsplatz erkennen und die Ressourcen und Gesundheitskompetenz von Mitarbeitenden zu stärken. Nutzen Sie gerne diese kostenlose Beratung der Krankenkassen.

Darüber hinaus finden Sie wertvolle themenspezifische Informationen auf den Seiten der Landesinitiative Gesundheitsförderung und Prävention Nordrhein-Westfalen (Mittlere Lebensphase - [LGP.NRW](#)) und des Landesinstituts für Arbeitsgestaltung ([LIA NRW](#)).

Bitte nutzen Sie die Angebote zahlreich und gehen gern auf die genannten Kontakte zu, wir freuen uns.

Ihre Partner der Landesrahmenvereinbarung Nordrhein-Westfalen



BARMER



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang



hkk
KRANKENKASSE



KKH Kaufmännische
Krankenkasse



vdek
Die Ersatzkassen



Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Gesundheitsförderungsangebote zur psychosozialen Gesundheit

	Angebot	Inhalt	Kontakt
GKV	BGF-Koordinierungsstelle NRW	<p>Die BGF-Koordinierungsstelle bietet als digitale Informationsplattform mit einem Klick Zugang zu kostenfreier Erstberatung. Ausgangspunkte sind die individuellen Voraussetzungen und unternehmerischen Ziele eines Betriebs im Bereich BGF.</p> <p>Das Angebot ist kostenfrei.</p>	<p>https://bgf-koordinierungsstelle.de/gesund-im-pflegeberuf/</p> <p>https://bgf-koordinierungsstelle.de/nordrhein-westfalen/</p>
DRV	RV Fit	<p>RV Fit ist ein Präventionsprogramm für Beschäftigte mit Elementen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung für ein ganzheitlich verbessertes Lebensgefühl.</p> <p>Für Teilnehmende entstehen keine Kosten.</p>	<p>Für Beschäftigte: Kontakt (DRV Bund): Kundenservice Telefon 030 700 183 8098</p> <p>Frau Kuhlmann (DRV KBS) Tel.: 0234 304-31400 martina.kuhlmann@kbs.de</p> <p>Torben Sadlowski (DRV Rheinland): Tel.: 0211 937-3273, Torben.Sadlowski@drv-rheinland.de</p> <p>Frau Kosmann (DRV Westfalen): Tel.: 0251 238-2598 Renate.Kosmann@drv-westfalen.de</p> <p>Für Betriebe: Firmenservice Tel.: 0800 1000 453 firmenservice@deutsche-rentenversicherung.de</p> <p>https://www.rv-fit.de/DE/home/home_node.html#f97947e5-c10b-431d-8626-d7cad1cb88e0</p>

	Angebot	Inhalt	Kontakt
DRV	Rehabilitation	<p>Die Rehabilitation der Deutschen Rentenversicherung richtet sich an Beschäftigte, deren Erwerbsfähigkeit durch eine akute oder chronische Erkrankung erheblich gefährdet oder bereits gemindert ist. Die Reha kann sich im Einzelfall von einer medizinischen Leistung über Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben -z.B. Umschulung- bis hin zur Wiedereingliederung in das Erwerbsleben erstrecken. Die Beschäftigten sollen dabei in die Lage versetzt werden, an den bisherigen Arbeitsplatz zurückzukehren oder den Einstieg in einen anderen Beruf zu finden.</p> <p>Für Teilnehmende entstehen grundsätzlich keine Kosten. Allerdings können z.B. Zuzahlungen im Rahmen einer stationären medizinischen Rehabilitation zu leisten sein.</p>	<p>Für Beschäftigte: Kontakt (DRV Bund): Kundenservice Tel.: 030 700 183 8098 Service-Telefon: 0800 1000 48013 (DRV Rheinland)</p> <p>Frau Kosmann (DRV Westfalen): Tel.: 0251-238 2598 Renate.Kosmann@drv-westfalen.de</p> <p>Ansprechstelle Medizinische Rehabilitation Tel.: 0234 304-31299</p> <p>Für Betriebe: Firmenservice Tel.: 0800 1000 453 firmenservice@deutsche-rentenversicherung.de</p> <p>https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Reha/Warum-Reha/warum-reha_node.html</p>
DRV Westfalen	Ü45-Gesundheits-Check	<p>Der Ü45-Gesundheits-Check ist eine freiwillige Untersuchung für Versicherte der DRV Westfalen und setzt den Fokus auf Gesundheit und Beruf und ihre möglichen Wechselwirkungen. Damit ist der Ü45-Gesundheitscheck nicht nur für beruflich belastete Beschäftigte, sondern auch für jede/n Beschäftigte/n ohne explizite Beeinträchtigungen geeignet, um arbeitsplatzbezogene Gesundheitsgefährdungen und damit zusammenhängend ggf. Präventions- oder Rehabilitationsbedarfe zu erkennen, um so die Arbeitsfähigkeit bis in das Rentenalter und darüber hinaus zu erhalten.</p> <p>Für Teilnehmende entstehen keine Kosten.</p>	<p>Frau Blickwedel (DRV Westfalen) Tel.: 0251 238-6106 Sanela.Blickwedel@drv-westfalen.de</p>
BGW	Telefonische Krisenberatung für BGW-Versicherte	<p>Ein Angebot zur Frühintervention durch erfahrene Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Das Angebot richtet sich an alle BGW-Versicherten, die durch die besonderen Bedingungen am Arbeitsplatz im Zuge der Corona-Pandemie in eine psychische Krisensituation kommen.</p> <p>Kosten: Kostenfrei bis zu fünf Termine telefonischer Einzelberatung à 50 Minuten</p>	<p>Anmeldung auf der Homepage der BGW: https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/themen/gesund-im-betrieb/gesunde-psyche/telefonische-krisenberatung-fuer-bgw-versicherte-18984</p>

	Angebot	Inhalt	Kontakt
BGW	Krisen-Coaching per Video oder Telefon	<p>Ein Angebot zur Stärkung der psychischen Gesundheit für Führungskräfte und Personen in Verantwortung in der Corona-Pandemie, um die psychische Gesundheit gezielt zu stärken und zu erhalten.</p> <p>Kosten: Kostenfrei bis zu fünf Coaching-Einheiten per Telefon oder Video.</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/themen/gesund-im-betrieb/gesunde-psyche/krisen-coaching-per-video-oder-telefon-18986</p>
BGW	Hilfe nach Extremerlebnissen	<p>Ein Unfall, eine Gewalterfahrung, ein Brand – so etwas kann Menschen aus der Bahn werfen. Die BGW bietet unbürokratisch erste Unterstützung und sorgt dafür, dass psychische Beeinträchtigungen umfassend behandelt werden.</p> <p>Kosten: Kostenfreie Behandlung, wenn Voraussetzungen erfüllt sind.</p>	<p>https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/kontakt/kontakt-unfall-berufskrankheit-rehabilitation-40476</p> <p>https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/service/unfall-berufskrankheit/unfaelle-psychische-beeintraechtigungen/hilfenach-extremerlebnissen-14672</p>
BGW	BGW-Coaching	<p>Ein Angebot für Führungs- und Fachkräfte und Teams. Es eignet sich besonders für die kompakte Bearbeitung von Gesundheitsthemen (z.B. gesundheitsförderndes Führen, Umgang mit Konflikten, wertschätzende Kommunikation).</p> <p>Kosten: 150,00 € pro Coaching-Sitzung</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitsschutz/Organisationsberatung/Einzel-Teamcoachings.html</p>
BGW	BGW Strategietag Psyche	<p>Eintägiger Strategietag im Unternehmen zum Thema psychische Belastungen im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung. Risiken und Belastungsschwerpunkte, vorhandene Stärken und Ressourcen werden identifiziert und Handlungsschritte vereinbart.</p> <p>Kosten: Kostenfrei</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitsschutz/Organisationsberatung/Strategietage.html</p>
BGW	BGW-Handlungshilfe zur Gefährdungsbeurteilung der psychischen Belastung	<p>Eine Handlungsanleitung für die Durchführung der Gefährdungsbeurteilung Psyche. Sie umfasst einen Ratgeber, ergänzende Dokumente und ein Auswertungstool.</p> <p>Kosten: Kostenfrei. Auf Wunsch ist eine kostenpflichtige beratende Unterstützung bei der Ausgestaltung des Prozesses oder der Moderation möglich.</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Medien-Center/Medientypen/BGW-Broschuren/BGW08-00-005_Psychische-Gesundheit-im-Fokus.html</p>

	Angebot	Inhalt	Kontakt
BGW	Psychische Belastung und Beanspruchung – BGW Personalbefragung für die Altenpflege, Krankenpflege u. Behindertenhilfe	<p>Eine Personalbefragung, um psychischen Belastungen der Beschäftigten auf den Grund zu gehen. Die Personalbefragung eignet sich sowohl für Kleinbetriebe ab etwa zehn Beschäftigten als auch für größere Einrichtungen.</p> <p>Kosten: Kostenfrei, alle Materialien zur Durchführung sind auf der BGW-Homepage verfügbar.</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitschutz/Organisationsberatung/Personalbefragung.html</p>
BGW	BGW Arbeitssituationsanalyse	<p>Ein Gruppendiskussionsverfahren, das einen schnellen Überblick über die wichtigsten Probleme bei der Arbeit sowie über gesundheitliche Belastungen und ungenutzte Ressourcen der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen ermöglicht.</p> <p>Kosten: 750,00 € pro Beratungstag</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitschutz/Organisationsberatung/Arbeitssituationsanalyse.html</p>
BGW	Sichern Sie Gesundheit - Organisationsberatung	<p>Unternehmen sind erfolgreicher, je umfassender sie sich um die Gesundheit und Sicherheit ihrer Mitarbeitenden kümmern. Die BGW begleitet von Beginn an Projekte z.B. zum Thema Gefährdungsbeurteilung Psyche durch erfahrene Beraterinnen und Berater.</p> <p>Kosten: 750,00 € pro Beratungstag</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitschutz/Organisationsberatung/Organisationsberatung_Startseite.html</p>
BGW	BGW Personalkompetenz: Gesundheitsförderung durch Personalentwicklung	<p>Eine fachübergreifende Qualifizierung von Führungskräften und Beschäftigten, die hilft, persönliche Ressourcen zu stärken und zu entwickeln und dadurch psychischen Belastungen und Burn-out langfristig vorzubeugen. Trainingsmodule sind z.B. Stressbewältigung, Konflikte konstruktiv lösen, Umgang mit Tod und Trauer.</p> <p>Kosten: 750,00 € pro Beratungstag</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/themen/sicher-mit-system/gesundheit-managen/bgw-personal-kompetenz-gesundheitsfoerderung-durch-14688</p>
BGW	Qualifizierung von innerbetrieblichen Deeskalationstrainerinnen und Deeskalationstrainern	<p>Förderung der Qualifizierung von Deeskalationstrainerinnen und -trainern. Die Teilnehmenden sollen Konzepte für den Umgang mit Gewalt in ihrer Einrichtung entwickeln und umsetzen sowie Kolleginnen und Kollegen in Deeskalationstechniken schulen.</p> <p>Kosten: Anteilige Übernahme der Kosten, wenn Voraussetzungen erfüllt sind.</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitschutz/Umgang-mit-Gewalt/Qualifizierung_und_Beratung/Ausbildung-Deeskalationstrainer.html</p>

	Angebot	Inhalt	Kontakt
BGW	Qualifizierung von kollegialen Erstbetreuerinnen und -betreuern	<p>Förderung der Qualifizierung von kollegialen Erstbetreuerinnen und Erstbetreuern. Die so geschulten Kräfte leisten psychosoziale Erste Hilfe nach Extremerlebnissen.</p> <p>Kosten: Anteilige Übernahme der Kosten, wenn Voraussetzungen erfüllt sind.</p>	<p>Ulla Vogt ulla.vogt@bgw-online.de Tel.: 040-20207-4868</p> <p>https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitschutz/Umgang-mit-Gewalt/Qualifizierung_und_Beratung/Qualifizierung-kollegiale-Erstbetreuer.html</p>
BGW	Raus aus dem Krisenmodus	<p>Acht Tipps, um Belastungen besser zu bewältigen. Die Tipps (z.B. die eigene Belastungsgrenze kennen, in Bewegung bleiben, 10-Minuten-Auszeit nehmen, Unterstützung suchen) helfen dabei, mit Belastungen konstruktiv umzugehen und auf sich selbst zu achten.</p> <p>Kosten: Kostenfrei zum Download</p>	<p>PDF-Dokument zum Download auf der Homepage der BGW</p> <p>https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/themen/gesund-im-betrieb/gesunde-psyche/raus-aus-dem-krisenmodus-23988</p>
BGW	Diverse Broschüren im Themenfeld Psychische Gesundheit (z.B. Diagnose Stress, Erschöpfung erkennen - sicher handeln, Gesund und motivierend führen, Betriebliches Eingliederungsmanagement, Konflikte lösen - Mobbing verhindern)	<p>Die BGW bietet ein breitgefächertes Angebot an Informationsmedien. Sie informieren über Leistungen, gesetzliche Verpflichtungen sowie Präventionsmaßnahmen und Möglichkeiten der Rehabilitation.</p> <p>Kosten: Kostenfreie Nutzung für BGW Versicherte.</p>	<p>Kontakt über die Homepage der BGW: https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Medien-Center/Medientypen/BGW-Broschueren/BGW21-00-000_Medien-fuer-Sicherheit-und-Gesundheit-bei-der-Arbeit.html</p>
BGW	Diverse Seminarangebote im Themenfeld Psychische Gesundheit (z.B. Wege aus dem Stress – Stressprävention am Arbeitsplatz erfolgreich umsetzen; Betriebliches Konfliktmanagement und Prävention von Mobbing; Gesundheitsfördernde Führung – Möglichkeiten und Grenzen)	<p>Die BGW bietet ein umfangreiches Seminarangebot auch im Themenfeld Psyche.</p> <p>Kosten: Kostenfreie Nutzung für BGW Versicherte, Zielgruppen s. Seminarbeschreibungen auf der BGW Homepage.</p>	<p>Kontakt über Homepage der BGW: https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/service/schulung-beratung/seminare/seminarverzeichnis-21188</p>