

Betriebliche Gesundheitsförderung hat viele Facetten

Wenn es um Wege und Strategien geht, wie Unternehmen attraktiv für Fachkräfte werden bzw. bleiben können, rückt die betriebliche Gesundheitsförderung immer mehr in den Mittelpunkt. Dies spielt auch im Rahmen des diesjährigen Jahresthemas der IHK-Organisation „Gemeinsam für Fachkräfte – bilden, beschäftigen, integrieren“ eine wichtige Rolle. Vielfältig sind dabei die Formen, mit denen Firmen ihre Mitarbeiter bei der Gesunderhaltung unterstützen können.



Leipziger Firmen-Cup 2011

Das Unternehmen mit den fittesten Mitarbeitern soll beim Leipziger Firmen-Cup am 18. Juni 2011 auf dem Sportplatz Wettinbrücke gekürt werden. Für den Wettbewerb kann jede Firma aus der Region maximal zwei Teams anmelden. Zu gewinnen gibt es ein Abenteuerwochenende in der Sächsischen Schweiz unter Leitung des Leipziger Höhenbergsteigers Dr. Olaf Rieck. Im Vordergrund stehen jedoch nicht die Preise, sondern Ansporn und Motivation zu einem gesunden und aktiven Lebensstil.

Weitere Informationen:
→ www.sportivation-leipzig.de

Das Rezept, sportlich aktiv zu sein, ist das natürlichste und beste Mittel zu mehr Gesundheit. „In unserer modernen Industriegesellschaft belasten vor allem Bewegungsmangel und unausgewogene Ernährung die Gesundheit“, sagt Ralf Braune, Gesellschafter der SPORTIVATION GbR aus Leipzig. Nach Ansicht des Diplom-Sportlehrers spielt dabei nicht nur das persönliche Leid, das Krankheiten wie Diabetes, Rückenleiden, Depressionen oder Gefäßkrankungen verursacht, eine Rolle. Gesundheit habe darüber hinaus auch ganz konkrete wirtschaftliche Effekte:

„In einem global konkurrierenden Weltmarkt werden nur Unternehmen mit gesunden und fitten Mitarbeitern bestehen können“, ist der ehemalige Eisschnellläufer überzeugt. Für ihn steht ebenso fest, dass die Ursachen für den Anstieg der Zivilisationskrankheiten zu einem erheblichen Teil in den heutigen Arbeitsbedingungen liegen. „Deshalb ist der erfolgversprechendste Ansatz der Gesundheitsförderung jener, der im innerbetrieblichen Kontext geschieht. Betriebliche Gesundheitsförderung wird sich daher künftig in nahezu allen Branchen etablieren, allein schon um

die betriebswirtschaftlichen Potenziale zu nutzen“, sagt Ralf Braune. Doch wie bringt man Gesundheitsbewusstsein in den unternehmerischen Alltag? „Die Erfahrung lehrt, dass der Wille der Mitarbeiter allein nicht reicht. Oft verpuffen die guten Vorsätze. Der Schlüssel zum anhaltenden Erfolg liegt in der richtigen Motivation und Organisation.“ Was aber, wenn dies nicht von selbst gelingt? „Dann ist es angebracht, sich externe Unterstützung zu holen. Zum Beispiel beim Leipziger Firmen-Cup 2011“, so der Sportmanagement-Experte.

Mitmachen ausdrücklich erwünscht

„Gesundheitstage im Unternehmen machen erlebbar, welche große Rolle Gesundheit und Wohlbefinden für jeden einzelnen Arbeitnehmer spielen, und weisen ohne erhobenen Zeigefinger auf mögliche Defizite hin“, sagt Sigrid Magnus, Inhaberin der Leipziger Firma FAMA-AKTIV. „Unter fachlicher Anleitung werden die Mitarbeiter zu mehr

gesundheitlicher Eigenverantwortung motiviert. So wird hohen Krankenständen und Mitarbeiterfluktuation vorgebeugt.“

Mitmachen ist dabei ausdrücklich erwünscht. So nutzten beispielsweise über 100 Mitarbeiter des Standorts Leipzig der Kabel Deutschland AG

am 21. März im RAMADA Hotel die Möglichkeit, auf dem erstmals in der Firma veranstalteten Gesundheitstag zu erfahren, wie sie durch angemessene Bewegung, gesunde Ernährung und gezielte Entspannung aktiv ihre Gesundheit verbessern können. In Kooperation von FAMA-AKTIV und der IKK wurden bei den Teilnehmern nicht nur

deren Werte für Blutzucker und Blutdruck bestimmt, sondern sie erhielten auch Tipps zum Umgang mit Stress sowie zur Zubereitung einer gesunden und schmackhaften Zwischenmahlzeit. Außerdem bot das FAMA-AKTIV-Team entspannungsfördernde Massa-

gen an und brachte die Mitarbeiter mit Gymnastik „auf Trab“.

Mit ihrem Unternehmen ist Sigrid Magnus seit über sieben Jahren auf dem Gebiet der betrieblichen Gesundheitsvorsorge tätig. „Gemeinsam mit

Krankenkassen und Partnern des Gesundheitsmanagements erstellen wir individuelle Konzepte für Unternehmen und Privatpersonen.“ Neben den Gesundheitstagen werden unter anderem Seminare zur Stressbewältigung und Entspannung, Massagen, Fasten mit Ernährungsberatung sowie Yoga, Rückenschule, Nordic Walking oder Personal Training angeboten.

Und Gesundheitsvorsorge lohnt sich für Arbeitnehmer und Arbeitgeber auch finanziell. „Nur wenige wissen, dass sie pro Jahr für jeden Mitarbeiter steuer- und sozialabgabenfrei bis 500 Euro für gesundheitsfördernde Maßnahmen ausgeben können“, ergänzt Sigrid Magnus. „Es muss nur der entsprechende Betrag auf der Lohn- oder Gehaltsabrechnung als steuerfreie Sonderleistung zur Gesundheitsförderung ausgewiesen werden.“

→ www.fama-aktiv.de



Massagen und Ernährungsberatung boten das Team von FAMA-AKTIV auf dem Gesundheitstag der Kabel Deutschland AG an.

5. LEIPZIGER PERSONALFORUM

Auf die Bedürfnisse der Mitarbeiter eingehen

Die Schritte sind unbeholfen und plump. Durch das Gewicht ist die Haltung gebeugt. Seh- und Hörfähigkeit sind eingeschränkt. Diese Erfahrung machten jene Teilnehmer des Leipziger Personalforums, die den Gerontologischen Testanzug GERT ausprobierten. Mit ihm lässt sich die körperliche Verfassung einer Testperson in 30 Jahren simulieren.

Die Präsentation von GERT zählte zu den Höhepunkten des Forums, das am 24. März 2011 bereits zum fünften Mal von der ZAW Zentrum für Aus- und Weiterbildung Leipzig GmbH, der IHK zu Leipzig und Personalarbeit Leipzig veranstaltet wurde. Im Mittelpunkt stand diesmal die Frage, wie sich in Zeiten des Fachkräftemangels Mitarbeiter für das eigene Unternehmen finden und binden lassen. Insgesamt 80 Personalverantwortliche aus Unternehmen der Region sowie weitere Gäste nutzten die Gelegenheit, um sich in den sechs Vorträgen und vier Fachforen praxisnahe Tipps für das Personalmanagement zu holen.

Professor Peter Wald betonte in seinem Fachvortrag, dass man sich bei der Personalbindung an den Bedürfnissen der jeweiligen Mitarbeitergenerationen orientieren sollte. „Junge Menschen wollen schon früh Verantwortung übernehmen. Sie sind außerdem sehr gut medial vernetzt, erwarten beispielsweise auf eine E-Mail-Bewerbung innerhalb von sechs Stunden eine Antwort. Ältere Menschen arbeiten meist sehr zielstrebig und wünschen sich vor allem Anerkennung“, sagte der Wissenschaftler von der Hochschule für Technik, Wirtschaft und Kultur (HTWK) Leipzig. Professor Wolfgang Moll, der Erfinder des Gerontologischen Testan-

zuges, ging in seinem Vortrag auf Arbeitsplatzanforderungen für Mitarbeiter über 60 ein – die nach seinen Aussagen letztendlich auch Jüngeren zu Gute kommen. Dazu gehört beispielsweise, bewegungsfördernde Pausenflächen im Freien einzurichten, Signalleuchten dort anzubringen, wo sie auch bei eingeschränkter Beweglichkeit zu sehen sind, oder eine angepasste, den Rücken schonende Arbeitsplatzgestaltung.



Recherche einmal anders: IHK-Mitarbeiterin Eva Haar probiert den Gerontologischen Testanzug aus und führt unter diesen erschwerten Bedingungen ein Interview mit dessen Erfinder, Professor Wolfgang Moll.