

Kostenfreie Angebote der BGM-Dienstleister im Netzwerk BGM Rhein-Neckar in der Corona-Krise

Stand: 22. Juni 2020

Änderungen zur letzten Version blau markiert

Organisation	Ort	Art des Angebots	Kurzbeschreibung	Verfügbarer Zeitraum	Weitere Rahmenbedingungen	Ansprechpartner/in	Telefonnummer	E-Mail-Adresse	Internetseite
Infakom - Uwe Janikovits	Sinsheim	Beratung/ Coaching, Webinare und Moderation	Einzel- und Team-Coaching (per Telefon oder Videokonferenz) für mehr Sicherheit und Stabilität von Mensch und Unternehmen in Krisensituationen. Live-Webinare zu den Themen Kommunikation, Führung auf Distanz und Moderation von Videokonferenzen. Moderation von Video-Konferenzen	zunächst bis 30.05.2020	Die Video-Konferenzen werden über Microsoft-Teams oder Jitsi durchgeführt.	Uwe Janikovits	0175 27 100 99	coaching@infakom.com	https://www.infakom.de
Jürgen Seckler	Worms	Beratung/ Coaching	Beratung bzw Coaching in den Bereichen körperliche, soziale und psychische Gesundheit. Beratung findet per ZOOM-Meeting statt. Ist ein Einzelcoaching.	bis zum 30. Juni 2020		Jürgen Seckler	06241954428	js@iuerenseckler.com	zumalückegesund.de
MAP - Praxis für Psychotherapie, Coaching und Mediation	Hemsbach	Beratung/ Coaching	MitarbeiterInnen können bei mir eine Beratung und Begleitung auf dem Weg zur Rauchfreiheit bekommen. Ich biete seit mehr als 15 Jahren Raucherentwöhnung für Einzelne und Gruppen nach verschiedenen standardisierten Programmen an. Der Rauchstopp ist nachweislich eine der schnellsten und wirksamsten Schritte, um die schädliche Lungenbelastung zu beseitigen und die Immunabwehr deutlich zu stärken. Während der Corona-Krise führe ich Beratung auch per Video durch.	zeitlich erst einmal nicht begrenzt	Anmeldung bitte möglichst per mail, weitere Absprachen dann telefonisch.	Peter Gallenstein (Dipl.-Psych. / Nikotinterapeut)	06201 45303	pg@map-entwicklung.de	www.map-entwicklung.de
Mitarbeiterunterstützungsprogramm MUP Rhein-Neckar e.V.	Mannheim	Beratung/ Coaching	MUP Rhein-Neckar ist eine telefonisch oder online erreichbare Beratungsstelle für Mitarbeiter und Führungskräfte aller Unternehmen und Verwaltungen in der Region. Im Gespräch mit einem Berater bekommt jeder die notwendige Unterstützung bei der Bewältigung persönlicher oder beruflicher Herausforderungen. Diese Hilfe zur Selbsthilfe ist jetzt ganz besonders wichtig in Zeiten der Corona-Krise.	ab sofort bis einschließlich 31.07.2020		Petra Kruppenbacher	0621 10708-253	petra.kruppenbacher@mein-mup.de	mein-mup.de
Petra Rühle Coaching&Training	Sandhausen	Beratung/ Coaching	Beratung von Organisationen/Führungskräften/Mitarbeitern/Teams zu den Themen: Gesunde Führung in Zeiten von Corona - worauf können und sollten Führungskräfte in dieser Zeit besonders achten Gelassen durch die Krise - erfolgreiches Stressmanagement im Ausnahmezustand	Mind. bis Ende Mai ggf. länger	Beratung Online oder am Telefon möglich	Petra Rühle	01792208165	info@ruehle-coaching-training.de	www.ruehle-coaching-training.de
petra schreiner coaching * training * beratung	Beindersheim	Beratung/ Coaching	Als Mitglied des DBVC - Deutscher Bundesverband Coaching e.V. habe ich mich der Aktion "Pro bono-Coaching" für krisenbetroffene Führungskräfte, Geschäftsführer, Freiberufliche, Solo-Selbstständige und Privatpersonen angeschlossen. BBVC und IOBC Coaches unterstützen krisenbetroffene Personen mit kostenfreiem Coaching auf Distanz und arbeiten nach den höchsten Coaching-Qualitätsstandards.	b.a.w.	nach Absprache mit dem jeweiligen Coach	Petra Schreiner	0176 43035953	schreiner.petra@gmx.de	www.dbvc.de https://coaches.xing.com/profile/Petra_Schreiner9
Reflect GmbH & Co. KG	Rohrbach bei Landau in der Pfalz	Beratung/ Coaching	Wir leben in Krisen-Zeiten und stehen an der Schwelle zwischen Überleben und Aufgeben. Andererseits erleben wir eine Solidarität, die großartig ist. Auch wir möchten Sie einfach und problemlos unterstützen, indem wir Ihnen Beratung und Begleitung in dieser Krise offerieren. Vertraulich, kostenfrei und ohne weiterführende Verpflichtungen bieten wir Ihnen per Video (Teams, Zoom) oder Telefon 30 Minuten für ein persönliches Coaching zu allen Themen, die Sie aktuell bewegen.			Ingo Kallenbach	06349 9630228	krisencoaching@reflect-beratung.de	www.reflect-beratung.de
whp-Institut Heidelberg	Heidelberg	Beratung/ Coaching	Mäßiggeschneiderte, transdisziplinäre Leistungen in Form von Beratung, Coaching oder als temporärer Lotse für Privatpersonen und Organisationen im Rahmen der "Corona-Krise". Auch im Rahmen vom BGF /BGM. Zielfunktion: "Ich kann die Krise meistern, weil ich nicht davon abhängig bin!"	bis 30. Juni 2020	pro Privatperson: maximal 3 Stunden; pro Unternehmen: maximal 5 Stunden	Herr Welz	06221890983	welz@welz-whp-institut.de	https://www.welz-whp-institut.de/Wirtschaft%20&%20Beruf.html https://youtu.be/jj_cn-LGILU
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit	Mannheim	Beratung/ Coaching				Elke Lehnert		elke.lehnert@zi-mannheim.de	https://www.zi-mannheim.de/institut/news-detail/corona-krise-telefonische-beratung-fuer-senioren.html
Back2Action GmbH	Mannheim	Digitale BGM-Tools	Kurze und gezielte Aktivpausen während der Arbeitszeit einlegen direkt da wo gearbeitet wird. diesem wichtigen Thema verschrieben wir uns seit 13 Jahren. Mit der Software Back2Action gelingt Mobilisation, Dehnung, Entspannung und Augentraining im Arbeitsalltag! Erreichen Sie Ihre Belegschaft im Homeoffice mit 120 Übungen in Mitmach-Videos. Stellen Sie Ihrer Belegschaft mit sitzender Tätigkeit das webbasierte Gesundheits-Tool 4 Wochen lang kostenlos und unverbindlich zur Verfügung!	4 Wochen lang kostenfreie und unverbindliche Software-Nutzung im April, Mai und Juni		Birgit Bauer	0172-6257244	b-bauer@Back2Action.de	www.Back2Action.de
BKK Pfalz	Ludwigshafen	Digitale BGM-Tools	Online-Coaches zu folgenden Themen: E-Coach Schlafen E-Coach Fitness E-Coach Ernährung E Coach gesundes Herz Stark und positiv.	jederzeit		Jenny Kiefer und Anne Schlesinger	0621-685595877; 0621-68559296	JKiefer@bkkpfalz.de; Aschlesinger@bkkpfalz.de	https://www.bkkpfalz.de/online-programme
ICAS	Frankfurt	Digitale BGM-Tools	ICAS informiert ratsuchende Mitarbeiter, aber auch Unternehmensentscheider über kostenfreie Videos auf der Plattform YouTube u.a. über folgende aktuell relevante Themen: Einsamkeit in der Corona-Isolation Wie geht man mit der Angst vor dem Coronavirus um? Beziehung und Partnerschaft in Zeiten von Corona	jederzeit		Michael Täubner	069 66377 980	michael.taeubner@icas-eap.com	Einsamkeit in der Corona-Isolation: https://youtu.be/nG4tQIRekrC Wie geht man mit Angst vor dem Coronavirus um? https://youtu.be/jj_cn-LGILU Beziehung und Partnerschaft in Zeiten von Covid-19: https://www.youtube.com/watch?v=TCqoAPfZ/s&feature=youtu.be
nimsky - Institut für intrinsische Kompetenz	Sinsheim	Digitale BGM-Tools	Kostenlose Analyse zur Reflexion der Arbeitsweise im Home-Office. Der "Working from Home - Report" ist eine neue Analyse, die von TTI Success Insights entwickelt wurde. Diese Analyse gibt Ihnen und Ihren Kolleginnen und Kollegen die Möglichkeit, die individuelle Arbeitsweise zu verstehen und sich besser darauf einstellen zu können. In der Auswertung finden Sie: Für Sie personalisierte Tipps für die Home-Office Tätigkeit. Wie Sie am besten mit Ihrem Team kommunizieren können, wenn jeder von zu Hause aus arbeitet.	bis auf Weiteres		Beate Nimsky	07266 91539-0	institut@nimsky.de	https://nimsky.de/working-from-home/
pronovaBKK	Ludwigshafen	Digitale BGM-Tools	Online-Angebote: Corona und Homeoffice e-Coaches : Fitness in 10 Wochen, Lauf-Coach, Stress-Coach: 10 Wochen, die alles verändern, Ernährungs-Coach	jederzeit		Monika Martin	0621 - 53391 2197	monika.martin@pronovabkk.de	www.pronovabkk.de

Salutogen	Wiesbaden	Digitale BGM-Tools	Coaching für Mitarbeiter und Führungskräfte. Aufbau von Resilienz (Widerstandskraft) für Führungskräfte und Mitarbeiter. Wie sieht eine Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung aus? Nutzen: mehr Effizienz in der Arbeit zu erreichen und eine hohe Arbeitszufriedenheit zu erlangen. Gerne können Sie Beisp. benennen, Anonymität wird gewahrt. Kontakt über Zoom oder anderes digitales Medium.	Bitte Termine nach telefonischer oder Mail Absprache. April bis August 2020	die ersten 40 Minuten sind kostenlos, bitte sprechen Sie mich gerne an.	Ingrid Erkel	0611 - 4111740	erkel@salutogen.net	https://salutogen.net/
AMD TÜV Arbeitsmedizinische Dienste GmbH	Ludwigshafen & Neustadt a. d. Weinstraße	Sondernewsletter/ Informationsseiten	Psychologische "Impulsletter" für ein besseres Verständnis unserer (psychischen) Reaktionen in Krisenszenen sowie praktischen Handlungstipps. Es gibt auch Spezialausgaben für Führungskräfte (z.B. Umgang mit ängstlichen Mitarbeitern, virtuell Führen).	bis auf Weiteres	Spezialausgaben für Führungskräfte auf Anfrage	Dipl.-Psych. Milena Wolf	0172-2015110	milena.wolf@de.tuv.com	https://salutogen.net/ Mental gesund bleiben - trotz Krise Selbstexperiment - Homeoffice als Alleinlebende Selbstexperiment - Homeoffice mit Partner Selbstexperiment - Homeoffice mit Familie Willkommen zurück - Tipps für Führungskräfte bei der Rückkehr aus der Quarantäne Resilienz: Kraftquellen für den Langstreckenlauf
ErgoConsult – Wohlfühlen am Arbeitsplatz	Rhein-Neckar-Region	Sondernewsletter/ Informationsseiten, Beratung/ Coaching	Info-Schriften "Arbeiten im Home Office" per Mail als Reminder im Abstand von 2 Werktagen. Jede Mail enthält eine Seite Tipps zu einem konkreten Thema. Home Office Check per Fragebogen. Individuelle Ergonomieberatung am Bildschirm-Arbeitsplatz (Akustik, Belichtung, Beleuchtung, Höhen der Arbeitsmittel etc.) Aktivpausen für die Augen und den Rücken: je 4 Übungen und jede Menge Hintergrundwissen.	Ab sofort bis 20. August 2020	Anmeldung per Mail, weitere Absprachen telefonisch. Beratung Online oder telefonisch. Pro Person: max. 30 min, pro Unternehmen: max. 3 Mitarbeiter, weitere Beratungen gerne gegen Rechnung.	Marina Diercksen-Hauer	0175-4932 096	mdh@mdh-ergoconsult.de	www.mdh-ergoconsult.de
MOTIVation Change Consulting	Ketsch	Webinar	In einem 1,5 stündigen Webinar zeige ich auf, was unter Resilienz zu verstehen ist und warum diese nicht nur - aber gerade in einer Krise- so wichtig ist. Basierend auf den wesentlichen Resilienz Faktoren möchte ich jeweils 2-3 Gedankenanstöße und Beispiele an die Hand geben, wie jede(r) sich selbst stärken kann. Auf Wunsch können wir etwas ausführlicher darauf eingehen, was man auch als Team tun kann.	Das Angebot gilt bis auf Widerruf.	Onlinezugang und Termin ist individuell abzustimmen	Sonia Maria Striedl	0170 4608165	info@motivation.com	https://www.motivation-change.com/veraenderungen/
Nadja Schalle gesund ³ GmbH	Germersheim	Webinar	Gesundheits-Impulse à 45min. (Webinar/ Online-Vortrag mit Praxisanteil) als Kennenlern-Angebot zu folgenden Themen: Resilienz kompakt; multimodales Stressmanagement; Beweg dein Gehirn; Progressive Muskelrelaxation; Autogenes Training; Brain-Fitness; Rasant entspannt; in einem flexiblen Körper steckt ein flexibler Geist; Sitzen ist das neue Rauchen; Faszination Faszien.	ab sofort nach Absprache/ Verfügbarkeit		Nadja Schalle-Müller	07274-3605 mobil. 01	info@nadiaschalle.de	www.nadiaschalle.de (Seite im Aufbau)
Tai Chi Dao In Zentrum Heidelberg e.V.	Heidelberg	Webinar	Die gesundheitlichen Effekte von Qigong und Taijiquan sind vielfältig wissenschaftlich belegt, weshalb die „bewegten Meditationen“ von den Krankenkassen gefördert werden. In der Corona-Zeit können bereits einfache Übungen zu Wohlbefinden, verbesserter Stimmung und Resilienz beitragen. Wir bieten Ihnen kostenfreie Teilnahme an Online-Kursen.	Bis 30. Juni 2020	Interessent*innen finden BGF-Termine und Anmeldungshinweise auf der Website unter "Online-Kurse"	Dr. Friederike Beier	06221 - 7367020	beier@kernstuecke.de	taichi-zentrum-heidelberg.de