

## Betriebliches Gesundheitsmanagement:

die Leistungen steuerfrei. Unterm Strich verbessert sich für das Unternehmen das **Betriebsergebnis**, da gesunde Mitarbeiter weniger Ausfallkosten verursachen. Und die Unternehmer setzen durch diese Zusatzleistungen ein deutliches Zeichen, dass sie den Wert der Arbeit anerkennen und sich über die beruflichen Belange der Mitarbeiter hinaus um sie kümmern.“ [www.ergo.de](http://www.ergo.de)

### ■ Sonja Flohberg und Karl-Heinz Missfeldt, adapt Global Group, Ergosquad



Foto: LWS/WIR

**Bewegungsmangel** sowie **einseitige und statische Körperhaltungen** während der Arbeitszeit führen zu körperlichen Beschwerden und im schlimmsten Fall zu Krankheiten. Oft sind aber auch die **falsche Büroeinrichtung** beziehungsweise andere Störfaktoren am Arbeitsplatz Gründe für Beschwerden wie Kopf, Nacken- oder Rückenschmerzen, **brennende oder tränende Augen**, **Verspannungen**, **Verdauungsprobleme** oder ein **allgemein geschwächtes Immunsystem**. **Konzentrationsschwäche**, **geringere Produktivität**, **zunehmende Fehlerhäufigkeit** und **Müdigkeit** sind Folgen dieser Beschwerden, die schließlich zu Krankheiten und Fehlzeiten führen. Das Unternehmen **Ergosquad** ist auf die **Analyse von Arbeitsplätzen** spezialisiert. „Natürlich spielen **fehlerhafte Einstellungen von Bürostuhl, Schreibtisch und PC-Bildschirm** eine Rolle. Wesentliche Faktoren sind aber auch **falsche Beleuchtung, falsches Raumklima**, die **Geräuschkulisse** und generell **psychische Belastungen** wie Leistungsdruck oder Monotonie“, sagt **Sonja Flohberg**. Oftmals hilft die richtige Ausrichtung des Monitors, die richtige Einstellung des Bürostuhl oder des Schreibtisches. Missfeldt: „Die Technik muss sich dem Menschen anpassen, nicht umgekehrt. Für die individuelle Anpassung des Arbeitsplatzes haben sich Hilfsmittel bewährt wie zum Beispiel **Monitorarme, CPU-Halter, Schubladen**, die die **Beinfreiheit** nicht einschränken und vor allem **höhenverstellbare Schreibtische** oder **Stehpulte**. Studien belegen, dass der Mensch in Bewegung **konzentrierter** und damit **leistungsfähiger** ist.“ Vor allem die **Beleuchtung** eines Arbeitsplatzes und die **Raumakustik** seien in den vergangenen Jahren in den Vordergrund gerückt: „**Neuartige Leuchtmittel** sorgen für weiches Licht und sind augenschonender, und um die **Akustik** zu verbessern, gibt es spezielle Wandbehänge, die störende Geräusch ‚schlucken‘.“ Übrigens: **Um ihr Netzwerk mit Partnern aus dem Gesundheitswesen auszubauen**, suchen **Sonja Flohberg und Karl-Heinz Missfeldt** noch **Partner** aus der **Willicher Unternehmensgemeinschaft**. <https://ergosquad.de/> & <https://www.adaptergonomics.com/germany/>

### ■ Thomas und Michael Osterath, Osterath GmbH

Seit sieben Jahren hat die **Osterath GmbH** das Thema **Betriebliches Gesundheitsmanagement** auf dem Schirm. „Die **IKK classic** ist damals auf uns zugekommen und hat **BGM-Maßnahmen** angeboten“, erinnert sich **Thomas Osterath**, gemeinsam mit seinem Bruder **Michael** Geschäftsführer des traditionsreichen Handwerksunternehmens: „Damals sind wir mit dem Programm **‚Handwerk fit‘** eingestiegen. Denn gerade für Handwerker ist der Körper ihr Kapital. Darauf haben wir dann weitere Bausteine und Maßnahmen aufgebaut.“ Zuerst wurden die **25 Mitarbeiter**



gefragt, welche Probleme sie haben; die **IKK classic** stellte dazu anonyme Fragebögen zur Verfügung. **Michael Osterath**: „Oft waren es nur **Kleinigkeiten**, die aber in den Arbeitsprozessen **große Wirkung** zeigten.“ Aus den Befragungsergebnissen wurden **Handlungsfelder** definiert und Themen aufgelegt, um die Mitarbeiter zu informieren. So gibt es zum Beispiel **jährlich wechselnde Gesundheitsthemen**, zu denen **Vorträge oder Workshops** angeboten werden. **Thomas Osterath**: „**BGM** ist seitdem bei uns ein **kontinuierlicher Prozess**, an dem man immer wieder arbeiten muss, weil sich Situationen verändern. Zwar ist das Thema **Chefsache**, aber unsere Mitarbeiter werden immer eingebunden, damit sie merken, dass wir ihre Probleme ernst nehmen und sie sich nicht scheuen müssen, Dinge **offen und ehrlich anzusprechen**.“ Zum **BGM-Katalog** gehören inzwischen **Betriebssportangebote**, ein **wöchentlicher Obstkorb**, **kostenloses Wasser für alle**, **Kollegiales Coaching**, **Informationen zu Präventionsmaßnahmen**, **Home Office-Arbeitsplätze** und **Gesundheitstage**. „Nicht nur das **Bewusstsein für die eigene Gesundheit** wird dadurch gestärkt: Die **jüngeren Leute** verstehen inzwischen, dass sie sich **lange fit halten** müssen, die **älteren lernen**, Beschwerden zu lindern oder ihnen **zuvorkommen**. Außerdem spüren wir auch, dass der **Umgang miteinander verbessert** wurde - und zwar **unabhängig von Hierarchien**.“ Auch die **Umstellung des Unternehmens in Richtung Digitalisierung** soll im Sinne des **BGM** betrieben werden. **Thomas Osterath**: „Die **Digitalisierung** soll bei uns keine **Be-**, sondern im Gegenteil eine **Entlastung** für die Mitarbeiter bedeuten, weil sie **stressfreieres Arbeiten** erlaubt.“ Für seine langjährigen Bemühungen im Bereich **BGM** wurde die **Osterath GmbH** übrigens im vergangenen Jahr mit dem **Corporate Health Award - Sonderpreis gesundes Handwerk** - ausgezeichnet. [www.osterath-gmbh.de](http://www.osterath-gmbh.de)

### ■ Thomas Mathes und Nicola Ehlen, Halle 22

„**Gesunde Mitarbeiter** bedeuten ein **gesundes Unternehmen** - auch in **finanzieller Hinsicht**“, sagt **Thomas Mathes**, **Prokurist** und **BGM-Experte** der **Halle 22**. Mit seiner Kollegin **Nicola Ehlen** informiert er Unternehmen