

Newsletter

Betriebliche Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe



Ausgabe 06/2011

Sehr geehrte Damen und Herren,

nachfolgend finden Sie die neuesten Informationen rund um die Themen Betriebliche Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe.

Mit freundlichen Grüßen
Ihr BKK Newsletter Team

Unsere Meldungen:

4 Mio. Deutsche leiden an einer behandlungsbedürftigen Depression

Die Depression gehört zu den häufigsten und hinsichtlich ihrer Schwere am meisten unterschätzten Erkrankungen. Weltweit stehen Depressionen derzeit an vierter Stelle der häufigsten Krankheitsursachen und sollen bis zum Jahr 2020 die nach Herz- Kreislauferkrankungen am weitesten verbreiteten gesundheitlichen Beeinträchtigungen sein. [mehr...](#)

Gesundheit als strategischer Vorteil für erfolgreiche Unternehmen

Europaweit erkennen Unternehmen zunehmend: Gesundheit gehört nach oben auf die Prioritätenliste. Doch was zeichnet ein erfolgreiches betriebliches Gesundheitsmanagement aus, und welche Hindernisse müssen dabei aus dem Weg geräumt werden? Darüber diskutierten 22 Unternehmen des Netzwerks Enterprise for Health auf ihrem 19. Businessmeeting in Budapest. [mehr...](#)

Neuaufgabe der Praxishilfe "Psychisch krank im Job - was tun?"

Die Praxishilfe "Psychisch krank im Job - was tun?" enthält in ihrer Neuaufgabe Ergänzungen u. a. zu Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz. Sie bietet insbesondere Führungskräften und Personalverantwortlichen Orientierung und fachpraktische Informationen zum Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitern. Die Broschüre gibt einen Überblick über Belastungsfaktoren, Krankheitsbilder und ihre Auswirkungen im Betrieb sowie Handlungsmöglichkeiten in akuten Situationen. [mehr...](#)

Zeig mehr Größe – Videowettbewerb zum Thema Essstörungen

Start des bundesweiten Videowettbewerbes der Initiative „bauchgefühl“ am 12. September 2011. Unter dem Motto „Project Size Zero? Zeig mehr Größe!“ sind Kinder und Jugendliche aufgerufen, sich in Videobeiträgen mit dem Thema Essstörungen und deren Vorbeugung auseinanderzusetzen. Weitere Informationen ab Anfang September auf [mehr...](#)

BKK- webTV - Stress + Entspannung - Gesundheitstipps nicht länger nur lesen, sondern auch sehen und hören

Mit BKK- webTV bietet der BKK- Landesverband NORDWEST ein kostenloses Video- und Medienportal an "... weil gesund bleiben einfach gesünder ist" ist die Quintessenz dieser Webseite: Der Interessierte kann sich durch vielfältige, leicht verständliche Beiträge im Video- oder PDF- Format informieren. Das Spektrum reicht von Vorsorge oder Früherkennung über Fitnesstipps bis hin zu neuen Angeboten für Pflegebedürftige und gesundheitlichen Förderprogrammen für Kinder. Und jeden Monat erweitern wir unser Angebot durch neue und zeitgemäße Beiträge [mehr...](#)

[PDF - Newsletter- Archiv](#)

Einige der hier aufgeführten Themen und Artikel gibt es nicht in den einzelnen Webseiten sondern nur hier. Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt. Der Newsletter darf gerne weiter empfohlen werden.

Impressum:

BKK Bundesverband, Kronprinzenstrasse 6, 45128 Essen

Redaktion:

Dr. Alfons Schröer, Christoph Schwippert, Brigitte Jürgens- Scholz, Dr. Reinhold Sochert, Dagmar Johannes, Jürgen Wolters.

Ihr persönlicher Ansprechpartner:

Christoph Schwippert Tel. 0201 / 56596-56, Schwippert@teamgesundheit.de

BKK Gesundheit aktuell / Top News:

150. Unternehmen unterzeichnet die Luxemburger Deklaration zur Betrieblichen

Gesundheitsförderung in der EU

Im Mai 2011 bekannte sich das 150. Unternehmen zu den Prinzipien der Luxemburger Deklaration. Immer mehr Unternehmen übernehmen soziale Verantwortung für ihre Mitarbeiter, dadurch, dass sie die Ziele der Luxemburger Deklaration in ihre Unternehmensleitlinien aufnehmen und diese so zum festen Bestandteil der Unternehmenskultur werden lassen. [mehr...](#)

Veranstaltungen & Termine:

Terminankündigung: 22. September 2011, Düsseldorf - BKK Selbsthilfe Tag 2011, im Rahmen der REHACare International
[mehr...](#)

1. Oktober 2011, Leipzig - 1. Deutscher Patientenkongress Depression

Der Kongress soll Betroffenen und deren Angehörigen eine Plattform bieten und wird vom Schirmherrn der Stiftung Deutsche Depressionshilfe dem Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt moderiert. [mehr...](#)

17. November 2011, Essen - Seminar: Strategien für den Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitern

Überbetriebliches Seminar für interessierte Einzelpersonen [mehr...](#)

17. - 18. November, Dresden - Dresdner Gespräch Gesundheit und Arbeit --- Wurm sucht Fisch - Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung, bei der die Zielgruppe anbeißt

[mehr...](#)

Terminankündigung: 29.-30. November 2011, Köln - Wettbewerbsvorteil Gesundheit
[mehr...](#)

4 Mio. Deutsche leiden an einer behandlungsbedürftigen Depression

Die Depression gehört zu den häufigsten und hinsichtlich ihrer Schwere am meisten unterschätzten Erkrankungen. Weltweit stehen Depressionen derzeit an vierter Stelle der häufigsten Krankheitsursachen und sollen bis zum Jahr 2020 die nach Herz- Kreislaufkrankungen am weitesten verbreiteten gesundheitlichen Beeinträchtigungen sein.

In Deutschland leider derzeit ca. vier Mio. Menschen an einer behandlungsbedürftigen Depression, von denen nur eine Minderheit eine optimale Behandlung erhält. Die Gründe hierfür sind vielfältig: mangelndes Wissen über die Erkrankung in der Bevölkerung, Angst oder Scham vor Stigmatisierung seitens der Betroffenen sowie diagnostische und therapeutische Defizite in der Versorgung und weitere. Die Deutsche Depressionsliga, eine reine Betroffenenorganisation und Selbsthilfe- Vertretung, und die gemeinnützige Stiftung Deutsche Depressionshilfe setzen sich für eine bessere Versorgung depressiv Erkrankter ein und planen mit dem 1. Deutschen Patientenkongress zum Thema Depression eine wegweisende Veranstaltung.

Weiterführende Informationen: http://www.depressionsliga.de/index.php/news_aktivit%C3%A4ten/items/1_Deutscher_Patientenkongress_Depression.html

Gesundheit als strategischer Vorteil für erfolgreiche Unternehmen

Europaweit erkennen Unternehmen zunehmend: Gesundheit gehört nach oben auf die Prioritätenliste. Doch was zeichnet ein erfolgreiches betriebliches Gesundheitsmanagement aus, und welche Hindernisse müssen dabei aus dem Weg geräumt werden? Darüber diskutierten 22 Unternehmen des Netzwerks Enterprise for Health auf ihrem 19. Businessmeeting in Budapest.

Oft versuchen Unternehmen lediglich die Symptome zu bekämpfen und gestalten das Drumherum, aber nicht die eigene Organisation. Einen Familienservice oder Entspannungsoszen anzubieten, ist sicherlich für den einen oder anderen Mitarbeiter hilfreich, löst aber das Grundproblem nicht. Man kann weiter Vollgas geben, die Insassen sind ja angeschnallt und die Airbags aktiviert.

Ein erfolgreiches Gesundheitsmanagement baut auf verschiedenen Ansätzen auf. Da waren sich alle beteiligten Unternehmensvertreter einig. Aber die Herausforderungen, denen man sich stellen muss, sind ebenso vielfältig.

Wie reduziert man den Widerstand von Mitarbeitern gegenüber Gesundheitsangeboten und steigert die Teilnehmerzahl? Wie erreicht ein Gesundheitsmanager das mittlere Management?

Gutes betriebliches Gesundheitsmanagement ist auch gutes Marketing. Die Vorteile, die es auch für die Führungskräfte bringt, müssen deutlich herausgearbeitet werden.

Und: Betriebliches Gesundheitsmanagement sollte bereits in die Ausbildung von Nachwuchskräften an den Business Schulen eine Rolle spielen. So fällt die Umsetzung und Überzeugungsarbeit in den Unternehmen später leichter.

Doch vielleicht sind auch gerade auf der Führungsebene mehr Incentives notwendig: Sollten die Ergebnisse von Mitarbeiterbefragungen nicht auch in die Bewertung und Entwicklung von Führungskräften einbezogen werden?

Unerlässlich: Das Topmanagement muss überzeugt werden, damit es mit gutem Beispiel ("leading by example") vorausgeht.

Ein zielführendes BGM Programm zeichnet sich dadurch aus, dass Gesundheit und Wohlbefinden als Teil der Geschäftsstrategie etabliert sind und geeignete Messinstrumente (z. B. Balanced Scorecard) zur Erfassung seines Erfolgs vorhanden sind. Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiter ist Teil der CSR- Strategie eines Unternehmens. Und auch darüber wurde in Budapest diskutiert: Mitarbeiter wünschen sich zwar Maßnahmen des BGM, nehmen Angebote dann aber nicht wahr. Spezielle Angebote für einzelne Mitarbeitergruppen, mit unterschiedlichen Interessenslagen und Motivation helfen hier aus der Klemme: "One fits all" ist zu wenig. Interessierte Mitarbeiter aus verschiedenen Produktionsstandorten sollten mit einbezogen werden, um deren Bedürfnisse kennen zu lernen. Bei der Überzeugungsarbeit hilft auch die Kommunikation der Erfolgsgeschichten von Mitarbeitern, die am BGM teilnehmen.

Ein Tabuthema in vielen Unternehmen: Die Frage nach der psychischen Gesundheit. Dieses Tabu muss aufgebrochen werden. Es ist eine unternehmenskulturelle Frage, ob psychische Gesundheit ein Randthema im Unternehmen bleibt oder es offen diskutiert werden kann. Vielleicht gelingt das mit einem "Erste Hilfe Programm" für psychische Gesundheit: Befragungen helfen, psychische Belastungen zu erkennen und interne Fokusgruppen erarbeiten Lösungen, diese zu reduzieren. Die Mitarbeiter selbst werden mittels eines individuellen Analysebogens ermutigt, sich auch den Spiegel vorzuhalten: Wo und wodurch sind sie gefährdet? Wie sieht es mit ihrer Life Balance aus?

Relativ neu sind Angebote, die unter dem Begriff "Resilienztraining" angeboten werden. Auch sie zielen darauf ab, die Person zu stärken und mit den organisationalen Problemen so umzugehen, dass sie sie nicht krank machen, sondern sie, wie eine Impfung, gegen Stress, Überforderung und Führungsmängel immunisieren. Dies ist sicherlich eine gute Sache, doch als alleinige Maßnahme ohne eine begleitende Organisationsentwicklung auf Dauer ebenfalls nicht sinnvoll.

Gerade im Zusammenhang mit psychischen Belastungen ist die Organisationsstruktur in starkem Maße mitentscheidend für den Erfolg von Maßnahmen. Sicherheit, Anerkennung der Leistungen, Selbstbestätigung, Zugehörigkeit, Möglichkeiten der Selbstentfaltung und Identitätsbildung sind prägende Faktoren des Arbeitsalltags. Ob sie fehlen oder nur unterentwickelt sind, ist häufig eine Frage der Unternehmenskultur und der Werte, die die Organisation prägen.

Die Unternehmen, die dies erkannt haben, setzen daher auf allen drei Ebenen Maßnahmen an - Mitarbeiter, Team und Organisationsstruktur - um

mentale Belastungen zu reduzieren.

Weiterführende Informationen: <http://www.enterprise-for-health.org/>

Neuaufgabe der Praxishilfe "Psychisch krank im Job - was tun?"

Die Praxishilfe "Psychisch krank im Job - was tun?" enthält in ihrer Neuaufgabe Ergänzungen u. a. zu Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz. Sie bietet insbesondere Führungskräften und Personalverantwortlichen Orientierung und fachpraktische Informationen zum Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitern. Die Broschüre gibt einen Überblick über Belastungsfaktoren, Krankheitsbilder und ihre Auswirkungen im Betrieb sowie Handlungsmöglichkeiten in akuten Situationen.

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/versicherte/praeventionsprojekte-mehr-gesundheit-fuer-alle/seelische-gesundheit/psychisch-krank-im-job/>

Zeig mehr Größe –Videowettbewerb zum Thema Essstörungen

Start des bundesweiten Videowettbewerbes der Initiative „bauchgefühl“ am 12. September 2011. Unter dem Motto „Project Size Zero? Zeig mehr Größe!“ sind Kinder und Jugendliche aufgerufen, sich in Videobeiträgen mit dem Thema Essstörungen und deren Vorbeugung auseinanderzusetzen. Weitere Informationen ab Anfang September auf

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk-bauchgefuehl.de>

BKK- webTV - Stress + Entspannung - Gesundheitstipps nicht länger nur lesen, sondern auch sehen und hören

Mit BKK- webTV bietet der BKK- Landesverband NORDWEST ein kostenloses Video- und Medienportal an "... weil gesund bleiben einfach gesünder ist" ist die Quintessenz dieser Webseite: Der Interessierte kann sich durch vielfältige, leicht verständliche Beiträge im Video- oder PDF- Format informieren. Das Spektrum reicht von Vorsorge oder Früherkennung über Fitnessstipps bis hin zu neuen Angeboten für Pflegebedürftige und gesundheitlichen Förderprogrammen für Kinder. Und jeden Monat erweitern wir unser Angebot durch neue und zeitgemäße Beiträge

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk-webtv.de/rubrik.php?rubrik=6>

Terminankündigung: 22. September 2011, Düsseldorf - BKK Selbsthilfe Tag 2011, im Rahmen der REHACare International

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/versicherte/selbsthilfe/veranstaltungen/>

1. Oktober 2011, Leipzig - 1. Deutscher Patientenkongress Depression

Der Kongress soll Betroffenen und deren Angehörigen eine Plattform bieten und wird vom Schirmherrn der Stiftung Deutsche Depressionshilfe dem Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt moderiert.

Weiterführende Informationen: http://www.depressionsliga.de/index.php/news_aktivit%C3%A4ten/items/1_Deutscher_Patientenkongress_Depression.html

17. November 2011, Essen - Seminar: Strategien für den Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitern

Überbetriebliches Seminar für interessierte Einzelpersonen

Der BApK e.V. bietet in Kooperation mit dem BKK Bundesverband interessierten Einzelpersonen ein überbetriebliches Seminar an.

Nächster Termin: 17. November 2011, Essen

17.11.2011, 10.30 bis 16.30 Uhr

im Hause des BKK Bundesverbandes, Kronprinzenstraße 6, 45128 Essen

Teilnahmegebühr: 390 € zzgl. 7 % MWSt incl. Seminarunterlagen und Verpflegung

Anmeldungen bitte bis zum 02.11.2011 an Frau Sembowski, Tel: 0228-632646, Mail: Sembowski.bapk@psychiatrie.de

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/versicherte/praeventionsprojekte-mehr-gesundheit-fuer-alle/seelische-gesundheit/psychisch-krank-im-job/>

17. - 18. November, Dresden - Dresdner Gespräch Gesundheit und Arbeit --- Wurm sucht Fisch - Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung, bei der die Zielgruppe anbeißt

Weiterführende Informationen: <http://www.iga-info.de/veranstaltungen-und-ausstellungen.html>

Terminankündigung: 29.-30. November 2011, Köln - Wettbewerbsvorteil Gesundheit

Weiterführende Informationen: <http://www.bkk.de/arbeitgeber/betriebliche-gesundheitsfoerderung/veranstaltungsreihe-wettbewerbsvorteil-gesundheit/>

150. Unternehmen unterzeichnet die Luxemburger Deklaration zur Betrieblichen Gesundheitsförderung in der EU

Im Mai 2011 bekannte sich das 150. Unternehmen zu den Prinzipien der Luxemburger Deklaration. Immer mehr Unternehmen übernehmen soziale Verantwortung für ihre Mitarbeiter, dadurch, dass sie die Ziele der Luxemburger Deklaration in ihre Unternehmensleitlinien aufnehmen und diese so zum festen Bestandteil der Unternehmenskultur werden lassen.

Weiterführende Informationen: <http://www.noz.de/lokales/54342089/wurst-stahlbau-in-bersenbrueck-topfit-zum-chef-fruehstueck>