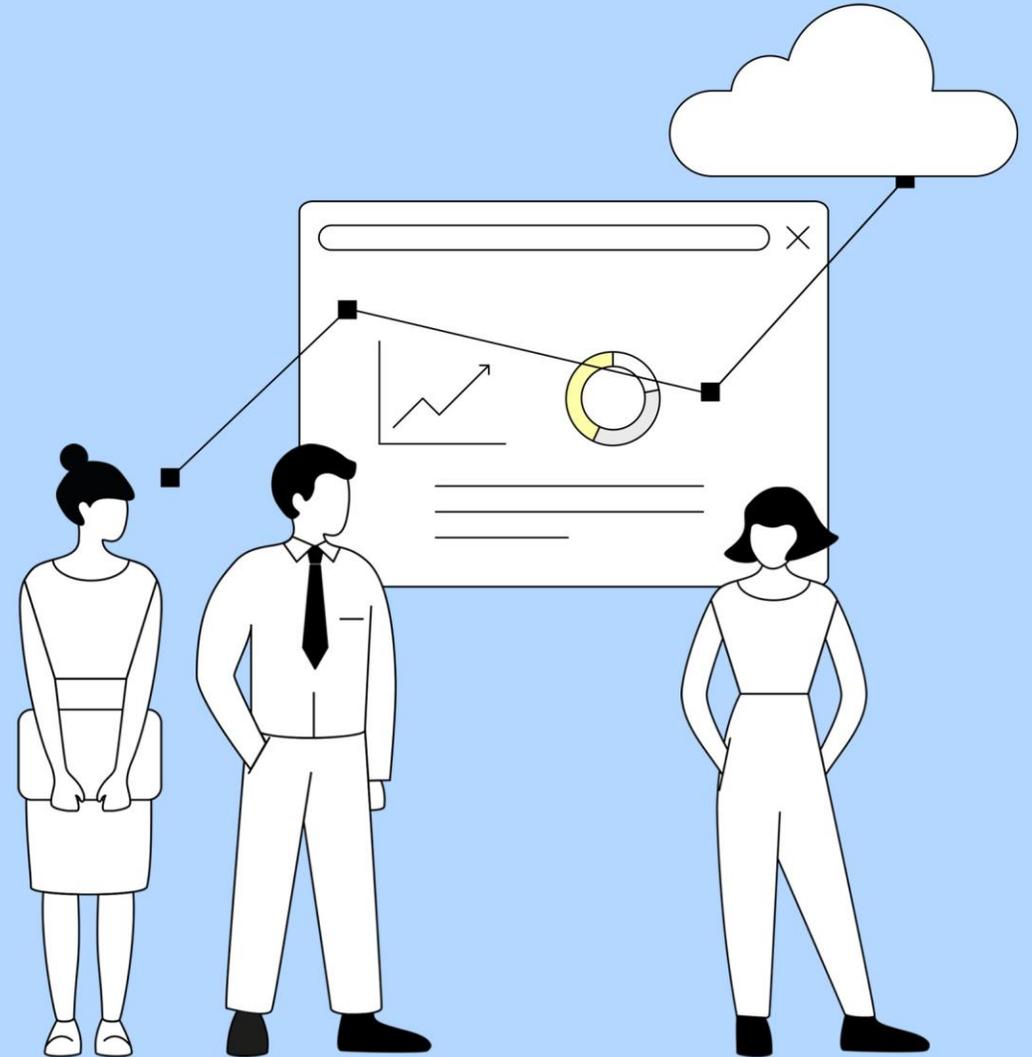


2024

Come Together

Kongress zur Betrieblichen
Gesundheitsförderung

20.11.2024



Thema 2024

Mensch, beweg dich!

Fakten, Motivation und Lösungsansätze

Programm

12:00 Uhr	Begrüßung Pronova BKK
12:15 - 13:45 Uhr	1. Block: Die Faktenlage – was wir bereits wissen... Referierende: Prof. Dr. Hans-Georg Predel & Prof. Dr. Carolin Victoria Schneider
13:50 - 14:00 Uhr	Video-Live-Talk mit Prof. Dr. Hans-Georg Predel & Prof. Dr. Carolin Victoria Schneider
14:15 - 15:15 Uhr	2. Block: Die Motivation – wie es gehen kann... Referent: Clifford Opoku-Afari
15:20 - 15:30 Uhr	Video-Live-Talk mit Clifford Opoku-Afari
15:45 - 16:45 Uhr	3. Block: Die Ansätze – was wir schon probiert haben... Referent: Simon Fiechtner
16:50 - 17:00 Uhr	Video-Live-Talk mit Simon Fiechtner
17:00 Uhr	Verabschiedung Pronova BKK

Moderation: Stella Beck & Rüdiger Schüller

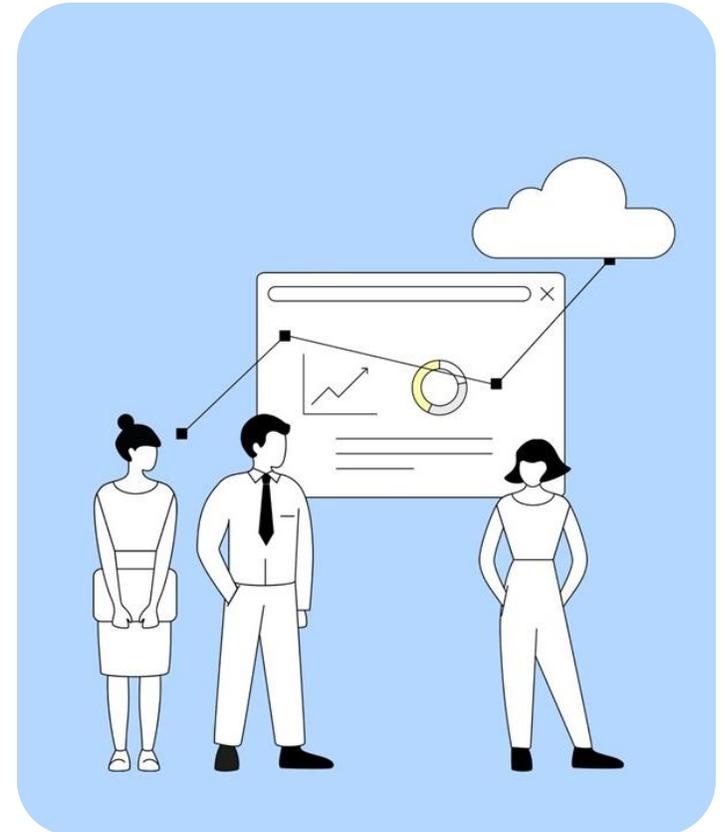
Die Faktenlage – was wir bereits wissen...

Im 1. Block unseres Come Togethers geht es um den wissenschaftlichen Einstieg in unser Titelthema. Prof. Dr. Hans-Georg Predel, Leiter des Instituts für Kreislaufforschung und Sportmedizin an der Deutschen Sporthochschule Köln, und Prof. Dr. Carolin Victoria Schneider, Wissenschaftlerin an der RWTH Aachen legen die Fakten auf den Tisch.

Vortragstitel

Bewegung und Sport: Balsam für Körper und Geist? Wie ist die Evidenz?

Jeder Schritt zählt: Bewegung, digitale Innovationen und Gesundheit



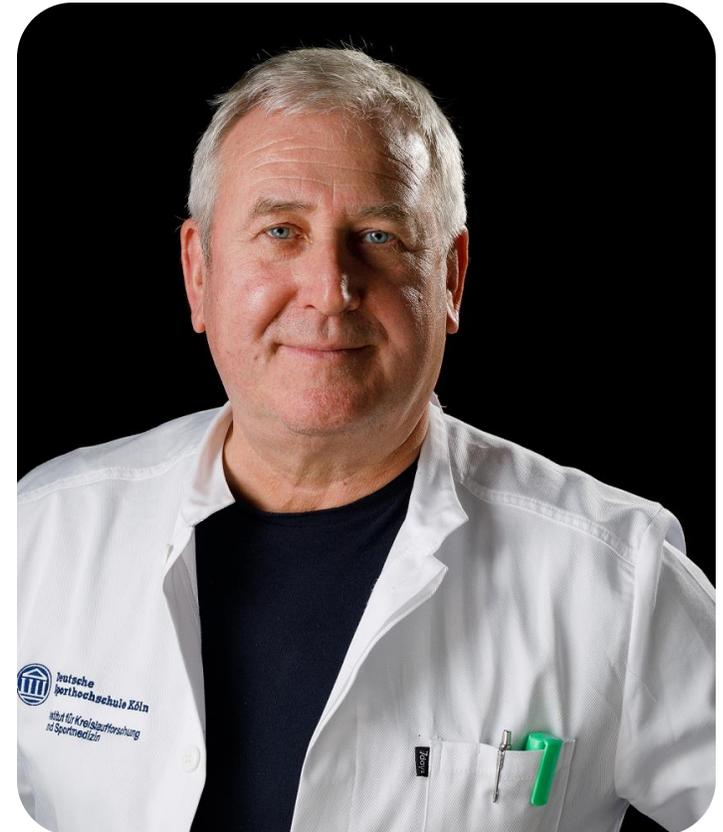
Vita Prof. Dr. Hans-Georg Predel

Hans-Georg Predel ist approbierter Arzt für innere Medizin, Universitäts-Professor für präventive und rehabilitative Sportmedizin und seit 2000 Leiter des Instituts für Kreislaufforschung und Sportmedizin der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS).

Nach dem Medizinstudium in Aachen und Bonn und Auslandsaufenthalten an der John Hopkins University Baltimore (USA), dem Universitätsklinikum Zürich (Schweiz), der University of California, San Francisco / Stanford (USA) und der Universitätsklinik Basel (Schweiz) wurde er leitender Arzt des Olympiastützpunktes Köln/Bonn/Leverkusen an seinem heutigen Institut.

Zu seinen Forschungsschwerpunkten gehören neben der Olympiastützpunktaufgabe des Gesundheitsmanagements im Hoch-Leistungssport inkl. Sportverletzungen, die körperliche/sportliche Aktivitäten in Prävention und Rehabilitation von kardiovaskulären und metabolischen Erkrankungen, die Sporternährung sowie die Konzeption und Evaluation therapeutischer Lebensstilprogramme in allen Altersgruppen.

Hans-Georg Predel ist Studiengangsleiter des Masterstudiengangs Rehabilitation, Prävention und Gesundheitsmanagement an der DSHS Köln und Mitglied in verschiedenen wissenschaftlich-medizinischen Fachgesellschaften, wie der Deutschen Hypertonieliga, der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie, der European Society of Cardiology, der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention, der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin und dem Sportärztebund Nordrhein.



Vita Prof. Dr. Carolin Victoria Schneider

Carolin Schneider ist die einzige deutsche Wissenschaftlerin, die 2024 vom Magazin Forbes als eine der "30 under 30", also der 30 einflussreichsten Personen Europas (Science & Healthcare) unter 30 Jahren, gekürt wurde

Sie wurde am 14.06.1995 in Neuss geboren, absolvierte ihr Abitur am Erzbischöflichen-Gymnasium Marienberg in Neuss (08/2004 - 06/2013). Sie studierte Medizin an der RWTHAachen (09/2013 - 12/2019). Ihre Promotion in Medizin, gefördert durch das Peter Scriba Promotionsstipendium, schloss sie mit summa cum laude an der RWTHAachen ab (02/2016 - 10/2020). Anschließend absolvierte sie ein Postdoktoranden-Forschungsaufenthalt an der University of Pennsylvania, USA, unterstützt durch das Walter Benjamin-Stipendium der Deutschen Forschungsgemeinschaft (12/2019 - 06/2022). Seit dem 01.07.2022 ist sie Forschungsgruppenleiterin und Ärztin an der RWTHAachen und seit dem 01.09.2023 bekleidet sie die Position einer W1-Professorin für Prävention und Genetik metabolischer Lebererkrankungen an der RWTHAachen.

Zusätzlich ist sie seit dem 01.12.2023 als außerordentliche Professorin für Translationale Medizin und Humangenetik an der University of Pennsylvania in Philadelphia, USA, tätig.



Die Motivation – wie es gehen kann...

Im 2. Block unseres Come Togethers erfahren wir von Speaker, Autor und Coach Clifford Opoku-Afari, wie wir uns dazu motivieren können, unsere Gesundheitsziele zu erreichen.

Vortragstitel:

Gesundheit geht anders!



Vita Clifford Opoku-Afari

Clifford Opoku-Afari ist Speaker, Autor und Coach und ein renommierter Experte für Gesundheit und Fitness in Deutschland.

Mit 16 Jahren Erfahrung als Leistungssportler und 25 Jahren als Coach in der Gesundheits- und Fitnessbranche, hat er umfangreiches Wissen und Fachkenntnisse erlangt, das er gerne an andere Menschen weitergibt. Über 11.000 Stunden als Personal Trainer und Coach und mehr als 6.000 TeilnehmerInnen in Fitness- und Ernährungsausbildungen. Darüber hinaus hat er tausende TeilnehmerInnen bei Vorträgen auf Firmenevents inspiriert.

Der Sportwissenschaftler ist ein gefragter Redner für Firmenveranstaltungen und war bislang mehr als 50-mal im TV, unter anderem bei WDR, RTL und Pro7 zu sehen. Als Keynote Speaker im deutschsprachigen Raum, bietet der Buchautor inspirierende Reden für Firmenevents und motiviert die TeilnehmerInnen bei Business-Veranstaltungen auf seine humorvolle und sympathische Art. Seine Impulsvorträge für Unternehmen sind bekannt für ihre Expertise und ihre einzigartige, lockere Atmosphäre.

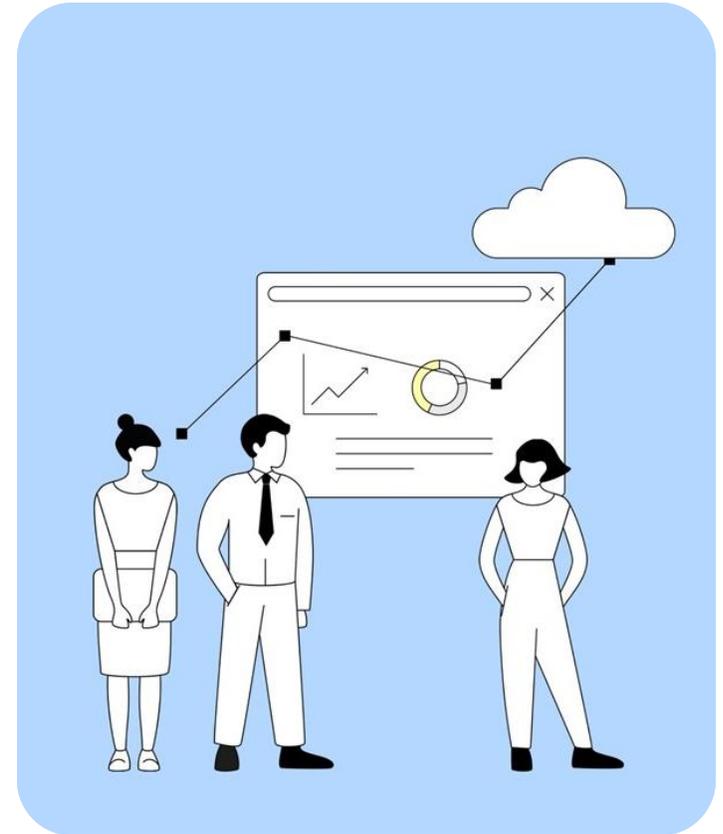


Die Ansätze – was wir schon probiert haben...

Im 3. Block unseres Come Togethers schauen wir uns gemeinsam mit Simon Fiechtner, Co-Founder bei Deep Care an, wie wir Bewegung in die Praxis umsetzen können und geben Ansätze auf den Weg, wie es auch mit dem Einsatz von KI funktionieren kann.

Vortragstitel:

Best Practice: Die KI-Assistenz für mehr Bewegung am Schreibtisch



Vita Simon Fiechtner

Simon Fiechtner (Jahrgang 1989) ist Wirtschaftsingenieur und war nach seiner kaufmännischen Ausbildung zunächst drei Jahre im HR-Bereich in Großkonzernen tätig. Nach Abschluss seines Studiums im Wirtschaftsingenieurwesen sammelte er praktische Erfahrungen sechs Jahre lang bei der Firma Bosch im Bereich "Robotik".

Simon ist aktuell als Co-Founder bei der Deep Care GmbH beschäftigt. Sein Arbeitsschwerpunkt sind Kunden & Partnerschaften.



Pronova BKK

Für die Arbeitswelt
von morgen.

Team Gesundheitsförderung

0621 53391-4927

bgf@pronovabkk.de