

Wenn Unternehmen Gesundheit unternehmen

Viele Unternehmer haben längst den Zusammenhang zwischen wirtschaftlichem Erfolg und Gesundheit der Mitarbeiter erkannt. Was liegt also näher, als dafür zu sorgen, dass die Gesundheitsförderung zur Managementaufgabe wird?

Gefühlt dreht sich die Welt immer schneller und Ruhe klingt wie ein vergessenes Wort aus einer anderen Zeit. Wir können immer und überall arbeiten, die Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben lösen sich auf ... Die Folge: eine Zunahme von Stress und psychischen Krankheiten. Um das zu ändern, setzen moderne Unternehmen auf ein umfassendes Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), das – einfach gesagt – die Gesundheit der Mitarbeiter im Arbeitsalltag schützt sowie die Mitarbeiter gleichzeitig in ihrer persönlichen Verantwortung zur Erhaltung der eigenen Gesundheit unterstützt. Dazu gibt es eine Fülle von Möglichkeiten, die bei einer gesundheitsfördernden Arbeitsplatzgestaltung und gesunder Kantinenkost anfangen, über Kurse zur Entspannung und zum Stressmanagement gehen und bei Maßnahmen gegen Mobbing und flexible Arbeitszeiten noch nicht aufhören. Doch warum eigentlich sollten Arbeitgeber Gesundheitsförderung zur Managementaufgabe machen? „Gesunde Arbeitsbedingungen führen sehr häufig dazu, dass die Zufriedenheit und das Wohlbefinden der Beschäftigten steigen und dadurch auch die Leistungsfähigkeit und -bereitschaft stärker ausgeprägt sind. Niedrige Krankenstände sind dafür oft ein Indikator. Der weitaus größere wirtschaftliche Effekt, der durch professionelle Gesundheitsförderung entsteht, liegt in Erhaltung von hoher Qualität, Stabilität in der Produktion und maximaler Kundenzufriedenheit. Und: Je stärker sich ein Unternehmen für die Gesundheit seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einsetzt, umso attraktiver ist es für zukünftige Fachkräfte“, erklärt Jens Wohlfeil, Experte für betriebliche Gesundheitsförderung bei der AOK Nordost. Wie nun unterstützen die Krankenkassen Arbeitgeber, die erkannt haben, dass das BGM durchaus etwas mit den ökonomischen Ergebnissen zu tun hat? „Die AOK Nordost berät Betriebe kompetent und unterstützt sie aktiv beim Aufbau eines betrieb-

lichen Gesundheitsmanagements. Dabei lassen wir uns von Daten und Fakten leiten und führen in der Regel gemeinsam mit den Unternehmen individuelle Analysen durch. So lassen sich ganz unterschiedliche Wege zu mehr Gesundheit finden. Das kann ein Stressmanagement, die Schulung von Führungskräften, die Optimierung der betrieblichen Verpflegung, Angebote zur Bewegung oder auch ein Angebot zur Suchtprävention sein“, so der AOK-Experte, der auch darauf verweist, dass BGM nicht nur etwas für große Unternehmen mit einer dicken Finanzdecke ist. „Kleine und mittelständische Unternehmen finden in unserem Netzwerk KMU-Gesundheitskompetenz eine wertvolle Plattform zum Austausch. Hier wird in Arbeitskreisen, Workshops und auf Konferenzen den teilnehmenden Unternehmen neuestes Know-how zum Thema Betriebliche Gesundheitsförderung vermittelt.“

Eine griffige praktische Lösung kommt aus Cottbus. Das Anfang Juli eröffnete Gesundheitszentrum Ostrow ist nicht nur

deutschlandweit eine der ersten Einrichtungen, in der Kinder und Jugendliche komplexe ambulante Rehabilitationsmaßnahmen in Anspruch nehmen können, das Haus bietet zugleich beste Bedingungen für verschiedene Angebote des Betrieblichen Gesundheitsmanagements für Unternehmen. Der Betreiber, die REHA VITA, entwickelte das systematische Konzept. „Grundsätzlich erstellen wir für Firmen individuell angepasste Angebote und bewegen uns dabei in den Handlungsthemen Bewegung, Ernährung und Entspannung“, erklärt Anja Krüger. „Diese drei Felder ergeben eine Rundum-Abdeckung der Gesundheits-Prävention“. Die Diplom-Psychologin verweist auf die guten Voraussetzungen, die das neue Gesundheitszentrum am Ostrower Platz auf vier Etagen dafür bietet: eine Kochschule mit ausgebildetem Koch und Di-



Foto: Reha Vita

Anja Krüger, Psychologin im Gesundheitszentrum Ostrow

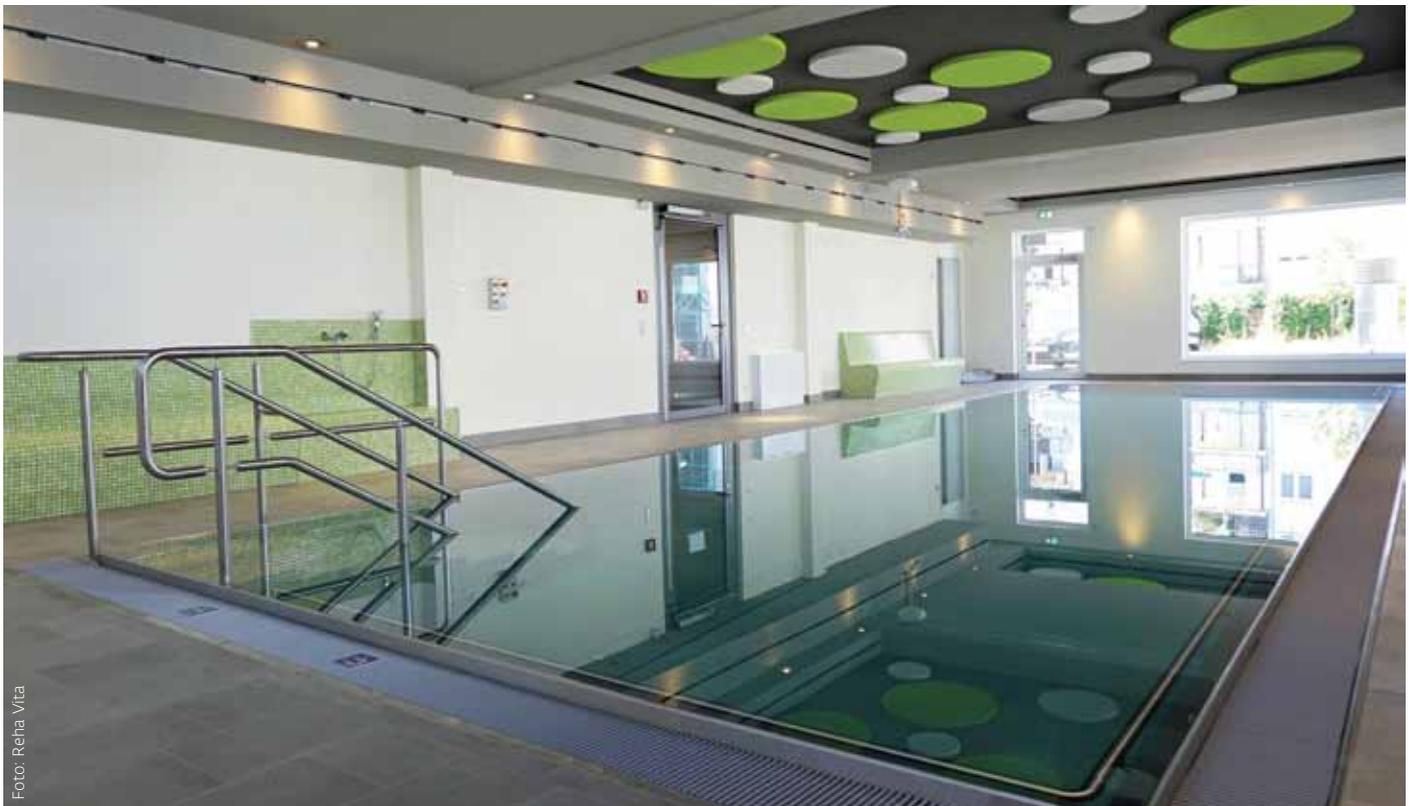


Foto: Reha Vita

Das beheizte Bewegungsbecken mit unterschiedlichen Wassertiefen



Foto: Harry Müller, codiarts

Das Anfang Juli neu eröffnete Gesundheitszentrum Ostrow in Cottbus



Foto: Reha Vita

Die Kochschule wird zukünftig u.a. für Kochkurse genutzt

ätassistentinnen, ein beheiztes Bewegungsbad mit unterschiedlichen Wassertiefen (Wassertemperatur: 32 Grad), einen Sport- und Fitnessraum, zwei Kursräume mit Kletter- und Funktionswänden sowie verschiedene Therapieräume. Anja Krüger berät Unternehmen, die in Sachen Prävention etwas für ihre Mitarbeiter tun wollen. „Zum Einstieg ist es oftmals sinnvoll, eine Kombination aus den drei Themenfeldern zu erarbeiten. Dieses individuelle Baukastensystem schließt auch die Wissensvermittlung über das Warum und das Wie ein“, so Anja Krüger. Durch das Profil als ambulante Rehabilitationsklinik kann das Gesundheitszentrum Ostrow auf ein breites Leistungsspektrum bauen und den Unternehmen zudem Optionen bieten, die durch Sporttherapeuten, Diätassistenten, Psychologen betreuten Gesundheitsangebote (z.B. Pausengymnastik, Körper-Scan, Rückenschule, verschiedene Vorträge) je nach Gruppengröße in den Räumlichkeiten wahrzunehmen. „Wir gehen natürlich auch zu den Unternehmen“, berichtet Anja Krüger. Um das weiter auszubauen, hat sich das Gesundheitszentrum Ostrow personell verstärkt: Seit September gibt es eine eigene Ansprechpartnerin für das Betriebliche Gesund-

heitsmanagement. Zudem sind Kochkurse mit dem Diätkoch in der nagelneuen Kochschule geplant.

Anja Krüger weiß aus ihrer praktischen Erfahrung, dass sowohl große als auch kleine Unternehmen sich für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement entscheiden. Wirksame Hilfestellung leistet das deutschlandweit geltende Programm der Deutschen Rentenversicherung BETSI, das Präventionsleistungen finanziert. Der zwei- bis dreitägigen Einführungsphase folgt die aktive Zeit, d. h. ein wöchentlicher Kurs von zwei Stunden, der motiviert, das Erlernte langfristig in den Alltag zu integrieren, „denn Verhaltensweisen dauerhaft zu verändern, braucht immer wieder Impulse und Motivation“, weiß die Psychologin. Abschließend folgt dann nochmals ein Auffrischungstag. Die Kosten übernimmt die Deutsche Rentenversicherung, das Unternehmen stellt die Arbeitszeit zur Verfügung.

von Clara Lichtenberg ■

www.deutsche-rentenversicherung.de