
Gesunde Mitarbeiter für den SaarForst

BGM-Kooperation von IKK Südwest und SaarForst wird verlängert

Der Landesbetrieb SaarForst und die IKK Südwest arbeiten schon seit vier Jahren erfolgreich im betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) zusammen. Rund 190 Mitarbeiter profitieren von mehr Bewegung und gesünderem Arbeiten. Die Kooperation wird nun für drei Jahre verlängert. IKK Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth und Umweltminister Reinhold Jost unterzeichneten heute den Kooperationsvertrag.

„Wir freuen uns, dass der Landesbetrieb SaarForst in der IKK Südwest auch weiter einen kompetenten Partner in der Gesunderhaltung seiner Mitarbeiter*innen sieht. Gerade in der Krise ist es wichtig, dass Arbeitgeber etwas für die Gesundheit ihrer Belegschaft tun. Die Arbeit im Wald ist körperlich anstrengend, da können unsere Gesundheitsberater*innen mit ihren individuell angepassten Angeboten optimal unterstützen“, sagt IKK Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth.

„Die Sicherheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter steht für uns an oberster Stelle“, so der auch für den Arbeitsschutz zuständige Minister Reinhold Jost. „Doch gerade bei körperlich belastenden und gefahrenträchtigen Arbeiten im Wald, ist Fitness und Beweglichkeit ganz wichtig. Das betriebliche Gesundheitsmanagement ist damit nicht nur ein Ausgleich für den Büroalltag, sondern vor allem eine ergänzende und gezielte Maßnahme, die den Kolleginnen und Kollegen vom SaarForst direkt für ihre Arbeit zu Gute kommt. Ich freue mich, dass wir die bereits in verschiedenen Bereichen erprobte Zusammenarbeit mit der IKK Südwest als Partner bei diesem Projekt weiter fortführen.“

Das BGM wird gemeinsam mit dem sportwissenschaftlichen Institut der Universität des Saarlandes durchgeführt. Die Projektverantwortliche Dr. Andrea Dincher hat ein Kräftigungs- und Dehnungsprogramm entwickelt, das speziell auf die Bedürfnisse der Mitarbeiter*innen des SaarForst zugeschnitten ist. Egal ob Bildschirmarbeit, langes Sitzen oder Baumfällarbeiten – all das wirkt sich auf den Körper aus. Die Folge sind beispielsweise verkürzte und abgeschwächte Muskeln in Brust und Rücken. Aber

Ansprechpartner: Mathias Gessner
Pressesprecher Saarland
Tel.: 06 81/9 36 96-3038
Fax: 06 81/9 36 96-3015
E-Mail: mathias.gessner@ikk-sw.de

auch eine eingeschränkte Gelenkbeweglichkeit, die zu Schmerzen in Rücken, Hüfte und Kniegelenk führt. Alldem soll entgegengewirkt werden – für ein nachhaltig gesundes Arbeiten.

Mehr Bewegung im Arbeitsalltag

Bevor die Mitarbeiter*innen mit dem Training beginnen, wird ein Motorik-Test gemacht. Nach einem Jahr wird dann überprüft, welche Fortschritte sichtbar sind. Außerdem werden der Gesundheitszustand und das Wohlbefinden jedes Einzelnen abgefragt. So zeigen sich auch kleine Erfolge.

In der Mittagspause geht es dann ans Trainieren. Zweimal in der Woche kommen Studierende vom sportwissenschaftlichen Institut. Sie machen mit der Belegschaft ein 30-minütiges Dehn- und Kräftigungstraining. Die Übungen werden direkt am Arbeitsplatz ausgeführt. Da wird auch mal ein Baum oder ein Schreibtisch zur Liegestütz-Hilfe. Dadurch brauchen die Mitarbeiter*innen keine zusätzlichen Materialien oder Geräte. Und sie lernen, wie sie nachhaltig Bewegung in ihren Arbeitsalltag integrieren können.

Der SaarForst Landesbetrieb

Der SaarForst Landesbetrieb ist ein nachgeordnetes Landesamt des Ministeriums für Umwelt und Verbraucherschutz im Saarland. Er hat die Aufgabe, den Wald im Eigentum des Saarlandes ökonomisch, bürgernah und ökologisch nachhaltig zu bewirtschaften. Der Landesbetrieb beschäftigt derzeit rund 190 Mitarbeiter, davon 40 Büroangestellte und 150 Forstmitarbeiter.

Die IKK Südwest

Aktuell betreut die IKK mehr als 640.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Zahlreiche Gesundheitsberaterinnen und -berater in den Regionen unterstützen mit ihrer Expertise Betriebe beim Aufbau eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements – vom kleinen Handwerksbetrieb bis zum mittelständischen Unternehmen nach dem Prinzip „Analyse-Beratung-Coaching“. Mehr Infos zum BGM unter bgm.ikk-suedwest.de.