


BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

# Gesunde Mitarbeiter gesunde Unternehmen



# iter – hmen

A group of four women are participating in a fitness class. They are standing in a line, holding long wooden sticks vertically with both hands raised above their heads. They are wearing dark blue or black athletic tops. In the foreground, several large exercise balls (red, blue, and silver) are stacked on black bases. The room has large windows on the right side, showing greenery outside. A potted plant is visible near the windows.

Eigentlich ist es ganz einfach: Geht es allen Beschäftigten gut, profitiert auch das Unternehmen davon. Körperlich und geistig gesunde Mitarbeiter, die zudem motiviert bei der Sache sind, erzielen logischerweise bessere Ergebnisse. Gerade in Zeiten des Fachkräftemangels wollen Arbeitgeber ihre Mitarbeiter langfristig halten, auch vom Know-how der älteren Beschäftigten möchten sie lange profitieren.

Der AOK-Gesundheitsbericht 2012 für Westfalen-Lippe zeigt: Präventionsangebote sind dringend erforderlich. Muskel- und Skeletterkrankungen verursachen unverändert die meisten Fehlzeiten in der Region: Mit 25 Prozent liegt ihr Anteil an der gesamten Fehlzeit mit großem Abstand an erster Stelle. Es sind vor allem Rückenbeschwerden, die vielen Arbeitnehmern zu schaffen machen. 9,5 Prozent der Fehlzeiten sind auf psychische Erkrankungen zurückzuführen. Der WIRTSCHAFTSREPORT stellt Unternehmen aus der Region vor, die sich in besonderer Weise die Gesundheit ihrer Mitarbeiter auf die Fahnen geschrieben haben – und gibt Tipps, wie Firmen die Belastung der Beschäftigten optimieren und deren persönliche Ressourcen stärken können.

Es gibt einen Tag in der Arbeitswoche von Eks Engel in Hillmicke, von dem die Kunden wissen: Die Mitarbeiter treibt heute noch etwas ganz anderes an als Lichtwellenleiter-Technik. Denn immer wieder montags lässt sich im Wendener Ortsteil ein besonderes Phänomen beobachten: eine kleine, motivierte Menschengruppe zieht es bergauf, bergab durch das Dorf, Stöcke schwingend trotzdem sie in ihren blauen und grauen Regenjacken auch dem ungemütlichsten Schmuddelwetter. „Ich weiß gar nicht mehr, ob sich die Leute hier im Dorf am Anfang über uns lustig gemacht haben“, erzählt Julia Nicklas schmunzelnd. Sie ist bei der Eks Engel GmbH & Co. KG zuständig für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit – und nutzt das Angebot des Unternehmens, sich gemeinsam mit Kollegen

während der Arbeitszeit via Nordic Walking durch das Dorf zu bewegen.

Schon beim Vorstellungsgespräch stellt Geschäftsführer Ralph Engel den Bewerbern die alles entscheidende Frage: Pilates oder Nordic Walking? Jeder der insgesamt 33 Mitarbeiter in Produktion und Verwaltung hat die Möglichkeit, montags eine halbe

Stunde lang die aktive Mittagspause zu nutzen. Die meisten von ihnen nehmen das Angebot gerne an: Jeweils etwa zwölf Personen sind in den bei-

## Mitarbeiter walken durch das Dorf

den Sportgruppen dabei. Wer nicht mitmachen will, der arbeitet einfach weiter. Für die Walking-Stöcke, die alle auf die Körpergröße der Mitarbeiter abgestimmt sind, hat der Chef selbst in die Tasche gegriffen: Zwischen 30 und 35 Euro kostet das Equipment pro Paar, rund 500 Euro hat Ralph Engel in die Gesundheit seiner Mitarbeiter inves-



tiert. Für die Pilates-Abteilung waren keine Anschaffungen notwendig, die Angestellten lagern ihre eigenen Isomatten und Kissen in dem Trainingsraum neben dem Verwaltungsbüro. Der Boden dort ist mit Teppich ausgelegt, immer zu zweit nebeneinander üben sich überwiegend die Damen aus der Produktion im Ganzkörpertraining auf der Matte. Während sich die Walker schon beim Mittagessen von ihrem beschwingten Spaziergang erholen können, legen die Pilates-Fans los – so kann Physiotherapeutin Dorothee Huperz erst die eine, dann die andere Gruppe betreuen. Die Zusammenarbeit mit einer Physiotherapiepraxis aus Niederfischbach hat Susanne Engel hergestellt, die ebenfalls Marketing-

Aufgaben im Unternehmen übernimmt. 2008 begann alles mit einem Tag der Arbeitsergonomie. „Anfangs war die Skepsis groß“, erinnert sich Julia Nicklas. Aber gerade für die vielen „Schreibtischtäter“ hatten die Therapeutinnen richtig gute Tipps.

Dazu gehörten zum Beispiel Lockerungsübungen für Nackenverspannungen, aber auch Hinweise, wie die Mitarbeiter solche Beschwerden von vornherein vermeiden können. So sollten Telefonhörer auf keinen Fall zwischen Ohr und Schulter geklemmt werden, damit die Hals- und Nackenpartien nicht überdehnt werden.

Schwenkarme, auf denen die Apparate sitzen, erlauben es den Mitarbeitern nun, beim Telefonieren auch einmal aufzustehen. „Es soll bald eine ganz neue Telefonanlage geben, und fast alle werden auf Wunsch Headsets bekommen“, erzählt die PR-Expertin. Sogenannte Dokumentenhalter, also angeschrägte Schreibunterlagen, die zwischen Bildschirm und Tastatur stehen, verhindern, dass sich die Angestellten beim Telefonieren verbiegen müssen, wenn sie sich Notizen machen. Um eine ideale Beratung leisten zu können, haben die Physiotherapeutinnen zunächst ein wenig Mäuschen gespielt am Arbeitsplatz ihrer Kunden. „Natürlich fühlt man sich da

ein bisschen beobachtet“, gibt Julia Nicklas zu. Aber das und gezielte Gespräche mit den Mitarbeitern über ihre Beschwerden konnten schon den ein oder anderen steifen Nacken verhindern. Zur ergonomischen Beratung gehörte außerdem die individuelle Höheneinstellung von Tischen und Stühlen – seitdem hat eigentlich jeder bei Eks Engel sein eigenes Sitzmöbel. Wird doch mal etwas verstellt, lässt sich die richtige Höhe jederzeit vom persönlichen Ergonomiepass ablesen. Ein kleiner Umbau war

erforderlich, als es um das Thema Lichteinfall ging. Heute stehen alle Schreibtische seitlich zum Fenster, um das Licht optimal nutzen zu können, und

spezielle Lampen leuchten je nach Tageszeit und Lichteinfall mal mehr, mal weniger intensiv. In der neuen Produktionshalle, die 2011 in Betrieb genommen wurde, sorgen lichtdurchlässige Plissees an den Fenstern für genügend Helligkeit, ohne dass die Mitarbeiter geblendet werden.

Mit dem gemeinsamen Sportprogramm bildet das Hillmicker Unternehmen sicherlich noch immer eine große Ausnahme in weitem Umkreis. Dabei hat das Angebot so viele Vorteile – körperliche Fitness spielt dabei noch nicht einmal die Hauptrolle. „Es ist nicht so, dass da jemand von abnimmt,

## Unternehmer bildet eine große Ausnahme



Schon beim Vorstellungsgespräch stellt Geschäftsführer Ralph Engel den Bewerbern die alles entscheidende Frage: Pilates oder Nordic Walking? Jeder der insgesamt 33 Mitarbeiter in Produktion und Verwaltung hat die Möglichkeit, montags eine halbe Stunde lang die aktive Mittagspause zu nutzen.

### Die richtige Ernährung

## Gesundes Essen und Trinken für Berufstätige

Viel Kaffee, keine Zeit für Zwischenmahlzeiten, Schnitzel und Bockwurstchen in der Kantine und abends den Heißhunger schnell mit einer Tiefkühl-Pizza stillen: Dass es auch anders geht, zeigt AOK-Ernährungsberaterin Janine Huber. „Über den Tag verteilt ist es günstiger, fünf statt drei Mahlzeiten einzuplanen. Diese belasten weniger als drei große, versorgen den Körper gleichmäßig mit Energie und wichtigen Nährstoffen, Leistungsabfall und Müdigkeit werden verringert und die Konzentration sowie Aufmerksamkeit werden gesteigert“, so die Fachfrau. Der Körper nutzt die Nährstoffe und Energie richtig und dem Heißhunger wird vorgebeugt. Am besten ist es, den Tag mit einem gesunden Frühstück zu starten und dazu

mittags (in der Kantine) oder abends eine warme, aber leichte Mahlzeit, bestehend aus viel Gemüse oder Salat, fettarmen Fleisch und Beilagen zu genießen. „Vorschläge für die kleine Pause zwischendurch sind zum Beispiel Obst aller Art, Vollkornbrot mit Frischkäse, Gurkenscheiben oder Salat. Auch Buttermilch, Quark mit Apfel-, Birnen- oder Kiwistücken sowie Gemüsestreifen mit Quark-Dip sind leckere Snacks.“ Darüber hinaus ist es wichtig, ausreichend zu trinken. 1,5 bis zwei Liter kalorienarme Getränke wie Wasser, ungesüßte Tees sowie selbst gemixte Saftschorlen sind gute Durstlöcher. Und: Die AOK Nordwest bietet regelmäßig Kurse zum Thema „Gesunde Ernährung für Berufstätige“ an. Alle Infos gibt es unter [www.aok.de/nw](http://www.aok.de/nw).

wenn er einmal in der Woche eine halbe Stunde Pilates macht. Aber das Ganze hat bestimmt bei dem ein oder anderen zum Umdenken geführt", ist sich die Marketing-Fachfrau sicher. Man erwische sich heute eher dabei, wie man in alte Gewohnheiten und Muster verfallt und könne das leichter korrigieren. Mit der Physiotherapeutin, die einmal in der Woche vorbeikommt, ist immer

ein fester Ansprechpartner vor Ort, der bei Beschwerden Tipps geben kann. „Es geht vor allem darum, raus zu kommen an die frische Luft, eine kurze Auszeit von der Arbeit zu bekommen. Danach ist der Kopf freier für neue Aufgaben.“ Und der Teamgeist werde enorm gestärkt – vom Azubi bis zum Chef machen nämlich alle mit. „Gerade für die Auszubildenden ist das toll. Die wechseln ja öfter die Abteilung, bleiben aber so mit allen in Kontakt.

Und am Anfang ist es leichter, über eine gemeinsame Unternehmung ins Gespräch zu kommen.“ Noch macht das Unternehmen

nicht gezielt Werbung mit seinem Zusatzangebot für die Angestellten. Aber laut Julia Nicklas ist es durchaus denkbar, das Ganze zum Beispiel bei Stellenanzeigen mit einfließen zu lassen. „Hier in der Region muss man schon dafür kämpfen, dass die Leute hier bleiben. Mit unserem Gesundheitsmanagement unterscheiden wir uns von anderen Unternehmen – wieso sollten wir damit also keine Werbung machen?“

Das Hillmicker Unternehmen kann sich über ein schnelles Wachstum freuen. Allerdings brachte das in den vergangenen Jahren auch neue Herausforderungen mit sich. Geschäftsführer Ralph Engel musste Verantwortung an seine Abteilungsleiter weitergeben – und die freuten sich über

Orientierungshilfen für ihre neuen Aufgaben. Führungseminare boten Lösungsansätze für alltägliche Konfliktsituationen: Was tun mit zwei Azubis, die so gar nicht miteinander auskommen? Wie führt man Mitarbeitergespräche effektiv, ohne vom Hölzchen aufs Stöckchen zu kommen?

„Wir mussten etwas tun“, erinnert sich Personalmanagerin Nicole Trettner an die 90er-Jahre zurück, als in einigen Fertigungsgruppen besorgniserregende Krankenstände von neun bis zehn Prozent auftraten.



„Diese Methoden müssen wir auch erstmal lernen. Aber wenn alle wissen, was ihre Aufgabe ist und wie sie die am besten erfüllen können, läuft es rund – und alle fühlen sich wohler.“

Mitarbeiter unterschiedlicher Abteilungen schwitzen Seite an Seite: das hat auch über die aktive Mittagspause hinaus zu mehr Zusammenhalt geführt. „Wir gehen eigentlich morgens immer in der Produktion vorbei und sagen eben Hallo“, erzählt Julia Nicklas. Teamgeist haben die Eksler auch schon beim Martinus-Cup in Olpe bewiesen: Bei der Regatta saßen alle im selben Boot und haben gerudert, was das Zeug hielt – angefeuert von den Kollegen an Land. „Da waren fast alle dabei“, erinnert sich Julia Nick-

las. Auf einen Termin freuen sich die Mitarbeiter aber immer besonders: auf den Betriebsausflug im September. Stimmung, ein bisschen wie auf Klassenfahrt, kommt dann auf – und Spannung. Denn der Chef verrät meistens bis zur letzten Minute nicht, was er mit seinen Angestellten anstellen will. „Meine Lieblingsveranstaltung war ein Kochevent in Düsseldorf“, schwärmt die Marketing-Expertin. In einer Kochschule entstand gemeinsam ein Vier-Gänge-Menü, die Gruppen waren wild gemischt und jeweils für einen Gang verantwortlich. „Da hat jeder jeden bedient, das war schön.“

Gemeinsam gekocht haben einige Mitarbeiter der Hering Bau GmbH & Co. KG auch schon. So ein kleiner gastronomischer Ex-

kurs stellt für die Beschäftigten des Burbacher Unternehmens nur einen minimalen Teil der umfassenden Maßnahmen dar, die die Geschäftsführung in puncto „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ in den vergangenen Jahren ausgearbeitet hat. „Wir mussten etwas tun“, erinnert sich Personalmanagerin Nicole Trettner an die 90er-Jahre zurück, als in einigen Fertigungsgruppen besorgniserregende Krankenstände von neun bis zehn Prozent auftraten. Körperliche Arbeit auch bei schlechten Wetterbedingungen, Stress und Termindruck – eine Mischung, wie sie für die Baubranche noch immer nicht untypisch ist, sorgte für überdurchschnittlich hohe Fehlzeiten. Erste Maßnahmen bestanden in Rückenkursen, kurze Zeit später



„Burn-out“ ist in aller Munde. Dr. Ulrich Wahl, Arzt für Allgemein- und Sportmedizin in Siegen, kennt sich bestens aus.

## Dr. Ulrich Wahl: „Burn-out ist in aller Munde“

Die Zahl der psychischen Erkrankungen nimmt immer weiter zu. Vor allem der Begriff „Burn-out“ ist in aller Munde. Dr. Ulrich Wahl, Arzt für Allgemein- und Sportmedizin, beantwortet Fragen des WIRTSCHAFTSREPORTS zu diesem Thema.

### Was sind Warnsignale des Körpers, erste Anzeichen für einen Burn-out?

Schnelle Ermüdbarkeit, Schlafstörungen, Grübelzwang, Interessenverlust und unspezifische körperliche Beschwerden.

### Wie kann man sich vor einem Burn-out schützen? Und was können Arbeitgeber für ihre Mitarbeiter tun?

Empfehlungen zur Überwindung des Zustandes sind äußerst unterschiedlich. Das Konzept der Selbststeuerung, Stärkung der Fähigkeit zum Selbstmanagement und der Willenskraft (Literatur: Howard Gardner) hat positive Auswirkungen auf die Überwindung des Burn-out-Syndroms. Im beruflichen Umfeld existieren Vorschriften des Arbeitsschutzes, wonach der Arbeitgeber Sorge trägt, dass die mit dem Arbeitsplatz verbundene Belastung keine gesundheitlichen Schäden für den Arbeitnehmer nach sich zieht. Es sollte geklärt werden, ob und in welcher Form Arbeitnehmer an gestalterischen, produktiven, wertschöpfenden Abläufen beteiligt werden können. Darüber hinaus sollten sich Arbeitgeber darüber Gedanken machen, ob sich neben den Arbeitsabläufen Freiräume (Supervision, bewegungsorientierte Programme oder Ähnliches) schaffen lassen, die zur ganzheitlichen Stabilisierung der Personen beitragen.

### Was genau ist eigentlich ein Burn-out?

Burn-out meint eine psychophysische und emotionale Erschöpfung, die in fortgeschrittenen Stadien Leistungen jeglicher Art unmöglich macht. Es entsteht ein Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und Ressourcen. Es kommt zum „übermäßigen Verpflichtetsein“ und zur „Aufopferung“. Die Folge: Schlafstörungen, zahlreiche körperliche und psychische Beschwerden und Verlust der Lebensqualität.

### Gibt es Zahlen zum Auftreten von Burn-out, etwa im Vergleich zu vor zehn oder 15 Jahren?

Valide Zahlen gibt es meiner Meinung nach nicht. Man nimmt an, dass im Beruf unter anderem Medialisierung und Distanziertheit, Entpersonifizierung (heutige Gestaltung der Arbeitsabläufe und Anforderungen) und fehlende individuelle verhaltenspräventive Maßnahmen Burn-out begünstigen.

kam die Zusammenarbeit mit einem örtlichen Fitnessstudio hinzu. Als der Betreiber das Studio nicht mehr weiterführte, entschloss sich die Geschäftsleitung dazu, selbst ein kleines Gesundheitszentrum auf dem betriebseigenen Gelände zu eröffnen. Damit es sich wirtschaftlich rentiert, sind dort nicht nur die Hering-Mitarbeiter zugelassen – auch Beschäftigte anderer Firmen und Privatleute aus der Umgebung trainieren in dem Studio. Zusammen mit dem Umbau und der Erstausrüstung hat das Unternehmen rund 300.000 Euro investiert. Die Räumlichkeiten stellt also Hering Bau – die Trainer kommen aus dem Fitnessstudio T1 in Siegen-Geisweid. Verletzt sich jemand

## Gemeinsames Kochen für den Teamgeist

beim Training, kommt die Haftpflichtversicherung des Betreibers zum Einsatz. Neben der Gerätenutzung werden auch Kurse vom Spinning über das Hanteltraining bis hin zu Entspannungsübungen angeboten. Etwa 50 von knapp unter 300 Hering-Mitarbeitern am Standort Burbach nutzen das Angebot. Sie zahlen nur die Hälfte des Mitgliedsbeitrags – die andere Hälfte übernimmt der Arbeitgeber. Trainiert wird in der Freizeit. Einmalige Aktivitäten wie Bogenschießen oder Beachvolleyball und persönliche Fitness-Checks runden das sportliche Angebot ab. Zudem arbeitet das Bauunternehmen eng mit dem Arbeitsmedizinischen Zentrum Siegerland (AMZ) zusammen.

Gesundheit versteht man bei Hering Bau als ganzheitliches Konzept – und

nimmt damit auch die psychische Gesundheit der Mitarbeiter in den Fokus. Denn die ist immer stärker gefährdet: Die Zahl der Ausfalltage, die durch psychische Erkrankungen verursacht wurden, stiegen laut AOK-Gesundheitsbericht allein zwischen 2010 und 2012 um 23 Prozent an. Und sie dauerten mit durchschnittlich 23,5 Kalendertagen pro Fall mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt der allgemeinen Krankheitsdauer (11,4 Tage) im Jahr 2012. Coaching-Gespräche sollen es den Beschäftigten bei Hering möglich machen, Beruf und Privatleben in Einklang zu bringen oder Konflikte in den einzelnen Abteilungen anzusprechen. Die Reaktionen der Mitarbeiter gibt der Berater dann anonymisiert an die Geschäftsführung weiter. Vor allem Führungskräfte sollen stärker für die Rolle sensibilisiert werden, die sie innerhalb des Unternehmens ausfüllen. „Wenn die Führungskraft ständig unter Strom steht und diesen Druck permanent an alle anderen weitergibt, wenn es keine klaren Anweisungen gibt oder kaum Lob und Anerkennung, dann wirkt sich das natürlich negativ auf die Motivation aus“, erklärt Nicole Trettner. Aber auch die eigene Ge-



sundheit dürfe man in einer Führungsposition nicht vergessen. Ein Fragebogen zur Selbsteinschätzung half der Geschäftsleitung dabei zu beurteilen, wie gefährdet beispielsweise Bereichs-, Vertriebs- oder Bauleiter waren. Verantwortung sollte gerecht verteilt werden und nicht auf den Schultern einiger weniger lasten. Seminare zum Zeit- und Stressmanagement helfen dabei, eigene Grenzen zu erkennen und einzuhalten. Der Arbeitskreis BGM (Betriebliches Gesundheitsmanagement), bestehend aus Mitarbeitern, Betriebsratsmitgliedern und einem Arbeitsmediziner des Arbeitsmedizinischen Zentrums Siegerland, bietet zudem regelmäßig

Vorträge zu Themen der psychischen Gesundheit.

Wenn es Probleme in der Familie gibt, dann leidet ein Mensch nicht nur ganz privat darunter, sondern bringt seine Sorgen und Nöte auch mit an den Arbeitsplatz. Die Hering-Mitarbeiter werden explizit auf das Angebot der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen des Kirchenkreises Siegen hingewiesen. Im Rahmen des BEM (Betriebliches Eingliederungsmanagement) sucht ein Integrationsteam das Gespräch mit Beschäftigten, wenn höhere Fehlzeiten, beispielsweise

durch ein Suchtproblem, auftauchen und vermittelt schnell und unbürokratisch Hilfe durch externe Beratungsstellen.

Partizipative Führungskultur – das bedeutet für die Burbacher Baufirma, „dass wir dauerhaft nur bestehen, wenn sich die Mitarbeiter im Unternehmen wiederfinden“, betont die Personalmanagerin. Nicht jeder wolle die Karriereleiter erklimmen, aber man müsse die Kunst beherrschen, jeden bestmöglich einzusetzen. Dazu gehört es, auch älteren Mitarbeitern noch eine Perspektive zu bieten und von ihrem Erfahrungsschatz zu profitieren – in nicht einmal zehn Jahren wird das Gros der Beschäftigten bei Hering älter als 45 Jahre sein. Der AOK-Gesundheitsbericht 2012 zeigt einen deutlichen Zusammenhang zwischen Krankheitsfällen und Lebensalter: Liegt der Krankenstand bei Arbeitnehmern bis zum 35. Lebensjahr bei rund vier Prozent, steigt er mit zunehmendem Alter kontinuierlich auf 9,4 Prozent bei den Frauen und 10,2 Prozent bei den Männern in der Altersgruppe der 60- bis 64-Jährigen. Weiterbildungen müssen deshalb frühzeitig in die Wege geleitet werden. Eine neue Produktlinie für Betonfertigteile mit höherem maschinellen Anteil bietet denjenigen neue Möglichkeiten, die körperlich nicht mehr hundertprozentig belastbar sind. Sicher: Die Vergütung fällt hier ein wenig niedriger aus als in anderen Fertigungsgruppen. Allerdings sind die meisten froh über diese Chance. Nach Möglichkeit möchte das Bauunternehmen auf keinen Mitarbeiter verzichten.



Dass es sich lohnt, in die Gesundheit der Mitarbeiter zu investieren, davon zeugen die vielen Pokale, die die Schrankwand im Büro von Georg Stiegler senior (Mitte) zieren. Mit im Bild: Georg Stiegler junior (li.) und Christian Stiegler.

## Hintergrundinfos Tipps und Tricks

### Steuerliche Vorteile

Die Förderung der Mitarbeitergesundheit wird seit 2009 unbürokratisch steuerlich unterstützt. Immerhin 500 Euro kann ein Unternehmen pro Mitarbeiter und pro Jahr seitdem lohnsteuerfrei für Maßnahmen der Gesundheitsförderung investieren. Zu den steuerbefreiten Maßnahmen gehören Bewegungsprogramme, Ernährungsangebote, Suchtprävention und Stressbewältigung. Nicht anerkannt wird die Übernahme der Beiträge für Sportvereine, Gesundheitszentren oder Fitnessstudios. Arbeitgeber können aber mit dem Verein oder Studio direkt einen Vertrag abschließen: Beträgt der Brutto-Mitgliedsbeitrag je Arbeitneh-

mer höchstens 45,83 Euro im Monat, ist das ein steuerfreier Sachbezug. Denn der Mitgliedsbeitrag wird nur mit 96 Prozent angesetzt – Sachbezüge bis 44 Euro monatlich sind steuerfrei (44-Euro-Freigrenze für Sachbezüge).

### Zusammenarbeit mit Krankenkassen

Bei geplanten Präventionsmaßnahmen im Betrieb lohnt es sich, die Krankenkassen als Partner zu gewinnen. Sie bieten kostenlose Vorsorgeuntersuchungen, analysieren den Krankenstand im Vergleich zum Rest der Republik und machen Angebote zu gesunder Ernährung, Sport oder ergonomischer Beratung.

Ganz ähnlich sehen das die Spezialisten für Wärme-, Kälte-, Schall- und Brandschutz bei der Georg Stiegler GmbH in Siegen. Dass es sich lohnt, in die Gesundheit der Mitarbeiter zu investieren, davon zeugen die vielen Pokale, die die Schrankwand im Büro von Georg Stiegler senior zieren. Gemeinsam mit seinen Söhnen Georg Stiegler und Christian Stiegler hat er die Geschäftsführung inne. Die Trophäen haben die Mitglieder der Betriebssportgruppe errungen, die der Seniorchef 1979 aus einem gemeinsamen Freizeitvergnügen heraus gründete – und früher auch selbst tatkräftig un-

terstützte. „Das motiviert natürlich, wenn der Chef selbst mitspielt“, bestätigt Fuhrparkleiter Tilo Mischur. Inzwischen leitet Kalla Jung die Betriebssportgruppe, der bereits ebenfalls auf viele Erfolge zurückblicken kann. Fünf bis zehn Fußballturniere bestreiten die aktiven Spieler vom Lehrling bis zum Altgesellen jährlich. Für die Fahrten stellt das Unternehmen den Firmenwagen zur Verfügung. Pro Trikot hat die Geschäftsführung rund 50 Euro investiert, das Angebot wird von den Mitarbeitern gut angenommen und die Mitarbeiter kicken begeistert mit. Dabei kommen Menschen

miteinander in Kontakt, die im normalen Arbeitsalltag kaum Berührungspunkte haben. Trainiert wird nach Feierabend mal hier, mal dort – Absprachen treffen die fußballbegeisterten Männer aber während der Arbeitszeit. Der Sport verbindet die vielen Nationen, die im Unternehmen vertreten sind: Deutsche, Türken, Albaner und Afrikaner stehen gemeinsam auf dem Platz. Ein geringer Krankenstand und die Tatsache, dass Mitarbeiter teilweise schon in der dritten Generation für das Unternehmen tätig sind, sprechen für die Investition in Sport und Fitness. cri

## AMZ

### Partner in Sachen Gesundheit

Das Arbeitsmedizinische Zentrum Siegerland (AMZ) betreut mittlerweile rund 700 Unternehmen und Institutionen im Kreis Siegen-Wittgenstein in den Bereichen Sicherheitstechnik, Arbeitsmedizin und –psychologie. 48.000 Mitarbeiter – vor allem aus der mittelständischen Industrie, aber auch von Banken oder Versicherungen – profitieren vom Angebot des Vereins, der an insgesamt vier Standorten in der Region tätig ist. Der Hauptsitz des AMZ ist in Siegen-Geisweid angesiedelt. Der Bereich Arbeitsmedizin umfasst unter anderem die Beratung des Arbeitgebers sowie der für den Arbeitsschutz verantwortlichen Personen in den Unternehmen, rechtsverbindliche Vorsorgeuntersuchungen und die Unterstützung bei der Umsetzung von Arbeitsschutzmaßnahmen. Das AMZ stellt außerdem Fachkräfte für Arbeitssicherheit, die unter anderem neue Anlagen vor der ersten Inbetriebnahme oder nach Umbauten besichtigen und an Gesprächen

mit Behörden teilnehmen. Die Mitglieder des Zentrums können bei Bedarf auch den psychosozialen Fachdienst nutzen, der psychisch kranke Arbeitnehmer betreut und Betriebe berät, die psychisch Kranke beschäftigen. Führungskräfte und Arbeitskollegen bekommen Tipps, wie sie am besten mit Betroffenen umgehen sollten, es wird gemeinsam beraten, wie passende Arbeitsbedingungen geschaffen werden können, und die Fachärzte informieren über vorhandene Therapieangebote. „Bei Bedarf geben wir natürlich die Kontaktdaten von Experten weiter“, erklärt AMZ-Geschäftsführer Axel Körper. Er ist sich sicher: Das betriebliche Gesundheitsmanagement wird immer wichtiger. „Die Tendenz steigt, immer mehr Unternehmen machen sich Gedanken darüber, was sie über die gesetzlich vorgeschriebenen Maßnahmen hinaus noch tun können“, erklärt er. Ziel des Zentrums sei es vor allem, Prävention zu leisten. Neben den arbeitsmedizinischen Vorsorgeuntersuchungen bietet das AMZ deshalb auch die Beratung direkt am Arbeitsplatz an – dazu gehört auch eine ergonomische Beratung. Eine Arbeitspsychologin hält außerdem Schulungen für Führungskräfte ab. „Wer etwas für die Gesundheit der Mitarbeiter tun möchte, der muss sich ja erst einmal selbst die Methoden aneignen, um die richtigen Voraussetzungen im Betrieb zu schaffen“, so Axel Körper.

Gründe für die Beschäftigung mit dem Thema „Gesundheitsmanagement“ gibt es aus Sicht des Experten viele. Eine ganz wichtige Rolle spielt sicherlich der demografische Wandel. „Die Mehrzahl der Beschäftigten hier in der Region ist zwischen Ende 30 und Mitte 50 Jahre alt. Die Arbeitnehmer werden im Schnitt immer älter – und die Unternehmen haben großes Interesse daran, ihre Mitarbeiter möglichst lang zu halten.“ Gerade erfahrene Mitarbeiter sind enorm wichtig für ein Unternehmen. Und in Zeiten des Fachkräftemangels sollten Firmen mehr denn je die Gesundheit ihrer Arbeitnehmer zur Chefsache erklären. In diesem Zusammenhang stellt sich auch die Frage, wie attraktiv sich ein Unternehmen potenziellen neuen Mitarbeitern präsentiert. „Wenn Firmen bewusst damit werben, dass sie Betriebssport oder sogar ein viele Angebote umfassendes betriebliches Gesundheitsmanagement anbieten, hebt sie das natürlich gegenüber ihren Mitbewerbern ab.“ Allerdings: Wunder darf niemand erwarten, der Prävention und Gesundheit im Unternehmen fördern will. „Betriebliches Gesundheitsmanagement wirkt sich vor allem mittel- bis langfristig auch auf den Krankenstand in einem Unternehmen aus, kurzfristig ist das aber nicht zu erwarten“, räumt Axel Körper ein. Letztlich ist es aber nicht nur der Mitarbeiter als bloßer Leistungsbringer, den es zu halten gilt. „Soziale Verantwortung und innere Überzeugung sind genauso relevante Gründe, sich um die Gesundheit seiner Mitarbeiter zu sorgen“, ist sich der AMZ-Geschäftsführer sicher.



AMZ-Geschäftsführer Axel Körper ist sich sicher: Das betriebliche Gesundheitsmanagement wird immer wichtiger.