

Gesund und fit am Arbeitsplatz

Kleine und mittlere Unternehmen können Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) unbürokratisch und kostengünstig umsetzen. Katharina Rogalla, Physiotherapeutin und Coach, erklärt, worauf es ankommt.

— Vom Betriebsrat bis zur Firmenleitung, von den Krankenkassen bis zu den Berufsgenossenschaften sind sich alle einig: Gesundheitsförderung ist wichtig. Sind guter Wille und Geld vorhanden, leiten Firmen zahlreiche Maßnahmen zur Gesundheitsförderung ein: Rückenschule, Entspannungstraining, mobile Massage, ergonomische Büroeinrichtung, manchmal schon Handy-Apps, die daran erinnern sollen, auch mal Pause zu machen. Experten werden engagiert, Geld wird ausgegeben.

Nicht immer kommt das bei den Mitarbeitern an: Angeboten wird zum Beispiel ein Thai-Massagekurs für Ingenieure, der mangels Interesse nicht stattfindet, oder es wird ein firmeneigener Fitnessraum eingerichtet, der nach Kurzem verwaist. Solche Angebote dienen eher als Aushängeschild und weniger als nachhaltige Gesundheitsförderung aller Mitarbeiter. Die Wirkung solcher Ad-hoc-Methoden verpufft schnell – und das ist schade. Passt das Konzept zur Firma, lässt sich Betriebliche Gesundheitsförderung auch mit kleinem Zeit- und Finanzbudget erfolgreich umsetzen.

Umfang und Dauer: Was gehört dazu?

Gesundheitsförderung im Betrieb reicht von einzelnen Angeboten wie einem Vortrag oder Workshop zur Haltungsschulung oder der individuellen Arbeitsplatzberatung bis hin zu langfristigen, modularen Konzepten. Für jedes Budget gibt es Maßnahmen, die mit kluger Planung großen Nutzen erzielen. Im Anschluss an die Angebote sollte besprochen werden, ob die Erwartungen erfüllt wurden. Ist das der Fall, sollten die Kurse regelmäßig angeboten werden. So bleibt das Erreichte möglichst lange erhalten.



Foto: privat

Welchen Nutzen hat BGF?

Betriebliche Gesundheitsförderung dient der Fürsorge und dem Wohlergehen der Belegschaft. Mitarbeiter fühlen sich wertgeschätzt, wenn die Geschäftsleitung dafür Zeit und Mittel investiert. Das kann die Mitarbeiter motivieren. Wenn alle Angestellten einer Firma zusammen in Bewegung kommen, fördert das nicht nur die körperliche Fitness: Gemeinsame Aktivität außerhalb des Büros stärken die Kommunikation und den Zusammenhalt der Kollegen untereinander. Das trägt zu einem positiven Arbeitsklima bei. —

Tipps für die Praxis

- **Gesundheit ist Chefsache:** Als Unternehmer sollten Sie hinter dem Konzept stehen und nach Möglichkeit selbst daran teilnehmen. Seien Sie ein starkes Vorbild.
- **Mitarbeiter einbeziehen:** Damit Angestellte von BGF profitieren, sollten vorher ihre Wünsche und der Bedarf ermittelt werden.
- **Unterstützung von außen:** Lassen Sie sich vorab von Experten beraten. Fragen Sie auch, welche Angebote Sie mit kleinem Budget umsetzen können.
- **An Firmenkultur anpassen:** Erfolgreiches BGF ist in die Unternehmensphilosophie integriert. Überlegen Sie, welche Angebote zu Ihrer Firma passen.

Katharina Rogalla, Physiotherapeutin und strategischer Coach aus Darmstadt-Eberstadt: www.rogalla-eberstadt.de

Buchverlosung

Was darf wie viel kosten?

Jede Investition muss gut durchdacht sein. Denn es stellt sich immer die Frage: Betriebsausgabe oder Privataufwendung? Eine Antwort darauf gibt das Buch „Geschenke, Bewirtungen, Betriebsveranstaltungen“ aus dem Haufe Verlag. Es bietet Buchhaltern, Unternehmern und Selbstständigen praxisnahe Tipps und erklärt, wie sie Buchungen und Ausgaben korrekt erfassen. Es geht etwa der Frage nach, ob es erlaubt ist, zum Geburtstag des Chefs auch Geschäftspartner einzuladen oder wie teuer Weihnachtsgeschenke für Kunden sein dürfen. Zudem beleuchtet es, was in der Entgeltabrechnung und in Sachen Arbeitsrecht zu berücksichtigen ist, was optimiert werden kann und welche steuerlichen Stolperfallen es gibt. Zahlreiche Praxisbeispiele, Buchungssätze und Hinweise zur Rechtsprechung erleichtern die Umsetzung im Arbeitsalltag – ebenso diverse Formulare und Gesetze, die im Bereich der Arbeitshilfen online für Buchkäufer zum Download bereitstehen.

Der IHK-Report verlost zwei Exemplare unter allen Lesern, die bis zum 30. November eine E-Mail mit dem Stichwort „Betriebsausgabe“ senden an: [E: verlosung@darmstadt.ihk.de](mailto:E:verlosung@darmstadt.ihk.de)



Foto: Haufe

Wilhelm Krudewig: „Geschenke, Bewirtungen, Betriebsveranstaltungen“
224 Seiten, mit Online-Extras, 34,95 Euro,
ISBN: 978-3-648-06326-2
Auch als E-Book verfügbar
www.haufe.de