Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Referentin: Silke Rohde
(20.05.2020)

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Herzlich willkommen!

Das Online-Seminar beginnt in wenigen Minuten.

Die 10 wichtigsten Tipps zum Gesundheitstag im Betrieb

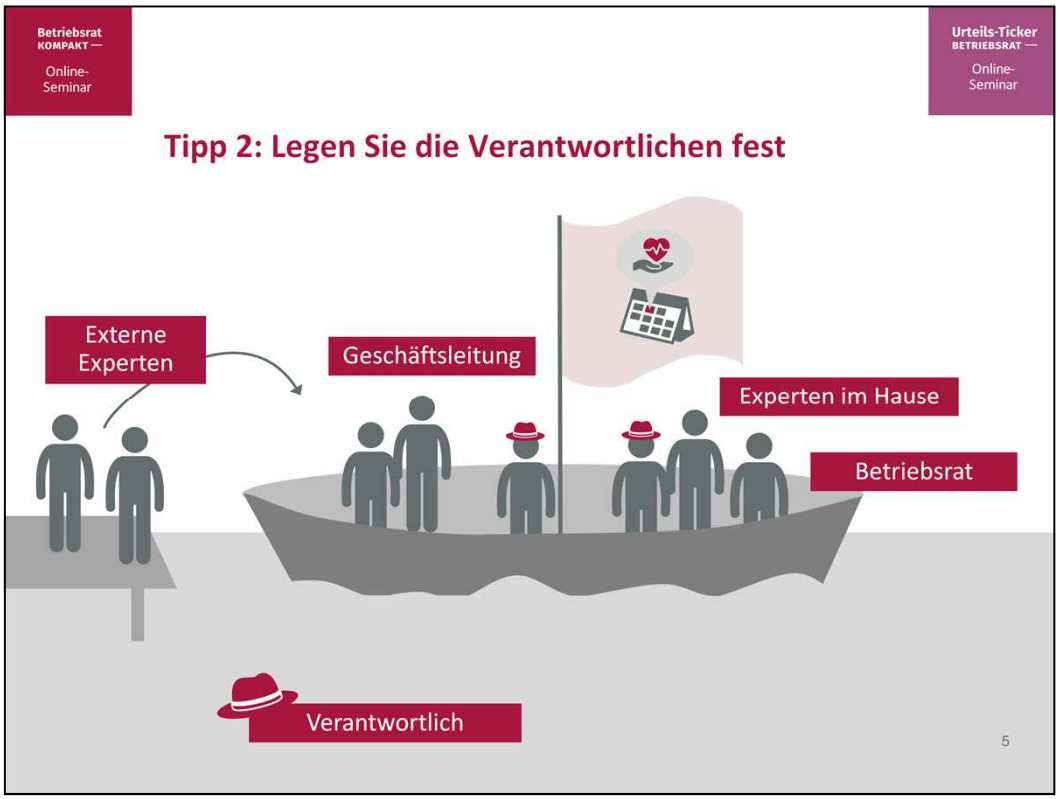
- Gesundheitstage dienen dazu, Gesundheitsförderung im Unternehmen greifbar und lebendig zu machen. Mitarbeiter haben hierbei die Möglichkeit sich intensiv über gesundheitliche Themen und gesunde Lebensweisen in der Arbeits- und Freizeitwelt zu informieren.
- Darüber hinaus bieten persönliche Beratungsgespräche bei Gesundheitsexperten die Chance, individuell auf die Bedürfnisse des Mitarbeiters eingehen zu können. Je persönlicher die Beschäftigten angesprochen werden, desto nachhaltiger sind die positiven Auswirkungen auf ihren Lebensstil.

- Ein Gesundheitstag sollte alle Beschäftigten, insbesondere auch Zeitarbeitnehmer und Auszubildende, Teilzeitbeschäftigte, Schichtdienstler, mit einbeziehen.
- Die Kosten dafür sind verhältnismäßig gering. Die meisten Akteure – wie etwa Krankenkassen oder Berufsgenossenschaften – bieten ihre Leistungen im Rahmen des Gesundheitstages kostenfrei an.
- Zum Teil sind Maßnahmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung auch steuerlich absetzbar.

- Wie effektiv ein Gesundheitstag letztlich ist, hängt vor allem davon ab, wie gut er vorbereitet wurde.
- Je zielgerichteter Sie in Sachen Gesundheitstag vorgehen, umso eher wird die Aktion zum Erfolg.

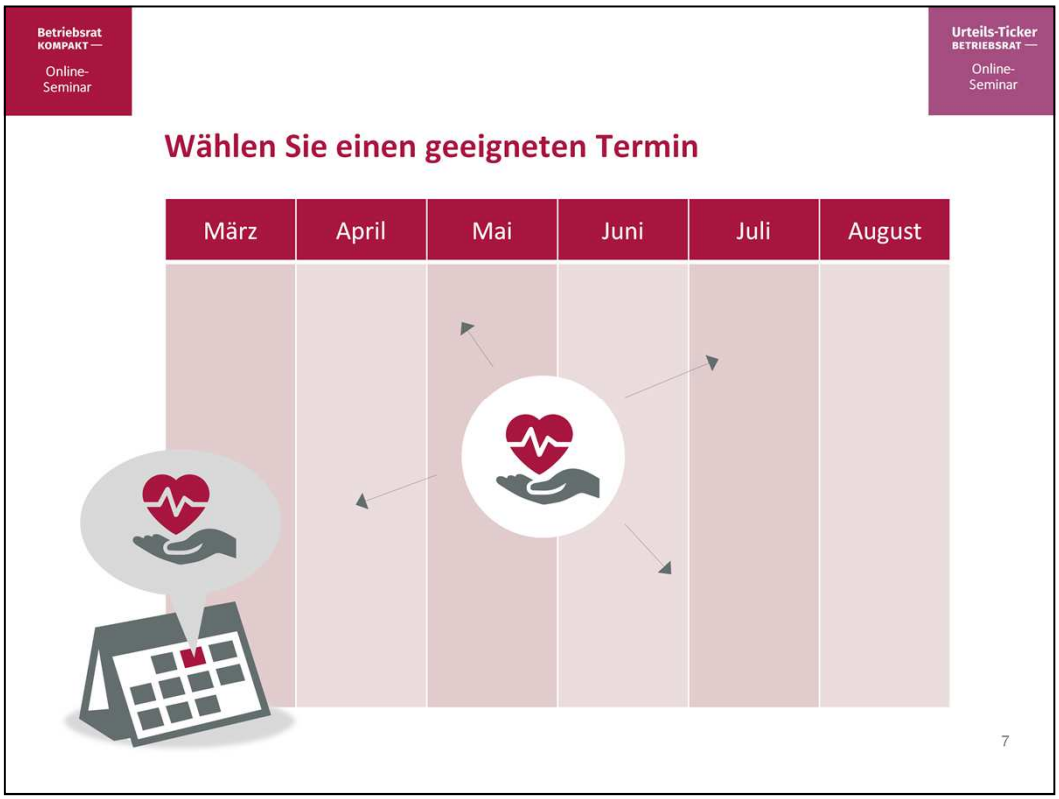
Diese einzelnen Schritte führen Sie sicher durch alle Phasen:

1. Legen Sie die Verantwortlichen fest.
2. Ermitteln Sie den Bedarf für die inhaltliche Planung des Gesundheitstages.
3. Bestimmen Sie die Ziele des Gesundheitstages.
4. Planen Sie den Tag im einzelnen.
5. Führen Sie den Gesundheitstag durch.
6. Bereiten Sie die Veranstaltung nach, indem Sie Feedbacks einholen.
7. Achten Sie darauf, dass aus dem Gesundheitstag nachhaltige Veränderungen folgen, die im Arbeitsalltag spürbar sind.



- Möglichst alle betrieblichen Akteure sollten bei der Planung mit im Boot sein: Die Geschäftsleitung und natürlich Sie als Betriebsrat, aber auch die Spezialisten für den Arbeits- und Gesundheitsschutz bei Ihnen im Hause: Betriebsärzte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Arbeitsschutzexperten etc.
- Im Vorfeld sollten klare Verantwortliche benannt werden: Wer organisiert oder koordiniert was bis wann?
- Vielleicht übernimmt die Organisatiion der Gesundheitszirkel falls vorhanden oder Sie bilden eine spezielle Projektgruppe?
- Holen Sie sich für die Planung und Durchführung Hilfe von Experten und profitieren Sie von deren professionellen Angeboten und Erfahrungen.

- Legen Sie einen realistischen Zeitplan fest.
- Planen Sie nicht zu eng und denken Sie an Puffer für Unvorhergesehenes.
- Wie lang der Vorlauf sein soll, hängt von Ihren Ansprüchen und der Art Ihrer Vorbereitung ab:
    - Planen Sie, vorab eine grundlegende Bestandsaufnahme des Gesundheitszustands der Beschäftigten und der Gesundheitsrisiken im Betrieb zu machen, braucht dies unter Umständen etliche Monate. Dafür lässt sich die Bestandsaufnahme generell sinnvoll einsetzen, nicht nur für den Gesundheitstag.
    - Ist Ihnen bereits klar, welche groben Inhalte der Gesundheitstag haben soll, geht die Planung deutlich schneller. Aber auch dann: Vorlauf zur Terminabstimmung mit Experten und Kursanbietern sowie zur betrieblichen Terminfindung. Mind. Zwei Monate einplanen.



- Denken Sie an „Konkurrenzveranstaltungen“ oder Terminengpässe.
- Berücksichtigen Sie Feiertage, Schulferien, Zeiten großer Arbeitsanfälle und feste Dienstpläne.
- Wählen Sie den Termin so, dass möglichst viele Kollegen teilnehmen können.
- Achtung: Auch die Geschäftsleitung sollte anwesend sein können (Eröffnungsvortrag?) genauso wie möglichst viele Führungskräfte.
- Damit viele Kollegen kommen können: Arbeitszeitregelung und evtl. Freistellung rechtzeitig vorher klar vereinbaren!

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Tipp 4: Schaffen Sie die Basis mit einer Bestandsaufnahme

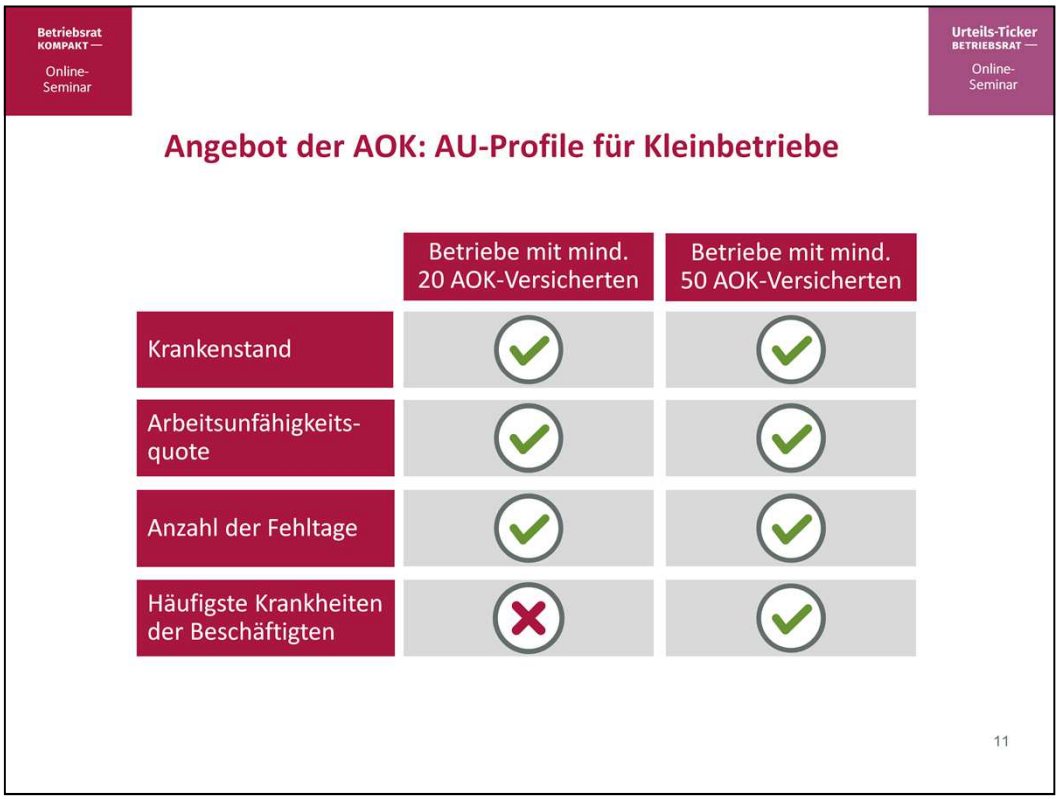
In kleinen Betrieben (bis 50 AN)	In größeren Betrieben (ab 50 AN)
Befragung der AN	z. B. • Gefährdungs-beurteilungen • Altersstrukturanalyse • Daten der SiFa • Gesundheitsbericht

8

- Generelle Erhebung liefert beste Voraussetzzungen nicht nur für optimale Planung des Gesundheitstags, sondern auch für das komplette betriebliche Gesundheitsmanagement:
- Wie gesund sind die Beschäftigten im Betrieb?
- Methoden zur Ermittlung des Gesundheitszustands:
  - In kleineren Betrieben: Befragung der Mitarbeiter
  - In größeren Betrieben (ab ca. 50 Beschäftigten aufwärts): Heranziehung zusätzlicher Daten wie Gefährdungsbeurteilungen, Altersstrukturanalysen , Daten der SiFa, des Arbeitsschutzausschusses etc. oder Daten der Krankenkasse (Gesundheitsbericht)

- In Betrieben ab 50 AN aufwärts erstellen Krankenkassen Gesundheitsberichte auf Anfrage.
- Darin werden die Häufigkeit und Verteilung gemeldeter Krankheitsfälle im Betrieb, ihre Dauer und die dazugehörige Krankheitsdiagnose ausgewertet – natürlich alles anonymisiert.
- Die Krankenkasse verknüpft diese Zahlen mit Unternehmensdaten über die Art des Arbeitsplatzes (Arbeitsbereich/ Kostenstelle), an dem ein Beschäftigter tätig ist. Mit diesen Informationen lassen sich erste Auffälligkeiten im betrieblichen Krankheitsgeschehen ermitteln.
- Vergleiche der Arbeitsunfähigkeitszeiten und der häufigsten Krankheitsarten mit Durchschnittswerten der Branche sowie betriebsintern zwischen verschiedenen Tätigkeitsbereichen können Handlungsfelder des betrieblichen Gesundheitsmanagements identifizieren.
- ACHTUNG: Wenden Sie sich dazu an die Krankenkasse, bei der die meisten Beschäftigten versichert sind.

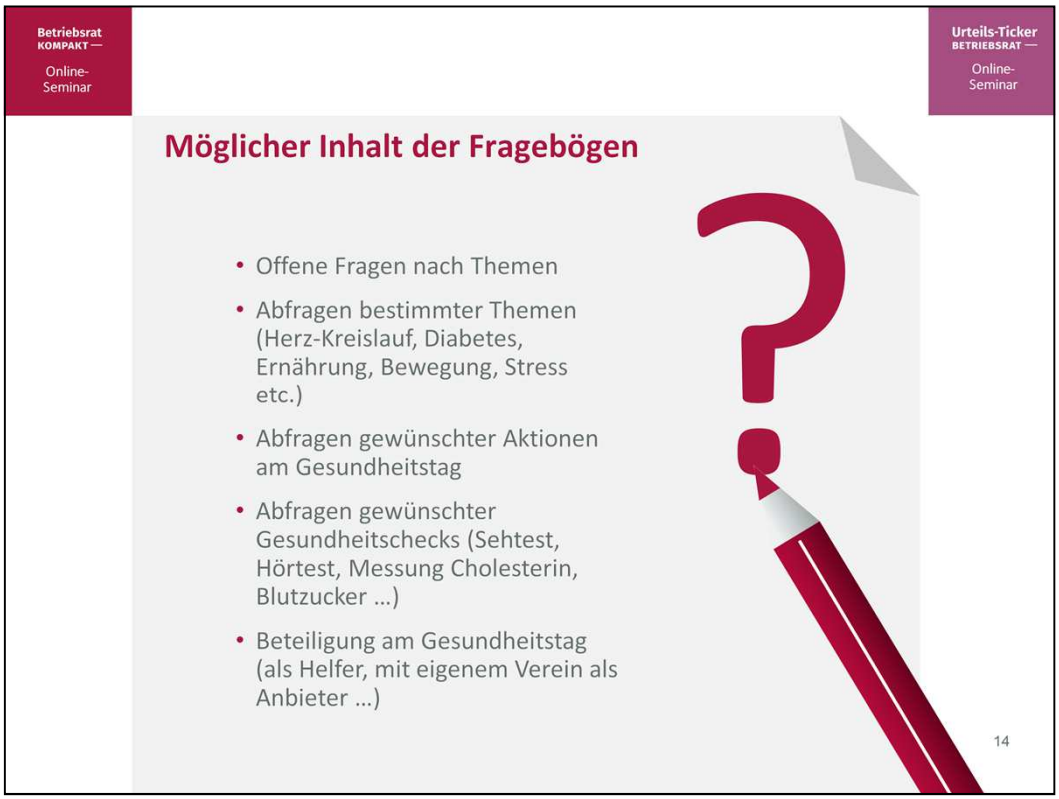
- Oft sind die Beschäftigten in vielen unterschiedlichen Krankenkassen versichert.
- Gemeinsame Gesundheitsberichte lassen sich zwar durch dritte (wissenschaftliche) Institutionen erstellen, sind aber aufwendig und man ist auf das Wohlwollen der Krankenkassen angewiesen, da für das Zusammenführen der Daten Rohdaten benötigt werden, die Berichte aber normalerweise auf alters- und geschlechtsstandardisierten Daten beruhen.
- Besonders schwierig: Bei kleineren Betrieben werden die Krankheitsarten nicht ausgewertet, sondern nur die Höhe des Krankenstandes ausgewiesen.
- Den Krankenstand kann aber auch die Personalabteilung bzw. der Personalverantwortliche ermitteln.
- In diesen Fällen müssen Aufwand und Nutzen gegeneinander abgewogen werden.



- Für kleinere Firmen mit mindestens 20 AOK-Versicherten bietet die AOK interessierten Betrieben AU-Profile an (Arbeitsunfähigkeitsprofile). Sie informieren über den Krankenstand, die Arbeitsunfähigkeitsquote, d.h. den Anteil der Beschäftigten an der Gesamtbelegschaft, die im Berichtsjahr mindestens einmal krankgeschrieben waren, sowie die Anzahl der Fehltage.
- Das Profil gibt zudem Auskunft darüber, wie der Betrieb im Branchenvergleich, zu den übrigen Unternehmen in der Region und im Bundesland abschneidet.
- Sind mehr als 50 Kollegen bei der AOK versichert, gibt es auch Infos über die häufigsten Krankheiten der Beschäftigten, was datenschutzrechtlich in kleineren Firmen unzulässig ist.

- Damit ein Gesundheitstag gelingt, sollten Sie unbedingt versuchen, die Mitarbeiter einzubeziehen. Das sorgt schon im Vorfeld für Aufmerksamkeit in der Belegschaft.
- So werden Beschäftigte motiviert, sich einzubringen und zu engagieren: Beispielsweise kann eine „Ideen-Werkstatt“ eingerichtet werden. Auch einzelne Gruppen, wie etwa Auszubildende, können mit besonderen Aktivitäten oder Angeboten eingebunden werden.
- Außerdem brauchen Sie Mitarbeiterbefragungen für die Bestandsaufnahme zur gesundheitlichen Gesamtsituation.

- Schwarzes Brett
- Flyer
- Intranet
- E-Mail
- Betriebsversammlung
- Mithilfe der Arbeitgeberseite: Team-/Abteilungsbesprechungen



- Offene Fragen nach Themen
- Abfragen bestimmter Themen (Herz-Kreislauf, Diabetes, Ernährung, Bewegung, Stress etc.)
- Abfragen der gewünschten Aktionen am Gesundheitstag (Vortrag, Beratungsgespräch, Infostand, Workshop, Schnupperkurs)
- Abfragen der gewünschten Gesundheitschecks (Sehtest, Hörtest, Messung Cholesterin, Blutzucker, Blutdruck, Gewicht, Körperfett etc.)
- Beteiligung am Gesundheitstag: Als Helfer, mit eigenem Verein als Anbieter etc.

- Auf der Basis der Bestandsaufnahme (oder einer nicht ganz so aufwendigen Themenfindung) können Sie die Ziele für den Gesundheitstag ermitteln.
- Mögliche Ziele sind z. B.:
  - Sensibilisierung für Gesundheit, Zeigen von Möglichkeiten aktiver Förderung
  - Verbesserung des Bewusstseins für arbeitsplatzbezogene Gefährdungen / Unfallverhütung etc.

    Beispiel:

    Leiden mehrere Kollegen unter psychischen Belastungen durch zu viel Stress im Job, könnten Sie den Mitarbeitern Strategie zur Stressbewältigung an die Hand geben .

- Die gesamte Belegschaft?
- Bestimmte Abteilungen/Bereiche/Berufsgruppen
- Vielleicht ein Tag nur für Azubis oder für Mitarbeiter mit Kindern?

- Basis: Bestandsaufnahme & Zielsetzung
- Konzentrieren Sie sich auf EIN Schwerpunkthema
- Legen Sie erst das Budget fest, bevor Sie den Tag im Einzelnen planen.

- Ein Gesundheitstag sollte keine „steife Pflichtveranstaltung“ sein, sondern kreativ, zwanglos und ohne besondere Etikette als ein gemeinsames Event ablaufen. Die Beschäftigten sollen neugierig gemacht werden und das Gefühl haben, jederzeit willkommen zu sein.
- Ein Gesundheitstag sollte am besten das Gefühl eines Marktes vermitteln: Die Beschäftigten „schlendern“ von einem Stand zum andern. Dabei können Sie sich über verschiedene Themen informieren und auch einiges ausprobieren. Mitmachaktionen und Workshops sollten die Arbeitnehmer einladen, selbst aktiv zu werden.
- Trend Fitnessparty: Z. B. in Kooperation mit Fitnessstudio können gesundheitsbezogene Aktivitäten und Mitmachangebote präsentiert werden. Getränke und Snacks inklusive.
- Wichtig: Damit das Angebot möglichst stimmig und attraktiv ist, sollten Sie frühzeitig mit der Planung beginnen. Denn sonst sind einige Anbieter vielleicht nicht mehr verfügbar.

- Welche technische und materielle Ausstattung benötigen die eingeladenen Experten?
- Z. B. Laptop, Beamer, Lautsprecher, Gymnastikmatten, Decken etc.
- Klären Sie, inwieweit die Partner während der Veranstaltung für ihre Firma Werbung machen dürfen.

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Vorschläge für Gesundheitstage im Download!

20

- Um Mitarbeiter zu motivieren beruflich und privat fürsorglich mit der eigenen Gesundheit umzugehen, ist es wichtig, dass die Bedürfnisse und Probleme der Mitarbeiter im Mittelpunkt des Gesundheitstages stehen.
- Impulse für eine Sensibilisierung zu einem gesünderen Lebensstil können z. B. informative und erlebniszentrierte Kurzvorträge (30-60 min.) geben (z. B. Krebsprävention, Zeitmanagement).
- Mit aktiven Workshops (30-60 min.) wird das Bewusstsein für die eigene Gesundheit geschärft und Optionen zur Verbesserung des Wohlbefindens für den Mitarbeiter spürbar gemacht (z. B. Mitmach-Kochkurs).
- Schnupperkurse, z. B. von Physiotherapeuten (Rückengymnastik am Arbeitsplatz, Entspannungsübungen etc.), Sportkurse (z. B. Nordic Walking) oder mobile Massagen etc.
- So schaffen Sie es in vielen Fällen sogar, die „Gesundheitsmuffel“ anzusprechen und vielleicht sogar dafür zu begeistern, einige Gewohnheiten zu ändern.
- Sie sollten bei der Planung Ihres Gesundheitstag-Programms also darauf achten, dass ein Teil der Maßnahmen, wie z. B. Business-Meditationen oder Business-Workouts, auch anschließend im Betrieb oder im privaten Alltag weiter geführt werden können.
- Bewährt haben sich auch Auftritte von Ernährungsberatern, die wertvolle Tipps und Rezepte liefern können. Auch Anbieter spezieller orthopädischer Schuhe oder Hautschutzprodukte sollten bei Bedarf eingeladen werden. Nicht fehlen dürfen ein bzw. mehrere Vertreter örtlicher Sportvereine.

- Zweifellos die Highlights auf den meisten Gesundheitstagen sind die Gesundheitschecks bzw. Gesundheitstests für Ihre Mitarbeiter. Diese haben hier die Möglichkeit, sich durch unterschiedliche medizinische oder sportwissenschaftliche Untersuchungen testen zu lassen, etwa die Messung von Blutdruck und Blutzucker.
- Mit diesen Tests können die Beschäftigten etwaige Risiken für z. B. Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, des Bewegungsapparates, Stoffwechsels oder vegetativen Nervensystems rechtzeitig erkennen.
- Aber auch präventive Effekte werden hier erreicht. Durch eine professionelle Beratung durch Gesundheitsexperten erhalten die Mitarbeiter Tipps und Anregungen, wie sie auf einfache Art und Weise mehr Gesundheit in ihr Leben bringen und diese Rituale fest in den Wochenalltag integrieren.

- Kleine Diskussions- und Experten-Fragerunden (30-60 min.) empfehlen sich, um z. B. auf Fragen rund um das Thema Gesundheit (ausgewogene Ernährung, moderate Bewegung, gesunder Umgang mit Stress) im Gruppenrahmen näher eingehen zu können.
- Aber auch Anregungen der Mitarbeiter können hier aufgenommen und im betrieblichen Gesundheitsmanagement anschließend weiter bearbeitet werden.

- Bringen Sie die einzelnen Programmpunkte in eine gut aufeinander abgestimmte Reihenfolge.
- Wechseln sich die einzelnen Aktionen und Workshops ab oder laufen sie (zum Teil) parallel?
- Wechseln sich passive Elemente wie Vorträge mit aktiven wie Schnupperkursen ab?
- Vorträge können z. B. in separaten Räumen gehalten werden, während Infostände gut in die Kantine oder die Lobby passen. Wenn das Wetter mitspielt, sollten Sportkurse ins Freie verlegt werden.

- Weisen Sie rechtzeitig und klar auf die Anmeldemodalitäten hin.
- Geben Sie den Teilnehmern alle wichtigen Infos mit (z. B. welche Schuhe und Kleidung für welchen Sportkurs etc.).
- Achtung: Sie brauchen die Anmeldungen zu den Programmpunkten, um die richtigen Räume für die jeweiligen Veranstaltungen zuordnen zu können.

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Rühren Sie die Werbetrommel

- Kündigen Sie den Gesundheitstag im Intranet an.
- Gestalten Sie Plakate.
- Verteilen Sie Flugblätter.
- Schreiben Sie E-Mails.
- Tragen Sie das Thema in Teambesprechungen.
- Bitten Sie die Geschäftsleitung um Unterstützung.
- Laden Sie Kunden und die lokale Presse ein.

26

- Damit der Tag zum Erfolg wird, muss er intensiv beworben werden.
- Nutzen Sie deshalb alle Informationskanäle, die Sie haben: Stellen Sie eine ausführliche Ankündigung ins Intranet, hängen Sie Plakate aus, verteilen Sie Flugblätter oder schreiben Sie E-Mails.
- Tragen Sie das Thema in Teambesprechungen hinein und bitten Sie die Geschäftsleitung um Unterstützung.
- Man kann auch Kunden oder die lokale Presse einladen – das lässt den Betrieb in positivem Licht dastehen.

- Verfassen Sie ein persönliches Einladungsschreiben.
- Veranstalten Sie eine Tombola mit passenden Preisen (z. B. Wellnesspaket oder Gutschein für Fitnessstudio etc.).
- Geben Sie am Tag selbst eine Stempelkarte für die einzelnen Stationen aus: Wer mind. drei Stempel hat, nimmt an einem Gewinnspiel teil.

- Machen Sie Fotos und Videos.
- Führen Sie evtl. kurze Interviews mit einigen Teilnehmern.
- Stellen Sie hinterher einiges davon ins Intranet.

- Damit die Beschäftigten – und letztlich auch der Betrieb an sich – von dem Gesundheitstag profitiert, sollten Sie am Ende eine Bilanz ziehen:
- Was lief gut und was kann noch verbessert werden?
- Eine Rückmeldung der Besucher kann durch Fragebögen erreicht werden, aber auch durch Einzelgespräche mit Führungskräften und Beschäftigten.
- Mit den Ergebnissen einer solchen Bewertung können dann längerfristige und vor allem nachhaltige Gesundheits- oder Fitnessangebote für die Mitarbeiter entwickelt werden.
- S. Feedbackbogen als Download

- Der Gesundheitstag soll kein Strohfeuer sein.
- Wichtig ist, das die Aktionen den Kollegen Tipps an die Hand geben, die diese in ihren (Arbeits-)Alltag künftig fest integrieren können (z. B. kleine Gymnastikübungen zwischendurch, verbessertes Sicherheitsverhalten, gesunde Ernährung etc.).
- Das wird erleichtert, wenn der Gesundheitstag keine einzelne Maßnahme ist, sondern Teil eines ganzheitlichen betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Sie können Ihre Fragen auch per E-Mail stellen:

fragen@betriebsrat-mitbestimmung.de

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Das nächste Online-Seminar:

Alles Wichtige zur betriebsbedingten Kündigung

17. Juni 2020 | 11:00 Uhr

Wir freuen uns, wenn Sie wieder mit dabei sind!

Betriebsrat KOMPAKT — Online-Seminar

Urteils-Ticker BETRIEBSRAT — Online-Seminar

Alle Unterlagen und den Mitschnitt des Online-Seminars finden Sie in Kürze unter: **www.betriebsrat-kompakt.de/online-seminar** und **www.urteilsticker-betriebsrat.de/online-seminar**

Haben Sie noch Fragen?

- Nutzen Sie die Chatfunktion.
- Kontaktieren Sie uns auch gerne persönlich.

Kontakt

Produkt- und Marketingmanagerin
Petra Rubner
Petra.Rubner@weka.de

Chefredaktion
Silke Rohde

Visuelle Aufbereitung der Inhalte
Nicola Pridik
www.npridik.de