

Fit-Fit-Situation

– Gesunde Mitarbeiter sind für alle Seiten ein Gewinn



Foto: LightField Studios / Shutterstock.com

Durch betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) gewinnt sowohl die Belegschaft als auch die Unternehmerschaft

Menschenunwürdige Arbeitsbedingungen, wie sie in der Ballade „Die schlesischen Weber“ (1844) von Heinrich Heine oder auf dem Gemälde „Eisenwalzwerk“ (1875) von Adolph Menzel dokumentiert wurden, gelten zumindest in Europa als überwunden. Über Jahrzehnte hinweg konnten sich die Interessenverbände von Unternehmerschaft und Belegschaft diesbezüglich immer wieder vergleichen. So bestimmen Gesetze zum Arbeitsschutz und zur Arbeitssicherheit oder Verordnungen für Arbeitsstätten die öffentlich-rechtlichen Fürsorgepflichten eines Arbeitgebers ganz genau. Dieser ist heute im Rahmen eines bestehenden Arbeitsverhältnisses nicht nur zum Schutz von Leben und Gesundheit des für ihn tätigen Mitarbeiters verpflichtet, sondern auch im Sinne einer gewissen Mitarbeiterbindung an Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung interessiert.

Management nicht gleich Förderung

Dabei werden strategische Planungen und Konzeptionen von Strukturen und Prozessen im Unternehmen den Anforderungen des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) unterzogen. Denn im BGM laufen alle gesundheitsbezogenen Aktivitäten zusammen. Dazu gehören auch die

Maßnahmen zum betrieblichen Eingliederungsmanagement oder zur betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Vielerorts wird die Gesundheitsförderung mit dem BGM gleichgesetzt. Tatsächlich jedoch handelt es sich bei der BGF um eine Teildisziplin des Gesundheitsmanagements, die sich speziellen Methoden, Inhalten und von den gesetzlichen Krankenkassen geförderten Handlungsfeldern widmet. Die BGF umfasst also ein ganzheitliches Konzept mit Maßnahmen zur Verbesserung der Mitarbeitergesundheit.

Konzept verbessert Mitarbeitergesundheit

Gesundheit steuerlich unterstützt

Auch der Staat hat ein Interesse an gesunden Arbeitnehmern. Denn Arbeitsunfähigkeit verursacht hohe volkswirtschaftliche Verluste und wurde 2016 mit 75 Milliarden Euro Produktionsausfallskosten angeben. Das hatte die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) mit Sitz in Dortmund auf Basis der Daten des Statistischen Bundesamts (Destatis) mit

Sitz in Wiesbaden sowie der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) geschätzt. Mit einem Anteil von 22,8 Prozent stehen dabei die Muskel-Skelett-Erkrankungen (MSE) an erster Stelle.

Vor diesem Hintergrund wird bereits seit 2008 die Förderung der Mitarbeitergesundheit steuerlich unterstützt. Dabei bleiben bestimmte Leistungen seitens des Arbeitgebers, die zur Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes führen sowie der BGF unterliegen, mit bis zu 600 Euro pro Mitarbeiter und Jahr steuerfrei. Darunter fallen Angebote sowohl für den Bewegungsapparat und zur Stressbewältigung als auch zu Ernährungsfragen.

Obst als Maßnahme am Arbeitsplatz

Gern und einfach lassen sich Verpflegungsmaschinen aufstellen. Diese stehen dann in dunklen Ecken von Fabriken, Büros oder Krankenhäusern und spenden ungesunde Snacks, Süßwaren oder verpackte Lebensmittel. Bereits die Zahl der Kinder und Jugendlichen bis 18 Jahre, die unter extremem Übergewicht leiden, habe von 2009 auf 2019 bundesweit um rund ein Viertel (24 Prozent) zugenommen, heißt es laut Kaufmännischer Krankenkasse (KKH) im September. Zu den Erwachsenen »

Obst am Arbeitsplatz und Geschenkboxen für Mitarbeiter, Kunden & Geschäftspartner

- ...im Büro & im Home Office
- ...zum Geburtstag
- ...als Dankeschön
- ...zur Genesung
- ...zum Jubiläum
- ...zu Weihnachten & Ostern

hansen Obst www.hansenobst.de
Tel.: 0341 4 61 06 40
eMail: service@hansenobst.de

liegen aktuell keine Zahlen vor. Doch mit der steuersparenden Maßnahme „Obst am Arbeitsplatz“ können Unternehmer diesen Entwicklungen zumindest Einhalt gebieten.

Doch wie kann man die Mitarbeiter regelmäßig mit frischem Obst versorgen, ohne selbst auf den Wochenmarkt gehen zu müssen? Wie lässt sich der Umfang an Vitaminschüben für die Belegschaft hochrechnen? Und wer arrangiert und dekoriert die Ware, damit das Obst auch am nächsten Tag noch anspricht? „Um maßgeschneiderte B2B-Angebote zu erstellen, genügen unseren Frische-Spezialisten nur zwei Angaben: die Anzahl der Mitarbeiter und der Standort des Unternehmens“, sagt Claus Hansen, Inhaber von Hansen-Obst in Leipzig. Durch die zielsichere Kommu-

nikation reduziere sich der zeitliche und logistische Aufwand auf ein Minimum. Dabei werden kurzfristige Lieferpausen, flexible Mengenanpassungen und die Berücksichtigung von Sonderwünschen punktgenau umgesetzt. Liegt das Unternehmen außerhalb der Lieferzone, werden die Business-Boxen versandkostenfrei in umweltfreundlichen Verpackungen versendet. „Erfahrungsgemäß werden sich Zufriedenheits- und Wohlgefühlgrad unter den Mitarbeitern schnell erhöhen und sich schon in kürzester Zeit in erhöhter Produktivität und Loyalität manifestieren“, fügt Hansen hinzu. Denn gesunde Mitarbeiter seien motiviert.

Daneben bietet Hansen-Obst im Rahmen der aktiven Mitarbeitermotivation auch einen

attraktiven Geschenkeservice an. Unter dem Motto „Wertschätzung ist Chefsache“ lassen sich verschiedene Anlässe fokussieren. „Dazu können die versandkostenfreien Geschenkboxen ganz individuell zusammengestellt und mit persönlichen Brandings versehen oder Grußkarten und Beilagen bestückt werden“, sagt Hansen. So freuen sich nicht nur Mitarbeiter über Lob und Anerkennung, sondern auch Geschäftskunden über fruchtig-frische Geschenke, weiß er.

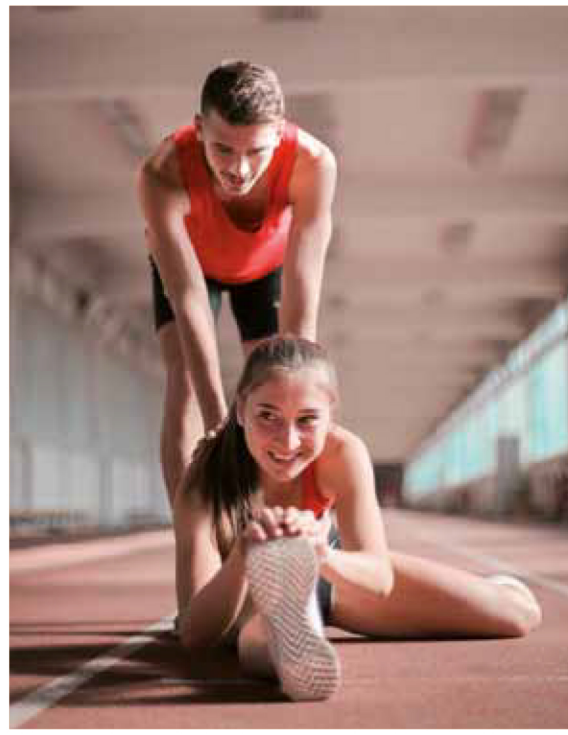


Fotos: Signal / Shutterstock.com | Pixels/Andrea Pia Cquadro | Hansen Obst

Durch Obst am Arbeitsplatz können Unternehmer eine gesunde Ernährung unterstützen



Sporttherapeuten und Personal Trainer unterstützen die Beweglichkeit



Komplexe und zielführende Behandlungen

Die durch die verschiedenen BGF-Maßnahmen gesunde und zufriedene Mitarbeiter verbessern das Image eines Unternehmens nach innen und nach außen. Erkrankungen in Muskulatur und Skelett (MSE) führen jedes Jahr zu erheblichen Arbeitsausfällen. Jede fünfte Frau und jeder sechste Mann leiden in Deutschland unter chronischen Rückenschmerzen. Allein dieses Krankheitsbild verursache jährlich direkte und indirekte Kosten von über 25 Milliarden Euro, hieß es 2006 laut Robert-Koch-Institut.

Fehlbelastungen per BGF therapieren

Präventionsmaßnahmen direkt am Arbeitsplatz sind nur eine Möglichkeit, Arbeitsausfälle zu begegnen. Dabei gehen Ursachenbekämpfung und Therapie Hand in Hand. Fehlbelastungen, wie sie beispielsweise durch das Heben oder eine Tätigkeit in gebückter Haltung am Arbeitsplatz entstehen, können mittels BGF-Rückenschulmaßnahmen direkt am Ort des Entstehens entgegengewirkt werden. Doch die komplizierten Anweise des Therapeuten mit seinem Equipment gehört vielerorts bereits der Vergangenheit an.



„Im Trend liegt eher, dass die Mitarbeiter in ihrer Freizeit und nicht in der Arbeitszeit in die Praxen kommen, um sich im Rahmen der BGF therapieren lassen“, sagt Christopher Grahleemann. Zusammen mit Sven Lützendorf gründete er 2019 die „MAZE Physiotherapien“ in Leipzig und Espenhain. Als ehemalige Leistungssportler sind die beiden Sportphysiotherapeuten mit dem Bewegungsapparat, mit Gelenken, Muskeln und Nerven bestens vertraut. Sie bieten unter anderem Rückenschulmaßnahmen, Yoga- und Pilateskurse sowie freie Trainingseinheiten mit Gewichten für Muskelaufbau, Kraftausdauer und Koordination an. „Bereits seit 2016 nehmen wir in Borna komplexe und zielführende Behandlungen vor“, sagt Grahleemann. Sehr beliebt seien vom Arbeitgeber ausgehende BGF-Gutscheine, dadurch ließen sich nicht nur die Maßnahmen, sondern auch die Termine flexibler gestalten, ergänzte er.

Personal Trainer für private Übungen

Gesunde und ausgeglichene Mitarbeiter sind zielstrebig. Doch ebenso benötigt der Chef einen Mitarbeiter mit Motivationsschübe. In diesen Fällen können sogenannte Personal Trainer Abhilfe schaffen. Personal Trainer sind Spezialisten im Bereich Gesundheitsförderung und bringen es, mit Bewegung, Sport und Entspannung eine optimale Fokussierung auf den Bewegungsapparat zu vermitteln. „Ganz egal ob durch ein Ausdauertraining oder eine sanfte Yoga-Stunde am See, die Natur bietet so viele Möglichkeiten, um sich fit zu halten“, sagt Michèle Hertzsch, Gesundheitsmanagerin und Yoga-Fitness-Trainerin aus Leipzig. Im Rahmen der steuergünstigen BGF bietet sie jedoch auch Aktive Pausen, Bewegungsspiele und Yoga-Seminare in Firmen, im Büro oder am Arbeitsplatz an. „Eine Übungsrunde dauert etwa 30 Minuten und kann auch am Schreibtisch absolviert werden“, erklärt sie. Dabei werde nicht nur auf Atemtechniken und Dehnungsübungen eingegangen, sondern auch die Arbeitsplatzsituation untersucht.

Mit dem konsequent angewandten Wissen um Anatomie und Physiologie lassen sich prekäre Arbeitssituationen durchaus reduzieren und Konzentration und Produktivität – auch in Webereien oder Galanzwerken – ganz unproblematisch steigern. AH ■