



## **Altenhilfekongress des DiCV Münster 2023**

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement**

- Eine Ideenschmiede -

Referent: Torsten Rosenstengel

# Betriebliches Gesundheitsmanagement

Definition: „Ein umfassendes betriebliches Gesundheitsmanagement beinhaltet die bewusste Steuerung und Integration aller betrieblichen Prozesse mit dem Ziel, die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu fördern und zu erhalten.“

[Bundesministerium für Gesundheit](#)

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de> › B...

Was ist BGM – kurz erklärt

„BGM verfolgt daher das Ziel , betriebliche Rahmenbedingungen, Strukturen und Prozesse so zu entwickeln, dass Arbeit und Organisation gesundheitsförderlich gestaltet werden können“ *Techniker Krankenkasse 23.03.23*

<https://www.tk.de/firmenkunden/service/gesund-arbeiten/betriebliche-gesundheitsfoerderung/betriebliches-gesundheitsmanagement/was-ist-bgm-2077348?tkcm=ab>

## Zielsetzung Betriebliches Gesundheitsmanagement

Geschäftsführung:

- Reduzierung von Krankheitstagen
- Mehr Produktivität
- Besseres Arbeitsklima
- Stellenabbau?
- Skills um Fachkräfte anzulocken
- Möglichkeit Hierarchien aufzubrechen
- Mitarbeiter am Prozess beteiligen
- Über das BGM ein fortlaufendes Change - Management etablieren

Betriebsrat

- Bessere Gesundheitsvorsorge der Mitarbeiter durch das Unternehmen
- Fürsorgepflicht des Arbeitgebers in den Vordergrund stellen

Mitarbeiter

- Verbesserte Arbeitsbedingungen
- Gesundheitsangebote durch den Arbeitgeber
- Besseres Betriebsklima

# Gesundheit

Definition: „Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“

*WHO 1946*

## Betriebliches Gesundheitsmanagement

Die Komplexität, die sich aus den Definitionen ergibt macht es vor allem für kleinere Unternehmen oder Einrichtungen sehr schwer, ein betriebliches Gesundheitsmanagement aufzubauen.

Für die Erarbeitungsphase im Workshop stand also die Fragestellung im Vordergrund, ob kleinere Einrichtungen oder Träger für kleinere Einrichtungen alles geforderte einlösen müssen.

Vielleicht ergeben sich aus der Vielfältigkeit der geforderten Aspekte ja auch Chancen.

„Hab keine Angst vor der Perfektion – Du wirst sie nie erreichen.“

*Salvador Dali*

## Organisationsformen BGM

### Top – Down

- Führungsetage erstellt ein Konzept

### Ausgelagert

- Externe Berater (Unternehmensberater, Physio, etc.)
- Abteilung/ AG BGM (Koordination Medizinischer Dienst, Betriebssport, Gesundheitsmaßnahmen)

### Bottom – Up

- Mitarbeiter organisieren sich selbst (Betriebsrat, Abstimmung mit der Geschäftsführung)

## Verschiedene Modelle BGM

- Hauseigenes Fitnessstudio mit Trainern inclusive Gesundheitskursen (z.B. Brillux)
- Abteilung zur Koordinierung des BGM zwischen Betriebsärztlichen Dienst, Betriebssport und externer Physiotherapiepraxis (BASF)
- AG BGM mit verschiedenen, auch wechselnden Angeboten, wie Mitarbeitermassage, Pilateskurse, Nordic walking Gruppen, Aktive Pause (online Kurs) (DiCV)

# Beispiele, wie BGM organisiert werden kann

## Hansefit

- Verschiedene Mitgliedschaftsmodelle

BASIC: 4 Checkins pro Monat

PRO: Alle Fitnessstudios + Schwimmbäder unlimitiert

BEST: Alle Sport und Gesundheitseinrichtungen unlimitiert

- Kosten
- Der Arbeitgeber muss Mitglied sein
- Individuelles Angebot (8,50 € - 25,- €) für den Mitarbeiter
- 6000 + Partner
- 50 + Sportarten

Schwimmbäder, Fitnessstudios, Tanzstudios, Kampfsportschulen, Kletterhallen, etc.

(Die Preisstruktur ist im Netz nicht transparent beschrieben, die Angaben beruhen aus einer Recherche von Sekundärquellen, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit hat. Hansefit hat sich auf eine Anfrage nicht zurück gemeldet.)

<https://hansefit.de/>

## Cyberprävention

Teil von CyberFitness

- Onlinekurse
- Anerkannte Gesundheitskurse §20 SGB V
- Kursgebühr wird von fast allen Krankenkassen bis zu 100% übernommen
- Kurse, wie Yoga, Pilates, Kraft und Ausdauer, Abnehmkurse, Diabetes-Prävention, etc.
- CyberFitness richtet bei größeren Arbeitgebern Räume mit der entsprechenden Technik aus

Rückenstabi-Kurse, speziell für Pflegeberufe wird nach unserem Gespräch wieder in das CyberFitness Programm aufgenommen

## Cyberfitness

- Onlinekurse
- Über 700 Kurse
- Bauch Beine Po, Jumping, Rowing, Pump, Cycling, HIIT, Core, etc.

Mitgliedschaft:

- Basic Starter 1,99 € mtl., mehr als 500 Kurse

- Premium Sparfuchs Jahresabo (7,50 € mtl)
- Mehr als 500 Kurse, eigenes Profil, Kurshistorie, Kalorienzähler, Premium- und Gerätekurse, Freunde einladen für gemeinsames Training
- Buchung eines CyberPräventionskurses berechtigt zu 6 Monaten Zugang zu CyberFitness

<https://www.cyberpraevention.de/>

<https://www.cyberfitness.de/>

### Kooperation mit anderen Firmen

- Organisation könnte über einen kommerziellen Sportanbieter erfolgen
- Selbstorganisation
- Räumlichkeiten, Kursauswahl, Qualifizierte Trainer, Masseur, etc. müssen organisiert werden

### Ein Beispiel aus der Praxis

- Mehrere Firmen in räumlicher Nachbarschaft
- Kursraum mit einem EGYM – Zirkel und einem
- five – Mobility - Zirkel
- Fahrradergometer, Crosstrainer, Matten, Kurzhantelsatz, 8 TRX – Schlingentrainer, Faszienrollen, etc.
- Organisation und Abrechnung über einen gemeinnützigen Verein
- Regelmäßiges Kursprogramm 1 – 2 Kurse pro Werktag
- Einweisung der Mitarbeiter in das gerätgestützte Training

Erklärung:

Bei den Firmen, deren BGM ich kurz skizziert habe und die auch benannt sind, handelt es sich um Konzepte, die ich kennen lernen durfte und im Vortrag leicht beschreiben konnte.

Das gleiche gilt für das zuletzt beschriebene Konzept mit der Kooperation verschiedener Firmen in räumlicher Nähe.

Neben der Hansefit gibt es noch weitere Anbieter, die in Kooperation mit Gesundheits- und Sportanbietern zusammenarbeiten. Die Wahl fiel auf Hansefit, da ich mit einer Firma zusammenarbeite, die diese Kooperation eingegangen ist und die Mitarbeiter sehr positiv davon berichten.

Cyberfitness und Cyberprävention sind Konzepte aus der Region, deren Entwicklung ich seit langem verfolgt habe und deren Konzepte mir schlüssig erscheinen. Auch hier gibt es weitere Anbieter mit ähnlichen Konzepten.

Es besteht keine Kooperation zwischen mir oder effective line und den genannten Firmen und es gibt auch keine Zahlungen für eine eventuelle Werbung.