

Gesundheitsförderung durch Unternehmen

Berlin 27.09.19

„In unserer leistungsbezogenen Gesellschaft haben wir es verlernt, regelmäßige Pausen einzulegen. Dies ist aber fatal, denn nur durch gut geplante Pausen können wir unsere Energiespeicher wieder auffüllen und regeneriert, aufmerksam, geduldig und leistungsfähig in den Tag starten.“, Ingo Froböse – Leiter des Zentrums für Gesundheit durch Sport und Bewegung (ZfG).

Zufriedenes Personal: die Erfolgsressource

Das wertvollste an einem Unternehmen sind die Beschäftigten. In Zeiten von Fachkräftemangel, alternder Bevölkerung und sich wandelnden Arbeitsbedingungen ist zufriedenes Personal eine unverzichtbare Ressource. Damit ein Unternehmen erfolgreich ist, braucht es gesundes, leistungsfähiges und motiviertes Personal.

Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)

Die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) ist ein Bestandteil des gesetzlich vorgeschriebenen betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM). BGF umfasst Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheit und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz. BGF beschreibt einen präventiven Ressourcenansatz. Krankheitsprävention fokussiert die Minimierung von Risikofaktoren und die Gesundheitsförderung möchte Schutzfaktoren stärken.

BGF Pflicht für Krankenkassen

Gesundheitsschutz bei der Arbeit ist gesetzlich verankert, Gesundheitsförderung ist eine freiwillige Leistung von Unternehmen. Für die Krankenkassen ist die Erbringung von Leistungen der betrieblichen Gesundheitsförderung jedoch verpflichtend geregelt (§ 20a SGB V). Gemäß § 65a Absatz 2 SGB V kann die Krankenkasse in ihrer Satzung vorsehen, dass bei Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung sowohl der Arbeitgeber als auch die teilnehmenden Versicherten einen Bonus erhalten.

Steuerfreie Gesundheitsfördernde Kurse

Was viele Unternehmen nicht wissen: Seit 2009 können Unternehmen pro MitarbeiterIn und Kalenderjahr 500 Euro Sozialabgaben steuerfrei für gesundheitsfördernde Kurse bzw. Maßnahmen ausgeben. „Oft haben Unternehmen zu wenig Ressourcen, um gesundheitsrelevante Präventionsmaßnahmen eigenständig durchzuführen, sodass sie mit ExpertInnen aus Arbeitsmedizin und präventiven Gesundheitsangeboten kooperieren.“, Susanne Schneider – Workshop-Leiterin der GOYA corporate. „Wir haben eine Formel entwickelt, die alle essentiellen präventiven Gesundheitsthemen abdeckt: Bewegung, Entspannung, gesunde Ernährung und Stressbewältigung. Nur ein ganzheitlicher Ansatz kann Mitarbeiter und Unternehmen nachhaltig stärken.“

Herunterfahren statt nur Standby

Der berufstätige Mensch verbringt einen beachtlichen Anteil seiner Lebenszeit bei der Arbeit und alle ArbeitgeberInnen stehen in der gesellschaftlichen Verantwortung Gesundheitsförderung anzubieten. Die Arbeitsrealität in der modernen Welt ist durch sitzende Tätigkeiten, Bildschirmarbeit, ein hohes Arbeitstempo und sich schnell wandelnden Bedingungen geprägt. Das Einlegen von Auszeiten und Regeneration ist essentiell, um ein psychophysisches Gleichgewicht zu bewahren. Der analoge Mensch muss sich gerade in Zeiten von Digitalisierung ganz bewusst und regelmäßig genügend Zeit zum Energieaufladen nehmen. Nicht nur auf Standby, sondern richtig herunterfahren und ausschalten.