



Wer zufrieden ist, leistet mehr

An der Akademie Gesundes Leben werden betriebliche GesundheitsmanagerInnen ausgebildet. Worum geht's denn da? Spannende Einsichten in moderne Betriebsführung

Gesundheitsmanagement in Unternehmen: Da denken viele an eine Salatbar in der Kantine und einen Lauftreff am Freitagmittag. Das kann es möglicherweise auch sein. „Ernährung, Bewegung, Entspannung erhalten uns zwar gesund“, so Hubertus Spieler, Unternehmer und Seminarleiter für betriebliches Gesundheitsmanagement an der Akademie Gesundes Leben, „sie machen uns aber nicht gesund.“ Gesund macht vor allem, Sinn in dem zu se-

hen, was man tut. „Anstrengungen im Leben müssen sich lohnen, sonst wird man unzufrieden“, so Hubertus Spieler.

Dazu gehört, im Betrieb die größten Zusammenhänge zu verstehen, die Umsetzung bestimmter Projekte nachvollziehen zu können und auch mit Widerständen klarzukommen, wenn mal was nicht gleich reibungslos funktioniert. „Der Stress darf allerdings nicht zu groß werden“, schränkt der Unternehmer ein, der auch als Coach arbeitet.

Genau daran hapert es in den mei-

sten Arbeitsbereichen. Hohe Anforderungen sind heute ein alltäglicher Begleiter, egal ob es um die Pflegerin im Krankenhaus oder den Heizungsmonteur geht. Unternehmen mit schlechtem Betriebsklima haben einen um 30 Prozent höheren Krankenstand als Unternehmen, in denen Angestellte sich wohlfühlen. Laut Bundespsychotherapeutenkammer sind Depressionen die häufigste Ursache für Frühverrentung. Seit 2007 haben sich Fehltagewegen psychischer Erkrankungen um 97 Prozent erhöht. Da kommt betrieb-

liches Gesundheitsmanagement genau richtig.

In den Kursen von Hubertus Spieler und seinem Koreferenten Christoph Pfaff sitzen UnternehmerInnen und Personalverantwortliche, Gewerbetreibende wie Büroangestellte, die nach der dreiteiligen Weiterbildung auf ihr Unternehmen zugeschnittene Maßnahmen organisieren und durchführen können. Am Ende der Weiterbildung hat jede/r AbsolventIn ein konkretes Konzept zum betrieblichen Gesundheitsmanagement in der Hand. „Jede Firma hat ein anderes Bedürfnis. Bäcker, die in der Nacht ihren Arbeitsbeginn haben, können mit einem munter machenden Frühschwimmen um 7 Uhr nichts anfangen, weil die dann mitten im Arbeitsgeschehen sind. Theaterleute brauchen wiederum individuelle Angebote wie beispielsweise Physiotherapie, weil immer einer vom Team am Arbeitsplatz sein muss“, erklärt Hubertus Spieler. In der Weiterbildung in Oberursel werden Fragen nach der persönlichen Definition von Gesundheit gestellt, werden die Rahmenbedingungen eines Unternehmens, seine Werteorientierung und auch finanzielle und räumliche Möglichkeiten besprochen. Leistungsrechte Bezahlung, gute technische Ausstattung, Weiterentwicklung des Einzelnen im Unternehmen sowie persönliche Anerkennung sind wichtige Inhalte der Fortbildung. Kurz: Es geht um einen ganzheitlichen Blick auf die Arbeit und den Betrieb. Ziel sei, so sagt Hubertus Spieler: „Das Gesundheitsprojekt der Firma soll eine persönliche Herzensangelegenheit sein.“ Das ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für den Erfolg der Maßnahmen. Denn auch hier gilt: Führen durch Vorbild. Und das macht dann zufrieden – den Chef ebenso wie die Mitarbeiter.

„Es ist ein schönes Miteinander“

„Einmal im Jahr machen wir Gesundheitskurse: Rückencheck, gesunde Ernährung oder Stressworkshop für alle 35 Mitarbeiter. Wir sind ein rauchfreier Betrieb, bieten auch Entwöhnungskurse an und zahlen eine Prämie für Mitarbeiter, die das Rauchen aufgeben. Wir wollen motivieren, dass jeder auf sich selbst achtet. Und außerdem machen die Kurse Spaß, weil alle zusammen mal etwas anderes machen und sich in einem anderen Umfeld begegnen.“

Christian Simon, SIMONMETALL, Tann (Rhön)

„Das Laufen wirkt sich auf die Unternehmenskultur aus“

„Vor zehn Jahren fingen die Chefs wieder mit dem Laufen an und einige Mitarbeiter liefen mit. Heute haben wir Profi-Lauftrainer und joggen einmal pro Woche mit 70 bis 80 Leuten. Alle Führungskräfte der familiengeführten Bäckerei mit 1200 Mitarbeitern sind dabei. Es kommen auch Kunden, und jeder kann bei uns mitlaufen – es kostet nichts. Wie wir miteinander umgehen, wird von unserem Sport beeinflusst.“

Daniel Schmidtke, Vertriebsleiter Bäckerei Pappert, Poppenhausen/Hessen



Hubertus Spieler,
Unternehmer und
Seminarleiter an
der Akademie
Gesundes Leben

SEMINARTIPP



BETRIEBLICHE/ GESUNDHEITSMANAGER/IN

10.03. – 13.03.2016 (Di–So)

oder

22.09. – 25.09.2016 (Do–So)

Betriebliche GesundheitsmanagerInnen etablieren effektive Gesundheitsförderung in Unternehmen. Schlüssel zum Erfolg ist der ganzheitliche Blick auf Arbeit und Gesundheit.

Mehr Informationen unter
www.akademie-gesundes-leben.de
oder telefonisch: 06172/300 98 22