

Gesundheit im Betrieb ganzheitlich gedacht

Das Fachbuch „Betriebliche Gesundheitsförderung für Ernährungsfachkräfte“ zeigt praxisnah vor dem Hintergrund aktueller Trends und politischer und gesellschaftlicher Entwicklungen, wie Ernährungsfachkräfte die Gesundheit im Betrieb gezielt stärken können.

Die klare Gliederung in vier Teile – Grundlagen, Ernährung, Verpflegung und Good Practice – erleichtert den Einstieg. Abbildungen, Tabellen und Ablaufpläne machen komplexe Inhalte greifbar. Besonders hilfreich sind die praxisnahen Kapitel mit konkreten Dos and Don'ts für den Aufbau von Prozessen der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Der Praxisteil „Good Practice“ liefert inspirierende Beispiele – etwa die Umsetzung von Gesundheitstagen.

Spannend sind auch die Abschnitte „Innovative Ansätze“, „BIA-Messung in der Betrieblichen Gesundheitsförderung“ und „Achtsam essen“: Das Buch zeigt, wie Nachhaltigkeit und Innovationen, diagnostische Tools sowie Genuss und Entspannung auch im betrieblichen Kontext eine Rolle spielen. Für Ernährungsfachkräfte mit sportwissenschaftlichem Hintergrund bietet das Kapitel „Ernährung und Leistungsfähigkeit“ einen wertvollen Ansatzpunkt, um Ernährung, Bewegung und Leistungsmanagement im BGF gezielt zu verknüpfen.

Sprache und Struktur sind klar, fachlich fundiert und angenehm lesbar. Manche Kapitel gehen sehr ins Detail, was beim

Lesen etwas Konzentration erfordert. Dafür eignet sich das Buch umso besser als Nachschlagewerk, das man immer wieder zur Hand nehmen kann, wenn man konkrete Anregungen sucht. Es bietet eine hervorragende Kombination aus wissenschaftlicher Tiefe und praktischer Umsetzbarkeit. Das Buch liefert Sicherheit und macht Mut, eigene Projekte im Bereich BGF weiterzuentwickeln. Eine klare Empfehlung für alle, die im BGF/BGM (betriebliches Gesundheitsmanagement) arbeiten oder dort einsteigen möchten.

Luisa Beerling, Meppen

Annegret Flothow, Silke Lichtenstein, Almut Feller (Hrsg.)
Betriebliche Gesundheitsförderung für Ernährungsfachkräfte. Gesund genießen am Arbeitsplatz
 Springer Spektrum 2025
 492 S., 49,99 € (eBook), 64,99 € (Taschenbuch)
 E-ISBN: 978-3-662-70049-5 (eBook)
 ISBN: 978-3-662-70048-8 (print)

