

Seminarprogramm 2021

für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz



www.guv-oldenburg.de/covid/handlungshilfen

Liebe Mitglieder, liebe Versicherte,

der Bedarf nach und die absolute Notwendigkeit von Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz in unserer komplexen, schnelllebigen und sich stetig verändernden Arbeitswelt waren zentrale Aussagen dieses Vorworts 2020. Dass ein Virus namens SARS-CoV-2-/Covid 19 jemals derartigen Einfluss auf unser berufliches, privates und gesellschaftliches Leben haben könnte und die Bedeutung von Sicherheit und Gesundheit in diesem Maße verdeutlichen würde, war zu diesem Zeitpunkt unvorstellbar.

Als Ihr Träger der gesetzlichen Unfallversicherung waren und sind wir weiterhin gefordert, Sie, Ihre Organisationen und Betriebe aktiv zu begleiten. Branchenspezifische Handlungshilfen, Tipps und Aktuelles zum Umgang mit der Pandemie finden Sie auf den Sonderseiten unserer Website.

Auch persönlich sind wir gerne für Sie erreichbar. Unsere Präsenzseminare haben wir um Online-Formate ergänzt. Bevor ein Seminar aufgrund der Infektionslage nicht stattfinden kann, werden wir ein Online-Alternativangebot prüfen. Für Ihre Bereitschaft, sich auf unsere pandemiebedingt neue Seminar-Normalität einzulassen und uns online auf den ersten Schritten zu begleiten, danken wir Ihnen ausdrücklich. Dennoch soll unser Blick vorrangig in eine Zeit gerichtet sein, die nicht mehr von Corona bestimmt ist, so dass Seminare als Präsenzveranstaltungen wieder zur Regel werden können.

Viel Freude am Seminarprogramm 2021, anregende Qualifizierungsimpulse und vor allem Gesundheit wünschen Ihnen in besonderen Zeiten

Michael May
Geschäftsführer

Angela Pauka
Fachbereichsleiterin Prävention

Johanna Verse
Öffentlichkeitsarbeit

So geht's zu Ihrem Seminar ...

Als Ihr zuständiger Unfallversicherungsträger bieten wir allen Personen, die mit der Durchführung von Maßnahmen zur Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren betraut oder von den angebotenen Themen als Person betroffen sind, erforderliche Aus- und Fortbildung an.

Sie sind bei einer anderen Unfallkasse oder Berufsgenossenschaft gesetzlich unfallversichert? Zustimmung und Kostenübernahme Ihres Unfallversicherungsträgers sind dann Teilnahmevoraussetzungen.



Anmeldung

Sie melden sich online über unser Seminarportal an:

www.guv-oldenburg.de/praevention/seminare/

Anmeldebestätigung

Sie erhalten automatisch eine verbindliche Anmeldebestätigung per E-Mail. Falls nicht, ist ggf. unser Seminar ausgebucht oder Ihre E-Mail-adresse nicht korrekt angegeben.

Anmeldeschluss und freie Plätze

Online erfahren Sie, bis wann Ihre Seminaranmeldung möglich ist. Unsere Seminarplätze werden nach Reihenfolge des Anmeldungseingangs vergeben. Ein Ampelsymbol neben dem Seminarangebot informiert Sie über den aktuellen Stand, d. h. grün = freie Plätze, gelb = wenige freie Plätze, rot = alle Plätze belegt.

Ort

Werden Seminare zu einem Thema an mehreren Orten angeboten, melden Sie sich bitte zu der Veranstaltung an, die Ihrem Abfahrtsort am nächsten liegt.

* Für eine leichte Lesbarkeit verwenden wir überwiegend die männliche Form. Gemeint sind alle Geschlechter.

Absage

Sie können nicht am Seminar teilnehmen? Informieren Sie uns bitte umgehend, damit Ihr Platz anderweitig vergeben werden kann.

Ihr Seminar findet nicht statt? Dann informieren wir Sie zeitnah per E-Mail.

Ist Ihre E-Mail-Adresse korrekt angegeben?

Bitte prüfen und E-Mails regelmäßig, zeitnah abrufen.



Kosten

Unmittelbare Kosten Ihrer Aus- und Fortbildungsmaßnahmen und erforderliche Fahrt-, Verpflegungs- und Unterbringungskosten (gem. § 23 Abs. 2 SGB VII) werden von uns übernommen. Ihre Reisekostenabrechnung erfolgt **mittels Formular**, das Sie vor Ort erhalten. Gefahrene Kilometer werden gem. Standardroute (googlemaps) nach Nds. Reisekostenverordnung erstattet. Ihre Seminaranreise beginnt am tatsächlichen Abreiseort (Wohnsitz oder Dienststelle), endet am tatsächlichen Ankunftsort.

Inhouse-Seminare:

Sie finden Ihr Thema zu Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz nicht berücksichtigt bzw. Sie möchten, dass ausschließlich Ihre Beschäftigten teilnehmen? Unsererseits möglich, wenn ...

- ein interner Referent* des GUV OL das Thema anbietet.
- das Seminar bei Ihnen bzw. am von Ihnen organisierten Ort stattfindet (inkl. Catering, für das wir die Kosten übernehmen).
- Sie eine Gruppengröße von mindestens 12 Personen erreichen.

Alternativ besteht die Möglichkeit der Seminarbezuschussung.

Ihre Ansprechpartnerin:

Johanna Verse

E-Mail: johanna.verse@guv-oldenburg.de,

Tel. 0441 77909-37

- Vorwort..... 3
- Organisatorische Hinweise 4

Allgemeine Unfallversicherung

- Souverän im Umgang mit Schulunfällen 8
Kompaktinfo für Beschäftigte im Schulsekretariat
- Versicherungsschutz auf Schulausflügen und Klassenfahrten..... 9
Kompaktinfo für Lehrkräfte
- Gesetzliche Schülerunfallversicherung..... 10
Kompaktinfo für Elternvertretungen

Arbeitssicherheit

- Grundlagenseminar für Sicherheitsbeauftragte 12
- Aufbau-seminar für Sicherheitsbeauftragte 13
- Fortbildung für Sicherheitsbeauftragte 14
Fokus: Baubetriebshof
- Kompaktseminar für Sicherheitsbeauftragte 15
Fokus: Pflegebereich
- Befähigte Personen zur Prüfung von Leitern, Tritten und Fahrgerüsten 16
- Fortbildung für Hausmeisterinnen und Hausmeister 17
- Betrieblicher Brandschutz..... 18
- Transport- und Ladungssicherung 19
- Von der Gefährdungsbeurteilung bis zur Unterweisung..... 20

Gesundheitsschutz

- Kommunikation – gewusst wie!..... 22
- Sehstress vermeiden, fit am Bildschirm bleiben!..... 23
- In Balance – gesund und ausgeglichen am Arbeitsplatz 24
- Hau(p)tsache gesund 25
Fokus: Reinigungskräfte
- Hygiene beim Wickeln..... 26
Fokus: Erzieherinnen und Erzieher
- Resilienz – oder: mit Überraschungsrobustheit durch den Arbeitsalltag..... 27
- Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung..... 28
Grundlagenseminar
- Gesund führen!..... 29
- Führungsverantwortung im Arbeits- und Gesundheitsschutz 30
- Deeskalation & Konfliktmanagement – Handlungskompetenz für die Praxis 31
- Arbeit 4.0: Arbeits- und Gesundheitsschutz in der digitalisierten Arbeitswelt 32

- Kooperationspartner..... 34
- Jahresübersicht mit Ferien 2021 Niedersachsen..... 35

Online-Seminar:

Souverän im Umgang mit Schulunfällen – Kompaktinfo für Beschäftigte im Schulsekretariat

Zielgruppe: Beschäftigte im Schulsekretariat

- Inhalt:**
- Wann ist eine Unfallanzeige zu erstellen?
 - Wann besteht gesetzlicher Unfallversicherungsschutz für Schülerinnen und Schüler?
 - Welcher Arzt muss nach einem Schulunfall aufgesucht werden?
 - Psychische Belastungen bei Schulunfällen – was ist zu tun?
 - Erstattung von Brillenschäden
 - Taxischeine – eine gute Alternative ...

Beschreibung: Mit Rat und Tat stehen Beschäftigte im Schulsekretariat Schulleitung, Kollegium, Eltern und Lernenden zur Seite. Das Seminar informiert praxisnah über den gesetzlichen Unfallversicherungsschutz für Schüler und bietet konkrete Hinweise zur Bearbeitung, zu Prozessabläufen und zu Unterstützungsangeboten durch den GUV OL.

Referenten:	Henning Wolff und Horst Feenders, Fachbereich Rehabilitation und Entschädigung, GUV OL
Termin:	Donnerstag, 18.03.2021, 14:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Online

Seminar:

Versicherungsschutz auf Schulausflügen und Klassenfahrten – Kompaktinfo für Lehrkräfte

Zielgruppe: Lehrkräfte aller Schulen aus dem Zuständigkeitsgebiet des GUV OL

- Inhalt:**
- Versicherungsschutz, Umfang der Leistungen
 - Besteht Versicherungsschutz auch, wenn Gesundheitsschäden durch SARS-CoV 2/Covid 19-auf Schulausflügen und Klassenfahrten auftreten?
 - Was ist bei Auslandsfahrten besonders zu beachten?
 - Wann besteht kein Versicherungsschutz?
 - Haftungsfragen
 - Angebot der Prävention (z. B. „Toter Winkel“)

Beschreibung: Info und Beratung in allen Fragen des gesetzlichen Unfallversicherungsschutzes und des Leistungsumfanges bei Schulausflügen und Klassenfahrten im In- und Ausland.

Referenten:	Henning Wolff und Horst Feenders, Fachbereich Rehabilitation und Entschädigung, GUV OL
Termin:	Dienstag, 21.09.2021, 16:00 – 18:00 Uhr
Ort:	Oldenburg, GUV OL, Gartenstraße 9, Seminarraum
Hinweis:	Bitte Parkmöglichkeiten in den benachbarten Seitenstraßen/Parkhäusern nutzen.

Seminar:

Gesetzliche Schülerunfallversicherung – Kompaktinfo für Elternvertretungen

Zielgruppe: Elternvertretungen

- Inhalt:**
- Versicherungsschutz für Schüler – was ist durch die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert, was nicht?
 - Besteht Versicherungsschutz auch im Homeschooling und wenn Gesundheitsschäden durch SARS-CoV 2/Covid 19 in der Schule auftreten?
 - In welchen Fällen sind auch Eltern gesetzlich unfallversichert?
 - Welche Leistungen bietet der GUV OL nach Eintritt eines Schulunfalls?
 - Gibt es Angebote, um Unfälle vermeiden zu helfen?
 - An wen kann ich mich wenden? Wo erhalte ich Informationen?

Beschreibung: Das Seminar bietet kompakt und praxisnah Informationen zum gesetzlichen Unfallversicherungsschutz, zu Präventivangeboten und zum Leistungsumfang nach Schul- und Wegeunfällen.

Referenten:	Henning Wolff und Horst Feenders, Fachbereich Rehabilitation und Entschädigung, GUV OL
Termin:	Donnerstag, 07.10.2021, 18:00 – 20:00 Uhr
Ort:	Oldenburg, GUV OL, Gartenstraße 9, Seminarraum
Hinweis:	Bitte Parkmöglichkeiten in den benachbarten Seitenstraßen/Parkhäusern nutzen.

Gemeinsam gegen Corona



AHA +L



Abstand

+



Hygienemaßnahmen

+



Alltagsmaske

+



Lüften

www.guv-oldenburg.de

Grundlagenseminar:

Grundlagenseminar für Sicherheitsbeauftragte**Zielgruppe:** Sicherheitsbeauftragte

- Inhalt:**
- Einführung in die gesetzlichen Grundlagen
 - Betriebliche Arbeitsschutzorganisation
 - Aufgaben und Verantwortung von Sicherheitsbeauftragten
 - Von der Gefährdungsbeurteilung bis zur Unterweisung

Beschreibung: Vermittlung von Rechtsgrundlagen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes, Information über die Aufgaben im Rahmen der innerbetrieblichen Arbeitsschutzorganisation und Einführung in die Thematik der Gefährdungsbeurteilung.

Referentin:	Katrin Sander, Fachkraft für Arbeitssicherheit
Termin:	Donnerstag, 25.03.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	online oder ggf. Zetel, Schloss Neuenburg, Schloßgang 1
Termin:	Donnerstag, 20.05.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Rastede, Akademiehotel, Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118
Termin:	Donnerstag, 23.09.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Straße 5
Termin:	Donnerstag, 04.11.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	online

Seminar:

Aufbauseminar für Sicherheitsbeauftragte**Zielgruppe:** Sicherheitsbeauftragte, die bereits an einem Grundlagenseminar teilgenommen haben.

- Inhalt:**
- Verantwortung und Haftung im Arbeits- und Gesundheitsschutz
 - Anforderungen an Arbeitsstätten – Lärm
 - Persönliche Schutzausrüstung (PSA)
 - Organisation der Ersten Hilfe im Betrieb
 - Einsatz von Leitern

Beschreibung: Praxisnahe Vertiefung der im Grundlagenseminar behandelten Inhalte und Vermittlung der darauf aufbauenden Themenstellungen des betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutzes.

Referent:	Stefan Bacmeister, Fachkraft für Arbeitssicherheit
Termin:	Donnerstag, 04.03.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	online
Termin:	Donnerstag, 22.04.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Str. 5
Termin:	Donnerstag, 01.07.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Zetel, Schloss Neuenburg, Schlossgang 1
Termin:	Donnerstag, 30.09.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Rastede, Akademiehotel, Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118

Seminar:

Fortbildung für Sicherheitsbeauftragte – Fokus: Baubetriebshof

Zielgruppe: Sicherheitsbeauftragte der Baubetriebshöfe

- Inhalt:**
- **Grünpflege und Baumarbeiten**
 - Rechtliche Grundlagen / Voraussetzungen
 - Einsatz motorbetriebener Geräte
 - Arbeiten: allein und mit Hubarbeitsbühnen
 - Persönliche Schutzausrüstung (PSA)
 - **Einsatz von Leitern**
 - Leitertypen und bestimmungsgemäße Verwendung
 - Werkzeug- und Maschineneinsatz auf Leitern
 - Prüfung
 - **Gesundheitsschutz**
 - Lärm / Vibration / Abgase / Biologische Gefährdungen
 - **Baustellenabsicherung**
 - Gesetzliche Vorgaben
 - Arbeitsstellen von kürzerer Dauer
 - Verkehrszeichen: Anforderungen und Aufstellung
 - Baustellenfahrzeuge

Referenten: Detlef Wowczyk,
Daniel Jentsch, Fachbereich Prävention, GUV OL

Termin: Donnerstag, 08.07.2021, 9:00 – 16:00 Uhr

Ort: Schloss Neuenburg, Schloßgang 1, Zetel

Kompaktseminar:

Kompaktseminar für Sicherheitsbeauftragte – Fokus: Pflegebereich

Zielgruppe: Sicherheitsbeauftragte aus dem Pflegebereich
(einschließlich Krankenhäuser)
*Die Teilnahme am Aufbauseminar setzt den Besuch des
Grundlagenseminars voraus.*

- Inhalt**
- Einführung in die gesetzlichen Grundlagen
- Grundlagenseminar:**
- Betriebliche Arbeitsschutzorganisation
 - Aufgaben und Verantwortung des Sicherheitsbeauftragten
 - Von der Gefährdungsbeurteilung bis zur Unterweisung
- Inhalt**
- Verantwortung und Haftung im Arbeits- und
Gesundheitsschutz
- Aufbauseminar:**
- Gesetzliche Neuerungen mit Klinikrelevanz
 - Anforderungen an die Arbeitsstätte Krankenhaus
 - Persönliche Schutzausrüstung (PSA)
 - Aktuelle Themen der Arbeitssicherheit im Krankenhaus bzw.
Pflegebereich (z. B. Arbeit unter Pandemiebedingungen,
Patientenübergriffe, Deeskalationsmanagement)

Referentin: Katrin Sander, Fachkraft für Arbeitssicherheit

Termin: auf Nachfrage

Seminar:

Befähigte Personen zur Prüfung von Leitern, Tritten und Fahrgerüsten

Zielgruppe: Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Sicherheitsbeauftragte, Hausmeisterinnen und Hausmeister, Wartungs- und Instandhaltungspersonal

- Inhalt:**
- Bedeutung und Stellung der befähigten Person
 - Normen und Vorschriften
 - Leiterarten
 - Fahrgerüste/Fahrbare Arbeitsbühnen
 - Sicherheitsgerechter Umgang
 - Bestimmungsgemäße Verwendung
 - Prüfintervalle
 - Fachgerechte Reparaturen

Beschreibung: Die Teilnehmenden erlernen gem. Betriebssicherheitsverordnung Leitern, Tritte und fahrbare Gerüste wiederkehrend zu prüfen und rechtssicher zu dokumentieren (Befähigte Personen).

Referent: Detlef Wowczyk

Termin: Mittwoch, 28.04.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Rastede, Akademiehotel, Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118

Fortbildung:

Fortbildung für Hausmeisterinnen und Hausmeister

Zielgruppe: Hausmeisterinnen und Hausmeister an Schulen, Kitas und in Verwaltungen

- Inhalt:**
- Beschaffung von Arbeitsmitteln und Arbeitsstoffen
 - Führungsverantwortung als Hausmeister gegenüber Mitarbeitern und Fremdfirmen
 - Prüfung von ortsbeweglichen elektrischen Arbeitsmitteln
 - Prüfung von Schultafeln
 - Was gibt es beim Einsatz und Umgang mit Leitern zu beachten?
 - Einsatz von Grünpflegemaschinen einschließlich Arbeiten mit Motorsägen

Beschreibung: Aus dem Blickwinkel von Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz berücksichtigt dieses Seminar mit konkretem Praxis- und Anwendungsbezug speziell die Anforderungen, die die Hausmeistertätigkeit in Schulen, Kindertagesstätten und Verwaltungen mit sich bringt.

Referenten: Michael Hobbie, Daniel Jentsch, Fachbereich Prävention, GUV OL

Termin: auf Nachfrage

Seminar:

Betrieblicher Brandschutz

Zielgruppe: Sie haben noch keine Vorkenntnisse, sind in Ihrer Organisation mit Aufgaben rund um den Brandschutz befasst und möchten sich in die Grundlagen des betrieblichen Brandschutzes einarbeiten.

- Inhalt:**
- Basiswissen zu Brandentstehung, -vermeidung und Bekämpfung von Bränden
 - Erste Hilfe und Evakuierung
 - Gesetzliche Vorgaben
 - Aufbau einer Brandschutzordnung
 - Beteiligte und Verantwortungsträger
 - Grundlagen des baulichen und technischen Brandschutzes
 - Organisation des betrieblichen Brandschutzes
 - Feuerlöscher: Theorie und Praxiseinsatz



Bei Sonne, Wind und Regen im Einsatz –
witterungsgerechte Bekleidung bitte mitbringen

Referent: Klaus Schaffstädter, Dipl.-Ing.
Sicherheitstechnik, Sachverständiger Feuerwehrwesen und
Katastrophenschutz

Termin: Dienstag, 29.06.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, OLantis, Am Schloßgarten 15, Clubraum

Seminar:

Transport- und Ladungssicherung

Zielgruppe: Bauhofleitung, Sicherheitsbeauftragte, Sicherheitsfachkräfte

- Inhalt:**
- Rechtliche Grundlagen
 - Physikalische Grundlagen
 - Stabilität der Fahrzeugaufbauten/Lastverteilungspläne
 - Zurrpunkte und Zurrmittel
 - Möglichkeiten der Ladungssicherung
 - Berechnungsbeispiele zur Ladungssicherung
 - Transport gefährlicher Stoffe
 - Beispiele und Übungen

Referent: Olaf Schmack,
Praxisanleiter der Feuerwehr und Ausbildungsfahrlehrer

Termin: Mittwoch, 29.09.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Rastede, Akademiehotel, Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118

Seminar:

Von der Gefährdungsbeurteilung bis zur Unterweisung ...

Zielgruppe: Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit

- Inhalt:**
- Erstellen der Gefährdungsbeurteilung
 - Rechtliche Grundlagen
 - Beteiligung; Pflichtenübertragung; Outsourcing
 - Vorgehensweise
 - Das (S)-T-O-P Prinzip
 - Best Practice: erfolgreiche Umsetzung im Betrieb
 - Erstellen von Betriebsanweisungen
 - Rechtliche Grundlagen
 - Aufbau und Umfang
 - Erarbeitung einer Betriebsanweisung
 - Durchführen von Unterweisungen
 - Rechtliche Grundlagen
 - Beteiligte
 - Organisation
 - Verantwortung der Führungskraft
 - Nachhaltigkeit

Referenten: Michael Hobbie, Daniel Jentsch, Fachbereich Prävention, GUV OL

Termin: Donnerstag, 03.06.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Str. 5

Wer wir sind und was wir tun ...

Prävention. Rehabilitation. Entschädigung. Mit allen geeigneten Mitteln.

Das ist unser gesetzlicher Auftrag (SGB VII) und die Motivation unseres Handelns.

- Seit über 80 Jahren.
- Als Träger der gesetzlichen Unfallversicherung.
- Im „alten Oldenburger Land“.
- Für über 245.000 Versicherte.
- Als Partner und Dienstleister für Städte, Kommunen, Landkreise und sonstige öffentliche Einrichtungen.
- Attraktiver Arbeitgeber.

www.guv-oldenburg.de

Seminar:

Kommunikation – gewusst wie!

Zielgruppe: Führungskräfte

- Inhalt:**
- Mitarbeiterführung: Motivation, Persönlichkeitspsychologie, Teamzusammenstellung
 - Führen auf Distanz
 - „Kurs“ halten in der Informationsflut: Selbst- und Büroorganisation, Zeitmanagement, Umgang mit E-Mails
 - Kommunikation und Rhetorik: Feedbackgespräche führen, Körpersprache verstehen, Respekt als Kommunikationsbasis
 - Die Macht der vier Worte und das „Vier-Ohren-Modell“
 - Persönliche Werte
 - Praktische Übungen

Referent: Stephan Tuinman,
Geschäftsführer Smile – Beratung für gesunde Unternehmen

Termin: Mittwoch, 14.07.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Rastede, Akademiehotel Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118

Online-Seminar:

Sehstress vermeiden, fit am Bildschirm bleiben!

Zielgruppe: Beschäftigte mit reger Bildschirmnutzung

- Inhalt:** **Praxisimpulse für gesunde und entspannte Augen**
- Augengesundheit: entspannt sehen am Bildschirm
 - Theoretischer Kurzimpuls
 - praktische Übungen zum Mitmachen und in den Alltag integrieren
 - Möglichkeit zum Austausch

Augentraining - kurz und kompakt in Ihren Alltag integrierbar!



Referentin: Gisela Wenzel, Diplom-Orthoptistin,

Termin: Dienstag, 09.03.2021, 10:00 – 11:00 Uhr

Ort: online und weitere Termine auf Nachfrage

Seminar:

In Balance: gesund und ausgeglichen am Arbeitsplatz

Zielgruppe A: Beschäftigte mit sitzender Tätigkeit an Bildschirmarbeitsplätzen

Inhalt: Stress und Stressbewältigung

- Augengesundheit: entspannt sehen am Arbeitsplatz
- u. a. Stressabbau durch Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson

Zielgruppe B: Beschäftigte, deren beruflicher Kontext das Heben und Tragen von Lasten beinhaltet, z. B. Hausmeisterinnen und Hausmeister, Reinigungskräfte, auch Erzieherinnen und Erzieher

- Inhalt:**
- Stress und Stressbewältigung
u. a. Stressabbau durch Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson
 - Rückenfit



Bitte bewegungsfreundliche Kleidung tragen, ein Handtuch sowie eine leichte Decke mitbringen.

Referentinnen:	Gisela Wenzel, Diplom-Orthoptistin, Ruth Schmidt-Henicz, Physiotherapeutin
Termin A:	Dienstag, 01.06.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Oldenburg, DJH Jugendherberge, Straßburger Straße 6
Termin B:	Mittwoch, 06.10.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Ort:	Rastede, Akademiehotel, Seminar- und Tagungszentrum, Oldenburger Str. 118

Seminar:

Hau(p)tsache gesund – Fokus: Reinigungskräfte

Zielgruppe: Reinigungskräfte

- Inhalt:**
- Haut – Anatomie und Funktion
 - Berufsbedingte Hauterkrankungen
 - Arbeiten unter Pandemiebedingungen
 - Hautschutz und Persönliche Schutzausrüstung (PSA)
 - Fit im Job!

Beschreibung: Im Rahmen der Primärprävention geht es um den Haut- und Gesundheitsschutz unter Berücksichtigung der berufsspezifischen Besonderheiten.

Bitte bewegungsfreundliche Kleidung tragen!



Referentin:	Katrin Sander, Fachkraft für Arbeitssicherheit
Termin:	auf Nachfrage

Seminar:

Hygiene beim Wickeln

Zielgruppe: Erzieherinnen und Erzieher

- Inhalt:**
- Ergonomie
 - Arbeiten unter Pandemiebedingungen
 - Hygiene beim Wickeln
 - Biostoffverordnung
 - Hautschutz

Beschreibung: Arbeitsschutz und Hygiene Hand in Hand:
Keine Chance den Keimen und Viruspartikeln und trotzdem emotionale Nähe – Geht das?
Wir meinen ja! Freuen Sie sich auf ein interaktives Seminar.

Referentin: Katrin Sander, Fachkraft für Arbeitssicherheit

Termin: auf Nachfrage

Seminar:

Resilienz – oder: mit Überraschungsrobustheit durch den Arbeitsalltag

Zielgruppe: alle Beschäftigten unserer Mitgliedsunternehmen

- Inhalt:**
- Bedeutung von Resilienz – und warum sie vielleicht besser „Überschungsrobustheit“ heißen sollte ...
 - Achtsamkeit – sein bedingungsloses „JA“ entdecken
 - Selbstorganisation – vom Organisationschaos zum Platz für Überraschungen
 - Umgang mit Stress – und warum jeder das Recht auf eigenen Stress hat ...
 - Umgang mit Krisen und Konflikten
 - Der Mental- und Erfolgskreislauf

Beschreibung: Krisen, Konflikten und Stress mit Humor und Leichtigkeit begegnen? Was hilft, wenn scheinbar nichts mehr hilft, erfahren Sie in diesem Seminar. Lassen Sie sich überraschen ...

Referent: Stephan Tuinman,
Geschäftsführer Smile – Beratung für gesunde Unternehmen

Termin: Mittwoch, 24.03.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Mittwoch, 22.09.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, SMILE-Beratung GmbH & Co. KG

Online-Seminar:

Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung

Zielgruppe: Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Betriebs- und Personalräte

- Inhalt:**
- Psychische Belastungen bei der Arbeit und durch die Pandemie
 - Gesundheitliche Auswirkungen
 - Instrumente zur Erhebung
 - Maßnahmen zur Reduzierung
 - Beteiligte Akteure bei der Gefährdungsbeurteilung
 - Erfolgsfaktoren
 - Erste Schritte zur Gefährdungsbeurteilung

Beschreibung: Die psychische Belastung von Beschäftigten ist bei der Gefährdungsbeurteilung zu berücksichtigen. Neben anderen Faktoren sind dabei aktuell auch die Auswirkungen der Corona-Pandemie zu berücksichtigen.

Referent: Matthias Holm,
Institut für Gesundheitsförderung und Personalentwicklung

Termin: Donnerstag, 18.02.2021, 9:00 – 15:00 Uhr

Ort: online

Seminar:

Gesund führen!

Zielgruppe: Führungskräfte

- Inhalt:**
- Aufgabe und Motivation – warum bin ich Führungskraft?
 - Vorbildfunktion – was erwarte ich, was mein Umfeld von mir?
 - Umgang mit Ressourcen – auch mit den eigenen
 - Allein kann ich viel erreichen, zusammen noch viel mehr ...
 - Gesund in Führung – aber wie?

Beschreibung: Führungskompetenz lässt sich erlernen und beginnt beim „Ich“. Von hier erweitert sich die Perspektive auf Beschäftigte, Kunden, das Umfeld. Merkfähige Werkzeuge, Denkweisen und Strategien laden zum Anwenden in der beruflichen Praxis ein.

Referent: Stephan Tuinman,
Geschäftsführer Smile – Beratung für gesunde Unternehmen

Termin: Mittwoch, 19.05.2021, 09:00 – 16:00 Uhr
Mittwoch, 24.11.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, SMILE-Beratung GmbH & Co. KG

Seminar:

Führungsverantwortung im Arbeits- und Gesundheitsschutz

Zielgruppe: Führungskräfte

- Inhalt:**
- Verantwortung und mögliche Rechtsfolgen im Arbeitsschutz
 - Gesetzliche Hintergründe
 - Originäre Aufgaben der Führungskraft
 - Pflichtenübertragung und daraus resultierende Zusatzaufgaben
 - Motivieren zum sicherheitsgerechten Verhalten

Beschreibung: Ist Ihnen als Führungskraft bewusst, welche Verantwortung Sie im Arbeits- und Gesundheitsschutz tragen und welche rechtlichen Konsequenzen sich bei Fehlverhalten hieraus ergeben können? Das Seminar informiert und sensibilisiert hierüber. Gemeinsam werden praxisrelevante Maßnahmen erarbeitet, die mehr Risikobewusstsein bei den Beschäftigten schaffen und zu sicherheitsgerechtem Verhalten am Arbeitsplatz motivieren.

Referenten: Michael Hobbie, Daniel Jentsch, Fachbereich Prävention, GUV OL

Termin: Donnerstag, 06.05.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Str. 5

Seminar:

Deeskalation und Konfliktmanagement – Handlungskompetenz für die Praxis

Zielgruppe: alle Beschäftigten mit „Kundenkontakt“ z. B. in Bürgerbüros, Sozialämtern, Kindertagesstätten, Schulen und sonstigen Betrieben

- Inhalt:**
- Eskalationsprävention
 - Umgang mit Aggression
 - Selbstbehauptungsstrategien
 - Konflikt- und Krisenmanagement
 - Praktische Übungen

Beschreibung: Aggressivität bis hin zu Gewaltbereitschaft gehören im menschlichen Miteinander auch im beruflichen Kontext immer häufiger zum Alltag. Das Seminar sensibilisiert Sie für eigenes und fremdes Stressverhalten und gibt Ihnen die Möglichkeit, theoretisches Wissen direkt in die Praxis umzusetzen – mit konkretem Anwendungsbezug zu Ihrem Tätigkeitsbereich.

Referent: Lars Geisler, Büro49

Termin: Mittwoch, 07.07.2021, 9:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Straße 5

Seminar:

Arbeit 4.0: Arbeits- und Gesundheitsschutz in der digitalisierten Arbeitswelt

Zielgruppe: Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit

- Inhalt:**
- Digitalisierung und ihre Auswirkungen im Arbeitskontext
 - Telearbeit und Mobile Arbeit
 - Chancen und Risiken für gesunderhaltende bzw. gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen
 - Hinweise zur Gefährdungsbeurteilung in der digitalen Arbeitswelt
 - Mitarbeiterführung und Arbeitsschutz in der neuen Arbeitswelt

Beschreibung: Flexible Arbeitszeiten, neue Arbeitsplatz-Konzepte bzw. Arbeitsmittel, Führen auf Distanz – wie kann es gelingen den Weg in eine gesunde, digitale Arbeitswelt gut miteinander zu gestalten? Fachlicher Input und die Möglichkeit zum Austausch erwarten Sie in diesem Seminar.

Referent: Jan-Philipp Roth,
JPR Communication

Termin: Donnerstag, 24.06.2021, 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Oldenburg, dzo, August-Wilhelm-Kühnholz-Straße 5



BestPractice –
für mehr Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

★ **GUT** ★ **BESSER** ★ **AUSGEZEICHNET** ★
Werden Sie Präventionspreisträger!

Tue Gutes und rede darüber ...
Machen Sie mit – und lassen Sie andere Unternehmen und Organisationen an Ihren guten Ideen für mehr Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit teilhaben!

... und so gehts:

Bitte übermitteln Sie uns die Vorstellung Ihrer Aktionen/Maßnahmen/Projekte schriftlich an praevention@guv-oldenburg.de.
Einsendeschluss ist jeweils der 30.04. bzw. 31.10. des Jahres.

Weitere Infos:
www.guv-oldenburg.de/praeventionspreis

Nutzen Sie gerne das Seminarangebot unserer Verwaltungsgemeinschaft VGplus sowie des Gemeinde-Unfallversicherungsbandes Hannover (GUVH)/Landesunfallkasse Niedersachsen (LUKN):

Braunschweiger Gemeinde-Unfallversicherungsverband

Berliner Platz 1 c
38102 Braunschweig
Telefon: 0531 273740
E-Mail: info@bs-guv.de
Homepage: www.bs-guv.de

Unfallkasse Freie Hansestadt Bremen

Konsul-Smidt-Straße 76 a
28217 Bremen
Telefon: 0421 350120
E-Mail: office@ukbremen.de
Homepage: www.ukbremen.de

Feuerwehr-Unfallkasse Niedersachsen

Bertastraße 5
30159 Hannover
Telefon: 0511 9895 556
E-Mail: info@fuk.de
Homepage: www.fuk.de

Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover Landesunfallkasse Niedersachsen

Am Mittelfelde 169
30519 Hannover
Telefon: 0511 87 070
E-Mail: info@guvh.de und info@lukn.de
Homepage: www.lukn.de

Herausgeber: Gemeinde-Unfallversicherungsverband Oldenburg (GUV OL)
Gartenstraße 9
26122 Oldenburg
Telefon: 0441 77909-0
E-Mail: info@guv-oldenburg.de
Homepage: www.guv-oldenburg.de

Januar

Woche	1	2	3	4	5
Mo		4	11	18	25
Di		5	12	19	26
Mi		6	13	20	27
Do		7	14	21	28
Fr	1	8	15	22	29
Sa	2	9	16	23	30
So	3	10	17	24	31

Februar

6	7	8	9
1	8	15	22
2	9	16	23
3	10	17	24
4	11	18	25
5	12	19	26
6	13	20	27
7	14	21	28

März

10	11	12	13	14
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	14	21	28	

April

Woche	14	15	16	17	18
Mo		5	12	19	26
Di		6	13	20	27
Mi		7	14	21	28
Do	1	8	15	22	29
Fr	2	9	16	23	30
Sa	3	10	17	24	
So	4	11	18	25	

Mai

18	19	20	21	22	23
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	

Juni

23	24	25	26	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	

Juli

Woche	27	28	29	30	31
Mo		5	12	19	26
Di		6	13	20	27
Mi		7	14	21	28
Do	1	8	15	22	29
Fr	2	9	16	23	30
Sa	3	10	17	24	31
So	4	11	18	25	

August

31	32	33	34	35	36
	2	9	16	23	30
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	

September

36	37	38	39	40
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	

Oktober

Woche	40	41	42	43	44
Mo		4	11	18	25
Di		5	12	19	26
Mi		6	13	20	27
Do		7	14	21	28
Fr	1	8	15	22	29
Sa	2	9	16	23	30
So	3	10	17	24	31

November

45	46	47	48	49
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	14	21	28	

Dezember

49	50	51	52	53
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	

GUV Oldenburg

Gartenstraße 9
26122 Oldenburg

0441 779090
info@guv-oldenburg.de

www.guv-oldenburg.de

Mitglied der VGplus



| VGplus | F|U|K

Braunschweigischer GUV
GUV Oldenburg
UK Bremen
FUK Niedersachsen