



**AWO CARENET**  
Das Versorgungsnetzwerk

Foto: fotolia\_85716830

## BESSER ESSEN – Sind Sie bereit für eine Veränderung?

### Unser Angebot als professionelle Ernährungsfachkräfte:

- Wir begleiten Sie bei der Analyse Ihres persönlichen Essverhaltens und beraten Sie zu Ihren individuellen ernährungsbedingten Krankheiten (z. B. Übergewicht, Diabetes, Rheuma, Gicht, Bluthochdruck, Allergien, Osteoporose, Unverträglichkeiten, Krebs) oder in besonderen Lebensphasen (z. B. Schwangerschaft, Stillzeit).
- Wir geben Ihnen praktische Anleitung für Ihren Alltag zu Hause.

### Ihr Weg zu uns:

1. Verordnung vom Arzt einholen
2. Kostenübernahme durch Krankenkassen klären (AOK Plus-Versicherte erhalten Gutscheine, siehe QR-Code)
3. Terminvereinbarung



Wir beraten Sie im Raum Jena und Weimar. Für Fragen nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.

Kastanienstraße 11 | 07747 Jena | Tel.: 03641 - 87 41 204 | E-Mail: [development@awo-carenet.de](mailto:development@awo-carenet.de)



Regionalverband  
Mitte-West-Thüringen e.V.



Foto: fotolia\_207533775

## Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) – Gesundes Arbeiten und Gesundes Miteinander

Seit 2017 trägt unser Regionalverband das „Thüringer Siegel für Gesunde Arbeit“. Wir verbinden damit, das Gesundheitsbewusstsein aller Mitarbeiter\*innen im Verband nachhaltig zu stärken. Dazu zählt:

### Gesunde Führung

- Wertschätzender Umgang und Orientierung an Stärken der Mitarbeiter\*innen
- Personalentwicklungsgespräche
- Beteiligung der Mitarbeiter\*innen an Arbeitsgruppen
- Unterstützung von Weiterbildung und teambildenden Maßnahmen

### Gespräche

- Analyse der Arbeitssituation
- Krankenrückkehrgespräche im Rahmen des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM) sowie
- Beratung zu emotional beanspruchenden Situationen

### Aktionen

- Läufe, Wanderungen und Ausflüge
- Präventionsangebote zur Bewegung und Entspannung
- Individuelle Ernährungsberatung

Ausführliche Informationen finden Sie in unserer BGM-Konzeption und bei unseren beiden Ansprechpartnerinnen:  
Frau Dr. Oßwald-Irmer Arbeitssicherheit/BEM und Frau Dr. Silvia Steiner Koordinatorin BGM

Kastanienstraße 11 | 07747 Jena | Tel.: 03641 - 87 41 204 | E-Mail: [development@awo-carenet.de](mailto:development@awo-carenet.de)