



IFBG-Portfolio

Maßnahmen



Wer wir sind

Das Team hinter dem IFBG

Vor rund 14 Jahren fing alles an. Damals – im Jahr 2007 – startete unser Teammitglied, Dr. Utz Niklas Walter, sein erstes BGM-Projekt bei einer staatlichen Behörde in Baden-Württemberg. Da die Nachfrage nach wissenschaftlich-fundierter Beratung in den Folgejahren anstieg, gründete er gemeinsam mit einem Arbeitskollegen im Jahr 2013 das Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG) mit Sitz in Konstanz.

Inzwischen ist unser Team auf über 20 Personen angewachsen. Und wir freuen uns jeden Tag aufs Neue, Unternehmen und Einrichtungen des Öffentlichen Dienstes mithilfe unserer Analysen und Maßnahmen zu unterstützen.



„Wir führen im Gesundheitsmanagement – partnerschaftlich und mit hochwertigen Leistungen.“

Mit dieser Vision verfolgen wir das Ziel, eine eigene Gesundheitskultur zu schaffen, deren Grundpfeiler Ehrlichkeit, Wertschätzung, Zuverlässigkeit, Zusammenhalt, Selbstbestimmtheit und Flexibilität sind.



Handelsblatt

ÄrzteZeitung

Süddeutsche Zeitung

DIE ZEIT

Wirtschafts Woche

Unsere Arbeitsschwerpunkte



Standort Nord (Oldenburg)

Team: 5 Gesundheitsexpertinnen und -experten

Arbeitsbereiche: Analysen und Maßnahmen

Qualifikationen: Sport-, Ernährungs- bzw. Gesundheitswissenschaften, Psychologie etc.



Analysen



Maßnahmen



Standort Süd (Konstanz)

Team: 18 Gesundheitsexpertinnen und -experten

Arbeitsbereiche: Analysen und Maßnahmen

Qualifikationen: Sport-, Gesundheits-, Ernährungs- und Sozialwissenschaften, Psychologie, Gesundheitspädagogik, Betriebswirtschaftslehre, IT etc.

Tipp-Clip

Praxisnahe, gesundheitsbezogene Tipps und Tricks im Video-Format

Innerhalb einer **2- bis 5-minütigen Videosequenz** stellen unsere Expertinnen und Experten ein Gesundheitsthema vor und geben Ihren Beschäftigten und Führungskräften konkrete Praxistipps für den beruflichen und privaten Alltag. Die Tipp-Clips können Sie auch für das Guerilla-Marketing verwenden, um auf geplante Veranstaltungen hinzuweisen und Neugierde zu wecken.

+ Vorteile im Überblick

- Tipp-Clip zu Ihrem Wunschthema inkl. **unbegrenzter firmeninterner Nutzungsrechte.**
- Bei individuell angefertigten Tipp-Clips erfolgt eine **Integration Ihres Unternehmenslogos.**
- Die Inhalte der Tipp-Clips basieren auf aktuellen **wissenschaftlichen Erkenntnissen.**
- Ausschließlicher Einsatz von **Gesundheits-expertinnen und -experten** des IFBG.

+ Ablauf

- **1) Auswahl von Tipp-Clips aus unserem bestehenden Themen-Pool** zu diversen gesundheitsrelevanten Themen.
- Corporate Branding auf Anfrage möglich.
- Bereitstellung des Tipp-Clips als MP4-Datei.
- **2) Individuelle Erstellung zu Ihrem Wunschthema inkl. Corporate Branding.**
- Bereitstellung des Tipp-Clips als MP4-Datei.

+ Leistungsumfang

- 2- bis 5-minütige Videosequenz.
- Darstellung **konkreter Praxistipps** durch Gesundheitsexpertinnen und -experten.
- **Kombinierbar mit weiteren Online-Formaten** aus dem IFBG-Portfolio.
- Individuelles Wunschthema auf Anfrage.



Aus dem Pool

290 €

(zzgl. USt.)

inkl. Branding 790 €
(zzgl. USt.)

Individuelle
Erstellung
1.850 €
(zzgl. USt.)


Tipp-Clips | Mentale Gesundheit

Blick in die aktuelle Tipp-Clip-Bibliothek



STRESSENTSTEHUNG
MAIKE SAUERMANN
IFBG

Stressentstehung
🎓 Maike Sauer mann
🕒 2:11 min




ATEMÜBUNGEN
DR. SAI-LILA REES
IFBG

Atemübungen
🎓 Dr. Sai-Lila Rees
🕒 2:15 min



STRESS-MYTHEN
DR. FABIAN KRAPP
IFBG

Stress Mythen
🎓 Dr. Fabian Krapf
🕒 2:33 min



TIPPS FÜR MEHR SELBSTORGANISATION IM HOME-OFFICE
DR. FABIAN KRAPP
IFBG

Selbstorganisation im Home Office
🎓 Dr. Fabian Krapf
🕒 2:42 min



RESILIENZ UND RESSOURCENSTÄRKUNG
DR. SAI-LILA REES
IFBG

Resilienz und Ressourcenstärkung
🎓 Dr. Sai-Lila Rees
🕒 3:57 min



PAUSEGESTALTUNG
ROBIN KAUFMANN
IFBG

Pausengestaltung
🎓 Robin Kaufmann
🕒 4:51 min