



Deutschlands beste  
Krankenkasse

Testsieger  
Ausgabe 04/2020

**euro**  
78 Krankenkassen im Test

# BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

INVESTITION MIT GARANTIERTEN ZINSEN

EINFACH. ERSTKLASSIG.



## GESUNDE MITARBEITER KOSTEN GELD, KRANKE EIN VERMÖGEN.

### SEHR GEEHRTE FIRMIENKUNDEN,

indem Sie dieser Broschüre Ihre Aufmerksamkeit widmen, haben Sie den ersten Schritt auf dem Weg zu einer gesunden Belegschaft bereits getan: Sie beschäftigen sich mit dem Thema Gesundheit in der Arbeitswelt und zeigen damit **Verantwortungsbewusstsein**.

Gesunde Mitarbeiter verschaffen Ihnen **Wettbewerbsvorteile**. Jeder Unternehmenserfolg ist letztendlich auf menschliche Arbeitsleistung zurückzuführen. Um konstant motivierte und produktive Arbeitnehmer zu beschäftigen, ist es wichtig, ihnen ein Arbeitsumfeld zu schaffen, das ihre Leistungsfähigkeit erhält und fördert. Die **Beschäftigtengesundheit** spielt hierbei eine **zentrale Rolle**. Im Zeitalter der Globalisierung, Digitalisierung und wachsendem Wettbewerbs- und Kostendruck gerät dies oftmals in Vergessenheit.

Personal wird häufig vorrangig als finanzieller Faktor betrachtet. Natürlich können Kosten und Effizienz nicht außer Acht gelassen werden, nur lassen sich Menschen nicht wie Maschinen steuern und kalkulieren. Sie „funktionieren“ solange sie können. Der Arbeitsplatz kann Einfluss auf die Entstehung diverser Krankheitsbilder haben oder sogar Ursache sein. Gesundheit ist also **keine reine Privatsache Ihrer Mitarbeiter**.

Die „**Ressource Mensch**“, mit ihrer **körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit**, ist die Basis für eine **konstante und nachhaltige Erreichung Ihrer Unternehmensziele**. Als Arbeitgeber haben Sie zahlreiche Möglichkeiten, positiven Einfluss auf die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeiter zu nehmen.

**Tun Sie Gutes und profitieren Sie davon. Wir unterstützen Sie dabei!**



Ihr Torsten Kafka, Vorstand



Wandsbeker Zollstraße 86-90 • 22041 Hamburg

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG: DEFINITION

**Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)** umfasst nach der Luxemburger Deklaration für BGF **alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.**

Dies kann durch eine Verknüpfung folgender Ansätze erreicht werden:

- Verbesserung der Arbeitsorganisation und der Arbeitsbedingungen
- Förderung einer aktiven Mitarbeiterbeteiligung
- Stärkung persönlicher Kompetenzen

BGF ist eine **moderne Unternehmensstrategie** und zielt darauf ab, **Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen, Gesundheitspotenziale zu stärken** und das **Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern.**

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG VS. BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

Betriebliche Gesundheitsförderung und Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) werden fälschlicherweise häufig als Synonym verwendet.

**BGF ist als Teil eines ganzheitlichen, betrieblichen Gesundheitsmanagements zu verstehen, welches aus insgesamt drei Säulen besteht:**

### BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

Arbeits- und  
Gesundheitsschutz

Betriebliches  
Eingliederungsmanagement  
(BEM)

Betriebliche  
Gesundheitsförderung

**BGF** ist eine **freiwillige Leistung**. Dennoch ist sie ein **unverzichtbarer Teil** Ihres BGM's, da sie die **Beschäftigtengesundheit nachweislich verbessert**. Es gibt **zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten** für Sie. Beispiele sind die finanzielle Förderung durch gesetzliche Krankenkassen oder die Nutzung von steuerfreien Sachbezügen.

**Wir beraten Sie gerne.**



## VERANTWORTUNG ZEIGEN

Arbeitnehmer verbringen einen großen Teil ihres Lebens bei der Arbeit. Dort ist es oftmals nicht zu vermeiden, sich bestimmten Gegebenheiten anzupassen. Ob langes Sitzen, schweres Heben, monotone Bewegungsausführungen – jeder Job schafft unbeachtet Routinen, die sich negativ auf die Gesundheit auswirken können. Der Arbeitsplatz kann die Ursache von Erkrankungen sein. **Als Arbeitgeber ist es Ihre Aufgabe, Risiken so gering wie möglich zu halten und den Gesundheitszustand Ihrer Belegschaft im Blick zu haben.**



## UNTERNEHMENSERFOLG SICHERN

Unternehmensleistung und damit verbundener Unternehmenserfolg ist letztendlich immer auf menschliche Arbeitsleistung zurückzuführen. Die Erbringung einer Leistung setzt physische und psychische **Leistungsfähigkeit** voraus. Leistungsfähigkeit allein führt nicht zwangsläufig zum Erfolg, denn es muss auch eine **Leistungsbereitschaft** vorliegen. Dafür bedarf es Motivation, Spaß und Wohlbefinden am Arbeitsplatz. Durch BGF nehmen Sie positiven Einfluss auf die Leistung Ihrer Mitarbeiter.

## (SICH) ABHEBEN



**Qualifizierte Fach- und Führungskräfte** sind vor dem Hintergrund des demographischen Wandels in vielen Wirtschaftszweigen umkämpft. Als Arbeitgeber stehen Sie vor der Herausforderung attraktiv für Ihre bestehenden und zukünftigen Mitarbeiter zu sein. Die Wahrnehmung Ihrer Fürsorgepflicht als Arbeitgeber und ein Betriebliches Gesundheitsmanagement sind für Arbeitnehmer wichtige Kriterien im Bewerbungsprozess und für die Bindung an ein Unternehmen.

W  
H E A L T H

## UMSATZTREIBER GESUNDHEIT

Arbeitnehmer zu einem gesundheitsbewussten Lebensstil zu motivieren lohnt sich!  
Krankheit und Leistungseinbußen kosten Geld. Ihr Geld.

**BGF hilft, diese Kosten zu reduzieren und bietet Ihnen folgende Effekte:**

- Kostensenkung durch weniger Krankheitsfälle und Verkürzung der Krankheitsdauer
- Rückgang der Fehlzeiten aufgrund von Unzufriedenheit
- Sicherung und Steigerung der Leistungsfähigkeit und -bereitschaft
- Verbesserung der körperlichen und psychischen Verfassung
- Vermeidung von Arbeitsunfällen
- Senkung der Fluktuationsquote
- Erhöhte Produktivität
- Steigerung der Arbeitgeberattraktivität, Imagegewinn
- Bindung an das Unternehmen
- Vereinfachte Personalanwerbung
- Lieferung von Kennzahlen und Belegschaftsanalysen
- Prozessoptimierungen



## IHR WEGBEGLEITER ZU EINEM GESUNDEN UNTERNEHMEN



Als Träger der gesetzlichen Krankenversicherung haben wir den Auftrag, BGF zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation und Stärkung der gesundheitlichen Ressourcen der Beschäftigten zu unterstützen.

Gesetzliche Grundlage der Betrieblichen Gesundheitsförderung ist §20b SGB V. Der „Leitfaden Prävention“ vom 21. Juni 2000 – in der aktuellen Fassung – vom GKV Spitzenverband beinhaltet zusätzlich Handlungsfelder und Kriterien zur Umsetzung.

## UNSERE LEISTUNGEN

Überzeugen Sie sich von unserem vielfältigen Angebotsspektrum im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung:

- Individuelle Beratungen
- Erstellung betrieblicher Gesundheitsberichte
- Betriebsspezifische Analyseleistungen zur Bedarfsermittlung
- Arbeitsunfähigkeits-, Arbeitssituations- und Altersstrukturanalysen
- Mitarbeiterbefragungen
- Durchführung von Workshops
- Beratung zu einer gesundheitsförderlichen Arbeitsgestaltung und Implementierung eines gesundheitsförderlichen Arbeits- und Lebensstils
- Konzeptionierung betrieblicher Gesundheitsmanagement-Programme
- Auswahl und Durchführung von verhaltens- und verhältnisorientierten Maßnahmen aus den Themenfeldern Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Suchtmittelkonsum
- Gesundheits- und Aktionstage
- Moderation und Mitwirkung in Arbeitskreisen
- Qualifizierung/Fortbildung betrieblicher Multiplikatoren für Prävention und Gesundheitsförderung
- Dokumentation, Evaluation und Qualitätssicherung
- Vermittlung von qualifiziertem und zertifiziertem Fachpersonal
- Überbetriebliche Vernetzung und Beratung

## DER GESUNDHEITSFÖRDERUNGSPROZESS

Für den Erfolg von betrieblichen Gesundheitsförderungsmaßnahmen ist die **bedarfsgerechte Anpassung auf Ihre Situation** ausschlaggebend. Daher verstehen wir Gesundheitsförderung als **einen ganzheitlichen Prozess**.

### Phase 1

#### Kostenlose, unverbindliche Beratung und Bedarfsermittlung

Zunächst lernen wir uns kennen und sprechen über Themen, die Sie beschäftigen. Beratungsgespräche sind persönlich sowie telefonisch möglich. Im gemeinsamen Gespräch finden wir für Ihren Betrieb passende Lösungsansätze.

Sie sind überzeugt und haben sich entschieden, das Thema Mitarbeitergesundheit mit uns gemeinsam anzugehen? Dann geht es weiter mit **Phase 2**.

#### Analyse, Datensammlung

Verschiedene Indikatoren (z. B. Krankheitsstatistik, Betriebsbegehungen, Mitarbeiterbefragungen, Gesundheitszirkel) werden gesammelt, zusammengefasst und ausgewertet.

### Phase 2

### Phase 3

#### Zieldefinition und Maßnahmenplanung

Basierend auf den Analyseergebnissen werden zielgerichtete Maßnahmen ausgewählt und vorbereitet.

#### Maßnahmenumsetzung

Durchführung von Maßnahmen aus den Themenfeldern:

- Gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitstätigkeit und -bedingungen
- Gesundheitsgerechte Führung
- Stressbewältigung und Ressourcenstärkung
- Bewegungsförderliches Arbeiten und körperlich aktive Beschäftigte
- Gesundheitsgerechte Ernährung im Arbeitsalltag
- Verhaltensbezogene Suchtprävention im Betrieb

### Phase 4

### Phase 5

#### Controlling und Evaluation

Controlling des Projektziels und Bewertung der Wirksamkeit der Maßnahmen. Ableitung möglicher Optimierungen.

#### Optimierung

Umsetzung der definierten Verbesserungen und gegebenenfalls Anpassung der Zielset-

### Phase 6





## BUSINESS SERVICE

**Neben der umfassenden Beratung und Betreuung zu betrieblichen Gesundheitsthemen bieten wir Ihnen exklusiven Service:**

- Auskunft durch spezialisierte Mitarbeiter über unsere 24/7 erreichbare, kostenfreie Hotline
- Digitales Kundenzentrum: Papierlose, schnelle Kommunikation u. a. über Service-App
- Fachlicher Support für Ihre Personalabteilung
- Durchführung von Beratungen und Schulungen (vor Ort oder als Webinar)
- Arbeitshilfen und Informationen zur gesetzlichen Krankenversicherung
- Kooperationsnetzwerk von Anbietern der privaten Zusatzversicherung
- Attraktive Bonusmodelle

# DIE – IHR GESUNDHEITSPARTNER

## Willkommen bei Deutschlands Spitzenreiter unter den gesetzlichen Krankenkassen.

Als Träger der **gesetzlichen Krankenversicherung** sind wir eine rechtsfähige, bundesunmittelbare Körperschaft des öffentlichen Rechts mit Selbstverwaltung. Wir gehören dem Verband der Ersatzkassen an und sind bundesweit geöffnet.

Seit unserer Gründung im Jahr 1826 sind wir eine starke Solidargemeinschaft von erfolgs- und gesundheitsorientierten Menschen. Wir arbeiten nach den Prinzipien hanseatischer Kaufleute. Das zahlt sich aus, denn **verantwortungsbewusstes Handeln, vorausschauende Planung**, eine ebenso **schlanke wie effiziente Verwaltung und stabile Finanzen** sind die Grundlagen unseres Erfolgs. Dadurch sind wir in der Lage, unseren Kunden zusätzliche Leistungen und einen **vielfach ausgezeichneten Service** zu einem attraktiven Beitragssatz zu bieten. Die Gewissheit, mit uns einen zuverlässigen und leistungsfähigen Gesundheitspartner an Ihrer Seite zu haben, bietet Ihren Mitarbeitern Sicherheit im Berufsleben, privat und für die ganze Familie.

### Quellen

Barthelmes, I., Bödeker, W., Sörensen, J., Kleinlercher, K.-M. und Odoj (2019): iga.Report 40. Wirksamkeit und Nutzen arbeitsweltbezogener Gesundheitsförderung und Prävention. Zusammenstellung der wissenschaftlichen Evidenz 2012 bis 2018. Dresden:iga. Online verfügbar unter [https://www.iga-info.de/fileadmin/redakteur/Veroeffentlichungen/iga\\_Reporte/Dokumente/iga-Report\\_40\\_Wirksamkeit\\_und\\_Nutzen\\_Gesundheitsfoerderung\\_Praevention.pdf](https://www.iga-info.de/fileadmin/redakteur/Veroeffentlichungen/iga_Reporte/Dokumente/iga-Report_40_Wirksamkeit_und_Nutzen_Gesundheitsfoerderung_Praevention.pdf).

Bauer, S., Römer, K., Geiger, L. (2019): Präventionsbericht 2019. Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung: Primärprävention und Gesundheitsförderung, Leistungen der sozialen Pflegeversicherung: Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen. Berichtsjahr 2018. Hg. v. Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen/GKV Spitzenverband. Essen/Berlin. Online verfügbar unter [https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenvsicherung\\_1/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/praevention/praeventionsbericht/2019\\_GKV\\_MDS\\_Praeventionsbericht\\_barrierefrei.pdf](https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenvsicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praeventionsbericht/2019_GKV_MDS_Praeventionsbericht_barrierefrei.pdf).

Europäisches Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung (2007): Luxemburger Deklaration. zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union. BKK Bundesverband GbR. Online verfügbar unter <https://www.netzwerk-bgf.at/cdscontent/load?contentid=10008.571220&version=1391192956>, zuletzt aktualisiert September 2011.

Stotz, W.; Wedel-Klein, A. (2013): Employer Branding. Mit Strategie zum bevorzugten Arbeitgeber. 2., überarbeitete und erweiterte Auflage. München, Berlin: Oldenbourg; De Gruyter.

### Gender-Hinweis

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir in dieser Broschüre auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher, männlicher und diverser Sprachformen verzichtet und das generische Maskulinum verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

## AUSGEZEICHNET FÜR SIE

Wir behaupten nicht nur, dass wir mehr bieten, es wird auch von unabhängigen Instituten festgestellt. Darauf sind wir stolz. Aber wir ruhen uns nicht auf unseren Lorbeeren aus. Im Gegenteil: Wir wollen immer besser werden – damit Sie auch in Zukunft zufrieden mit uns sind.



**Petra Nanninga**  
 Fachberaterin für Firmenkunden  
 Betriebliche Gesundheitsförderung  
 Telefon 040 656 96-1193  
 E-Mail [petra.nanninga@hek.de](mailto:petra.nanninga@hek.de)



**Jessica Roschow**  
 Fachreferentin für Prävention  
 und Gesundheitsförderung  
 Telefon 040 656 96-1191  
 E-Mail [jessica.roschow@hek.de](mailto:jessica.roschow@hek.de)

**SPRECHEN SIE UNS GERNE AN!**

## Wir sind für Sie da



### Hotline

0800 0 213 213 (kostenfrei)



### Fax

040 656 96 - 1237



### Service-App

[hek.de/service-app](https://hek.de/service-app)



### E-Mail

[kontakt@hek.de](mailto:kontakt@hek.de)



### Sofortservice

Taggleiche Bearbeitung



### Postanschrift

HEK - Hanseatische Krankenkasse  
22039 Hamburg



### Facebook

[hek.de/facebook](https://hek.de/facebook)



### Instagram

[hek.de/instagram](https://hek.de/instagram)