



Gesunde Mitarbeiter – gesundes Unternehmen

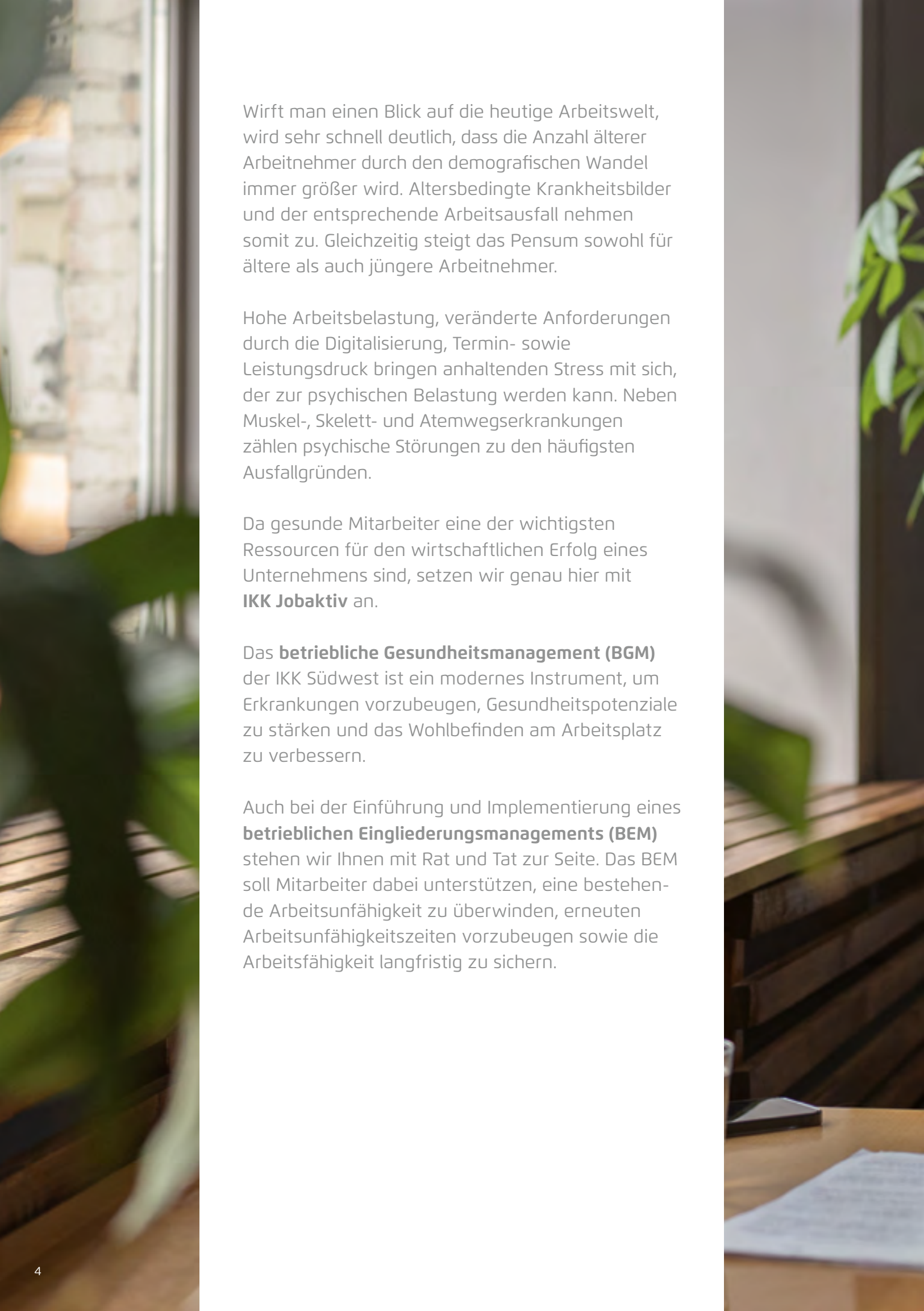


Bildnachweise:

iStock/jacoblund, Adobe Stock/Rido, Adobe Stock/DimaBerlin, Adobe Stock/Dragana Gordic, Adobe Stock/Arnéll Koegelenberg/peopleimages.com, Adobe Stock/gstockstudio, Adobe Stock/dusanpetkovic1, Adobe Stock/Alexis Scholtz/peopleimages.com, Adobe Stock/insta_photos, IKK Südwest

01 Gesundheit ist Mehrwert	4
02 Gesund bleiben	8
03 Gesund werden	14
04 Gesund unterwegs und vor Ort	16
05 Gesund weiterbilden	18

Im Sinne einer besseren Lesbarkeit haben wir uns dazu entschieden, in unseren Medien jeweils die männliche oder die weibliche Form zu nutzen. Es ist uns hierbei sehr wohl bewusst, dass Sprache weder neutral noch universal oder objektiv ist. Die Entscheidung für die verkürzte Sprachform hat ausschließlich redaktionelle Gründe und stellt keinerlei Wertung dar. Jede Person – unabhängig vom Geschlecht – soll sich von unseren Texten gleichermaßen angesprochen fühlen.



Wirft man einen Blick auf die heutige Arbeitswelt, wird sehr schnell deutlich, dass die Anzahl älterer Arbeitnehmer durch den demografischen Wandel immer größer wird. Altersbedingte Krankheitsbilder und der entsprechende Arbeitsausfall nehmen somit zu. Gleichzeitig steigt das Pensum sowohl für ältere als auch jüngere Arbeitnehmer.

Hohe Arbeitsbelastung, veränderte Anforderungen durch die Digitalisierung, Termin- sowie Leistungsdruck bringen anhaltenden Stress mit sich, der zur psychischen Belastung werden kann. Neben Muskel-, Skelett- und Atemwegserkrankungen zählen psychische Störungen zu den häufigsten Ausfallgründen.

Da gesunde Mitarbeiter eine der wichtigsten Ressourcen für den wirtschaftlichen Erfolg eines Unternehmens sind, setzen wir genau hier mit **IKK Jobaktiv** an.

Das **betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)** der IKK Südwest ist ein modernes Instrument, um Erkrankungen vorzubeugen, Gesundheitspotenziale zu stärken und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern.

Auch bei der Einführung und Implementierung eines **betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM)** stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Das BEM soll Mitarbeiter dabei unterstützen, eine bestehende Arbeitsunfähigkeit zu überwinden, erneuten Arbeitsunfähigkeitszeiten vorzubeugen sowie die Arbeitsfähigkeit langfristig zu sichern.



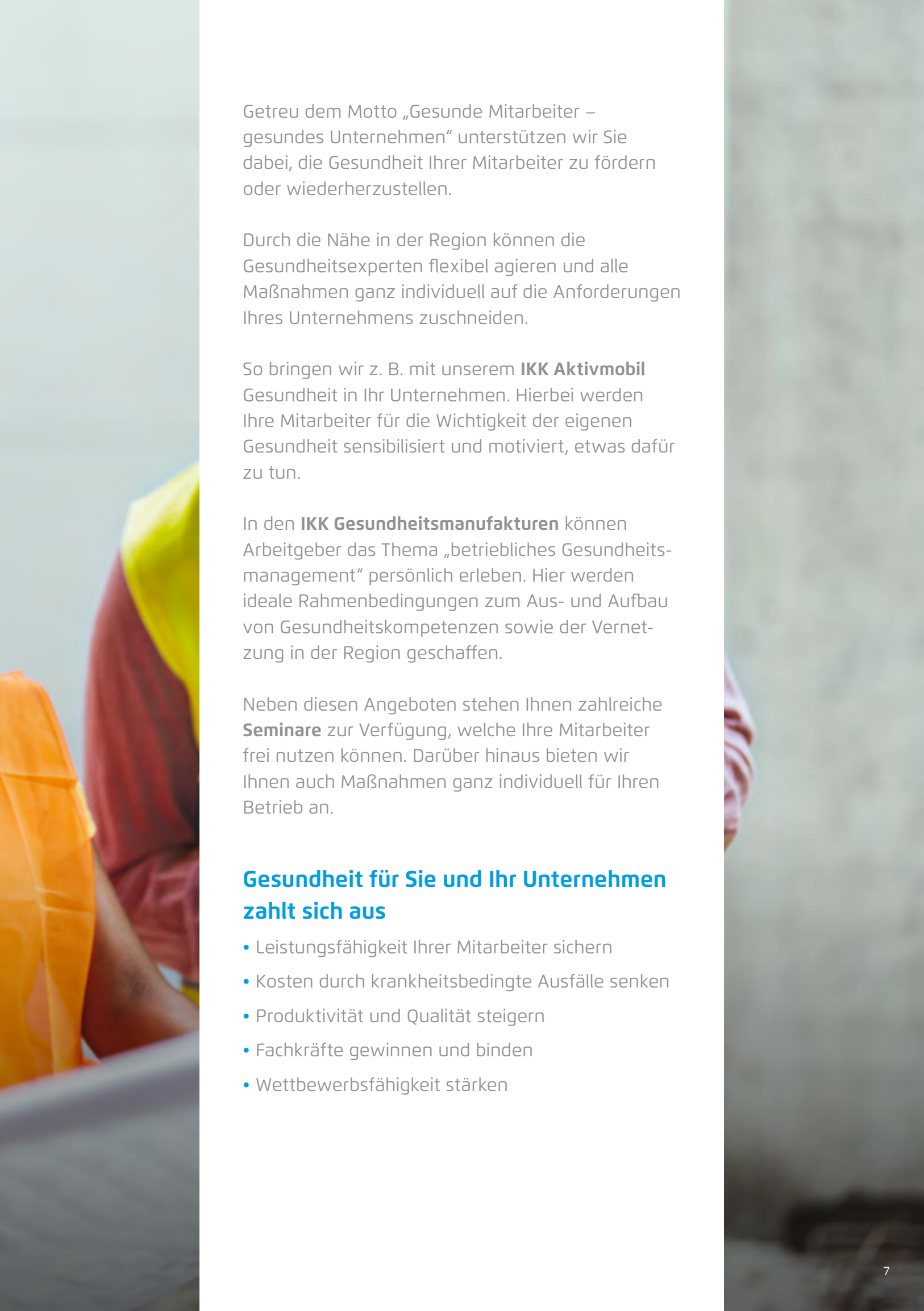
01

GESUNDHEIT
IST MEHRWERT



GESUNDHEIT
IST MEHRWERT

01



Getreu dem Motto „Gesunde Mitarbeiter –
gesundes Unternehmen“ unterstützen wir Sie
dabei, die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter zu fördern
oder wiederherzustellen.

Durch die Nähe in der Region können die
Gesundheitsexperten flexibel agieren und alle
Maßnahmen ganz individuell auf die Anforderungen
Ihres Unternehmens zuschneiden.

So bringen wir z. B. mit unserem **IKK Aktivmobil**
Gesundheit in Ihr Unternehmen. Hierbei werden
Ihre Mitarbeiter für die Wichtigkeit der eigenen
Gesundheit sensibilisiert und motiviert, etwas dafür
zu tun.

In den **IKK Gesundheitsmanufakturen** können
Arbeitgeber das Thema „betriebliches Gesundheits-
management“ persönlich erleben. Hier werden
ideale Rahmenbedingungen zum Aus- und Aufbau
von Gesundheitskompetenzen sowie der Vernet-
zung in der Region geschaffen.

Neben diesen Angeboten stehen Ihnen zahlreiche
Seminare zur Verfügung, welche Ihre Mitarbeiter
frei nutzen können. Darüber hinaus bieten wir
Ihnen auch Maßnahmen ganz individuell für Ihren
Betrieb an.

Gesundheit für Sie und Ihr Unternehmen zahlt sich aus

- Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter sichern
- Kosten durch krankheitsbedingte Ausfälle senken
- Produktivität und Qualität steigern
- Fachkräfte gewinnen und binden
- Wettbewerbsfähigkeit stärken



IKK Jobaktiv, das BGM der IKK Südwest, besteht aus den drei Bausteinen Analyse, Beratung und Coaching. Dieses Erfolgs-ABC bringt Ihnen ein gesundes Unternehmen. Unsere Gesundheitsexperten unterstützen Sie hierbei – mit passgenauen Maßnahmen, die es Ihnen einfach machen, das BGM umzusetzen.

Die Analyse

Grundlage für ein erfolgreiches Gesundheitsmanagement in Ihrem Betrieb sind verlässliche Daten und Fakten. Dafür ermitteln unsere Gesundheitsexperten den Ist-Zustand und decken positive wie negative Einflussfaktoren auf, die die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter am Arbeitsplatz beeinflussen.

Im Rahmen der Analyse schauen wir genau hin und führen verschiedene computergestützte und analoge Maßnahmen durch, z.B.:

- Arbeitsplatzanalysen
- Arbeitsunfähigkeitsanalysen
- Altersstrukturanalysen
- Computergestützte Gesundheits-Checks
- Experteninterviews
- Mitarbeiterbefragungen



02

GESUND BLEIBEN



GESUND BLEIBEN

OR



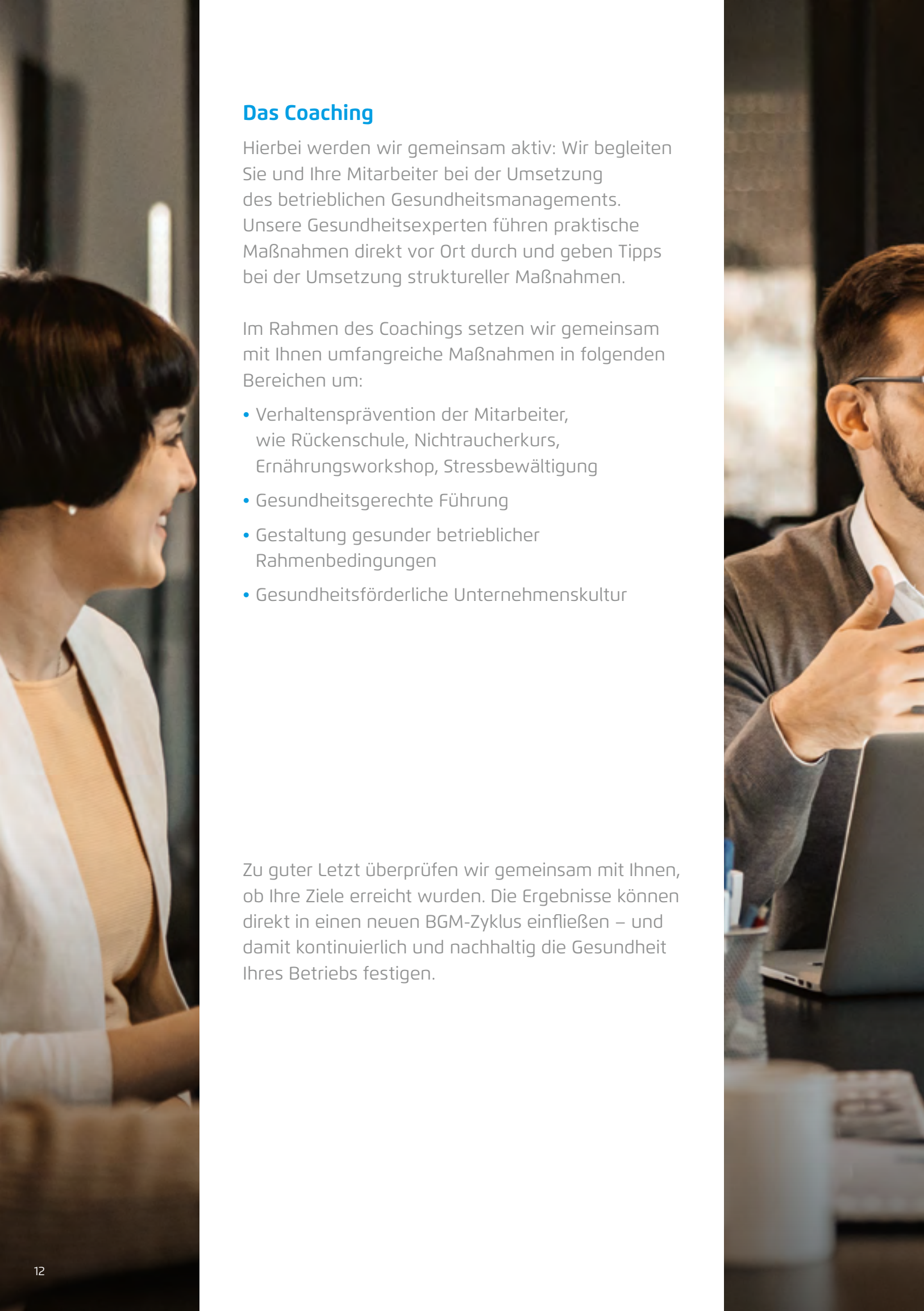
Die Beratung

Anhand der Analyseergebnisse ermitteln unsere Experten den konkreten Handlungsbedarf für Ihren Betrieb. Gemeinsam legen wir geeignete Maßnahmen fest, die ganz individuell zu Ihrem Betrieb, Ihren finanziellen Ressourcen und personellen Gegebenheiten passen. Dazu gehören auch Vorschläge, um Arbeitsabläufe und -organisation gesundheitsorientiert zu gestalten.

Themenschwerpunkte bei der Beratung können sein:

- Unterstützen beim Aufbau eines Projektmanagements
- Moderation von Arbeitsgruppen, Gesundheitszirkeln und ähnlichen Gruppen
- Beratung zu gesundheitsförderlichen Arbeitsbedingungen
- Beratung zu allen Themen der Beschäftigtengesundheit
- Beratung über BGM-Fördermöglichkeiten
- Interne Öffentlichkeitsarbeit
- Unterstützen beim betrieblichen Eingliederungsmanagement
- Überbetriebliche Beratung und Vernetzung
- Dokumentation, Evaluation und Qualitätssicherung





Das Coaching

Hierbei werden wir gemeinsam aktiv: Wir begleiten Sie und Ihre Mitarbeiter bei der Umsetzung des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Unsere Gesundheitsexperten führen praktische Maßnahmen direkt vor Ort durch und geben Tipps bei der Umsetzung struktureller Maßnahmen.

Im Rahmen des Coachings setzen wir gemeinsam mit Ihnen umfangreiche Maßnahmen in folgenden Bereichen um:

- Verhaltensprävention der Mitarbeiter, wie Rückenschule, Nichtraucherkurs, Ernährungsworkshop, Stressbewältigung
- Gesundheitsgerechte Führung
- Gestaltung gesunder betrieblicher Rahmenbedingungen
- Gesundheitsförderliche Unternehmenskultur

Zu guter Letzt überprüfen wir gemeinsam mit Ihnen, ob Ihre Ziele erreicht wurden. Die Ergebnisse können direkt in einen neuen BGM-Zyklus einfließen – und damit kontinuierlich und nachhaltig die Gesundheit Ihres Betriebs festigen.



02

GESUND BLEIBEN

GESUND WERDEN

03





Das BEM ist eine wichtige Säule im BGM. Unsere Experten beraten Sie bei der Umsetzung der gesetzlichen Vorgaben und unterstützen Sie bei der Implementierung eines BEM in Ihrem Unternehmen sowie der Optimierung bestehender Strukturen.

Gesetzliche Grundlage

Die Grundlage für das BEM bildet § 167 Abs. 2 SGB IX. Dieser verpflichtet den Arbeitgeber, allen Mitarbeitern, die innerhalb von zwölf Monaten länger als sechs Wochen ununterbrochen oder wiederholt arbeitsunfähig erkrankt sind, ein BEM anzubieten.

Unterstützung durch die IKK Südwest

In einem umfassenden Klärungsprozess kann der Arbeitgeber die Betroffenen adäquat bei der Wiederherstellung einer bestmöglichen Arbeitsfähigkeit sowie der Stabilisierung der gesundheitlichen Situation unterstützen.

Damit dies optimal gelingen kann, stehen wir Ihnen bei der Umsetzung des BEM mit folgenden Maßnahmen zur Seite:

- Beratung zu Arbeitgeberpflichten im BEM
- Unterstützung beim Einführen und langfristigen Implementieren eines BEM in Ihrem Betrieb
- Handlungsempfehlungen zur Umsetzung des mehrphasigen BEM-Prozesses
- Selektion und Dokumentation von BEM-Fällen
- Schulen der BEM-Verantwortlichen im Unternehmen
- Prozessoptimierungen
- Bereitstellen eines Formularwesens

Unser Ziel ist es, Ihre Mitarbeiter zu motivieren, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Hierzu besuchen wir Ihr Unternehmen gerne mit unserem IKK Aktivmobil.

Folgende Messungen bieten wir in unserem Aktivmobil an:

- Herz-Kreislauf-Check
- Rücken-Check
- Gleichgewichts-Check
- Stoffwechselanalyse
- Blutdruck und Lebensstil
- Beweglichkeitsanalyse

Durch die Messungen können Haltungs- und Bewegungsdefizite erkannt und Risikofaktoren gemindert werden, um gesundheitlichen Problemen sowie Überlastungen vorzubeugen. Durch den Besuch mit unserem Aktivmobil in Ihrem Unternehmen entsteht für Sie kein logistischer Aufwand, sodass der Betriebsablauf nicht gestört wird. Die Mitarbeiter besuchen ganz einfach unser Mobil und profitieren von allen Angeboten, die wir im Rahmen unserer Gesundheitsmessungen bereithalten und die Sie zuvor individuell ausgewählt haben. So können Sie Ihre Mitarbeiter nicht nur für ein gesünderes Leben begeistern, sondern auch langfristig durch die Steigerung ihrer Leistungsfähigkeit profitieren.

Auch die Gesundheitsmanufakturen in Wiesbaden, Koblenz und Kaiserslautern bieten die Möglichkeit, Gesundheitsförderung live zu erleben und sich von unseren Gesundheitsexperten beraten zu lassen. Wir bieten Ihnen regelmäßig Veranstaltungen zu Themen des BGM und schaffen gemeinsam zahlreiche Gelegenheiten zum Netzwerken sowie zum Austausch mit anderen Betrieben.



04

GESUND UNTERWEGS
UND VOR ORT



GESUND WEITERBILDEN

5

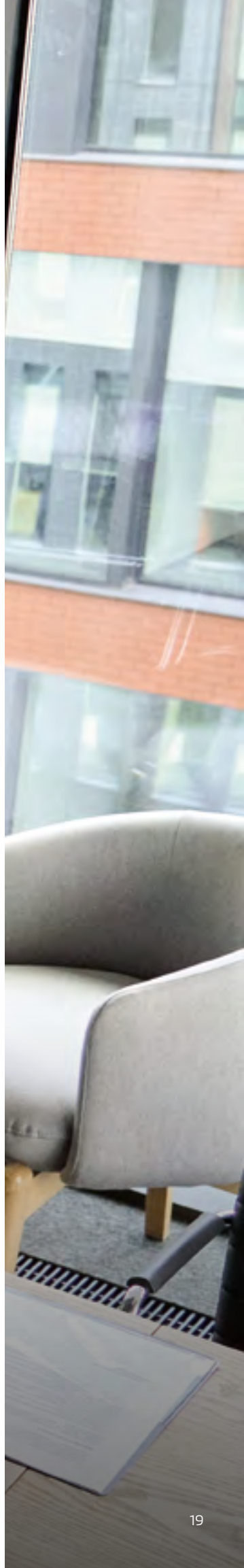


Wir bieten Ihnen zahlreiche Seminare, Netzwerktreffen, Vorträge und Workshops zu allen Themen der Gesundheitsförderung und des BGM. Darüber hinaus können Sie und Ihre Mitarbeiter nicht nur an unseren unternehmensübergreifenden Online-Seminaren teilnehmen, sondern die Themen auch vor Ort oder digital ganz individuell im eigenen Unternehmen nutzen. Dabei stimmen wir Umfang und Format flexibel auf Ihre Bedürfnisse sowie die Ihrer Mitarbeiter ab.

In unserem Programm bieten wir Ihnen vielfältige Veranstaltungen zu bspw. folgenden Themen:

- Für Auszubildende: Gesunder Start ins Arbeitsleben
- Gesunde Führung: Gestalten gesunder Arbeitsbedingungen und Beziehungen für leistungsfähige Mitarbeiter
- Suchtprävention: Suchtfrei arbeiten durch Information und Aufklärung
- Ernährung: Leistungsfähig und genussvoll durch den Arbeitsalltag
- Bewegung: Mitarbeiter zu einem gesundheitsförderlichen Bewegungs- und Arbeitsverhalten befähigen
- Stressbewältigung: Ressourcen stärken und belastende Situationen meistern
- Pflege gestalten – Gesundheit erhalten für Beschäftigte in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen
- Betriebliches Eingliederungsmanagement: Erfolgreich einführen und umsetzen

Wir fördern darüber hinaus auch die Qualifizierung von Mitarbeitern zum betrieblichen Gesundheitsmanager, damit diese anschließend selbst das betriebliche Gesundheitsmanagement in ihren Unternehmen aufbauen und nachhaltig weiterentwickeln können.



IKK Südwest

Europaallee 3 – 4
66113 Saarbrücken
Telefon: 06 81/38 76-1000
E-Mail: service@ikk-sw.de

www.ikk-jobaktiv.de