



# ICA vital

## Maßnahmen im Rahmen der Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) - Bereich Mitarbeiterverpflegung

Die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) schafft für Mitarbeiter die Grundlage für Gesundheit und Leistungsfähigkeit und sorgt im Unternehmen für die Erhaltung der Arbeitskraft. Darüber hinaus leistet die Betriebliche Gesundheitsförderung einen wichtigen Beitrag zur Arbeitsplatzattraktivität und spielt eine immer größere Rolle bei der Personalakquise. Damit ist die Betriebliche Gesundheitsförderung ein Instrument, um dem Fachkräftemangel und demografischen Wandel zukunftsorientiert und wertschätzend zu begegnen.

In der Gemeinschaftsverpflegung zielen unsere Trainings darauf ab, die Küchenmitarbeiter für gesunde Ernährung zu sensibilisieren und damit zu gewährleisten, dass die Tischgäste schmackhafte und attraktive Vital-Gerichte angeboten bekommen. Besonders wird dabei auf die Umsetzung im Verpflegungssystem geachtet.

Im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) bieten wir Ist-Analysen, individuelle Inhouse-Trainings, Vital-Workshops oder die Begleitung bzw. Organisation von innerbetrieblichen Gesundheitstagen an.

### Kompetenzen

Unsere Trainer verfügen über langjährige Erfahrungen in den Bereichen Ernährungsökologie, Diätetik, Vitalküche, Prozessmanagement und Kommunikation. Alle Trainer sind ausgebildete Kursleiter, nutzen den systemischen Trainingsansatz und vermitteln das Wissen mit Herz und Verstand. Damit erzielen wir bei den Mitarbeitern Akzeptanz, erzeugen Motivation und gewährleisten eine tragfähige Umsetzung der Inhalte.



Bei jeder Maßnahme wird die Agenda individuell auf den Auftraggeber bzw. das Betriebsrestaurant und die örtlichen Gegebenheiten abgestimmt. Verknüpft mit unserer Trainings-Philosophie ist bei der Umsetzung größtmöglicher Wissenstransfer und Nachhaltigkeit gewährleistet.



## Trainingsinhalte

- Speisekarten- bzw. Sortimentsanalyse (Ist-Analyse des Gesundheitswerts im bestehenden Speisenangebot)
- Vermittlung einer abwechslungsreichen und attraktiven gesunden Ernährung (DGE, UGB), die Spaß macht, schmeckt und ernährungsphysiologischen Ansprüchen genügt (ohne erhobenen Zeigefinger)
- Vorstellung relevanter Ernährungsformen mit praktischen Anwendungsbeispielen - vegetarisch, vegan u. a. m.
- Vitale Speisenplanung durch attraktive und kreative Rezeptideen, Zutatenaustausch oder Mengenmodifikationen
- Zubereitung von Vital-Gerichten und praktische Umsetzung im Verpflegungssystem - Beschaffung, Produktion und Kommunikation (z. B. Gesundheitstag)
- Geschmack erleben durch den Einsatz von schonenden Garverfahren und dem Einsatz von saisonalen und regionalen Lebensmitteln, Kräutern, Gewürzen oder raffinierten Würzzutaten
- Arbeitsablaufplanung / Prozessmanagement - Sortiment, Arbeitsprozesse, Technik und Philosophie auf einander abstimmen und wertschöpfend organisieren (Vorverarbeitung, Zubereitung, Eignungswert)

## Seminarziele

Die Mitarbeiter können durch das ernährungsphysiologische Verständnis die Vor- und Zubereitung, die Rezepte und somit das Speisenangebot gesünder gestalten. In diesem Zusammenhang sind die Mitarbeiter in der Lage, Lebensmittel mit einem höheren Gesundheitswert einzusetzen, Rezepte auf Mengenverhältnisse (Nährstoffdichte) zu überprüfen und sinnvolle Kombinationen (biologische Wertigkeit) einzuplanen.

Zudem verfügen die Mitarbeiter über entsprechende Kenntnisse zur schonenden Vor- und Zubereitung und können die Prozesse in der Küche Nährstoff erhaltend gestalten.

Sie können küchenpraktische Tipps und Tricks zur gesunden Ernährung versiert und emotional an den Tischgast weiter geben.

## Maßnahmenförderung

Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung werden im Rahmen der Nationalen Präventionskonferenz über z. B. Krankenkassen oder die Berufsgenossenschaft gefördert.

**Weitere Informationen, Workshop-Ausschreibungen und Termine**  
finden Sie unter [www.frontcooking-academy.de](http://www.frontcooking-academy.de)