

Betriebliche Gesundheitsförderung in neuer Dimension

Die neue TopFit-Strategie für Mitarbeiter: Besser als jedes Gesundheitstraining „von der Stange“

Mit individuellen für jeden Mitarbeiter gestalteten TopFit-Programmen und persönlichen Motivatoren am Arbeitsplatz wird Betriebliche Gesundheitsförderung effizient wie nie zuvor. Konzerne wie die REWE Group setzen bereits auf diese neue Doppelstrategie für ihre Beschäftigten - zum fit werden und fit bleiben in Alltag und Beruf.

Köln/Regensburg - Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) ist der Schlüssel in eine bessere Arbeitswelt – zur Krankheitsvermeidung zum fit werden und fit bleiben der Mitarbeiter. Für Unternehmen ist Betriebliche Gesundheitsförderung zudem eine Chance zur deutlichen Reduzierung Arbeitsplatz bedingter Krankheitstage. Das in dreijähriger Arbeit entwickelte BGM-Projekt TopFit eröffnet jetzt ganz neue Möglichkeiten für eine wirkungsvolle Gesundheitsvorsorge, ein attraktives Arbeitsumfeld und zum Schutz vor tätigkeitsbedingten körperlichen Überlastungen.

Ein bekanntes Problem: Betriebliche Gesundheitsförderung funktioniert nur dann, wenn die Beschäftigten bereit sind aktiv mitzumachen. Das neue BGM-Programm TopFit sorgt mit einer Doppelstrategie für hohe Teilnahmequoten und hohe Bereitschaft der Mitarbeiter selbst aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Statt nur kurzzeitig motivierende Gesundheitstage oder Feierabendkurse „von der Stange“ bietet TopFit per APP via Internet rund um die Uhr und auch für kurze Arbeitspausen individuell auf jeden Mitarbeiter und seine Tätigkeit zugeschnittene Trainings- und Entspannungsangebote.

Motoren des Erfolgs: die TopFit-Botschafter am Arbeitsplatz

Zum Novum wird das Programm durch ein angekoppeltes Motivatoren-System. Diese in den Betrieben ständig präsenten Motivatoren sorgen für die effiziente Umsetzung der Gesundheitstipps im Arbeitsalltag. Diese Motivatoren sind direkte Ansprechpartner und aktive Berater für jeden einzelnen zum Gesundheitsschutz an seinem eigenen Arbeitsplatz. „Ein solche Doppelkonzept ist nach meinem Wissenstand bisher einmalig in Deutschland“, sagt Claudia Staedele, Vorstand der Dr. Holiday AG. TopFit wurde in dreijähriger Arbeit von

einem Team aus Gesundheitswissenschaftlern, Sporttherapeuten und betrieblichen Gesundheitsmanagern entwickelt. 80 Unternehmen unterschiedlichster Größe setzen TopFit mittlerweile bereits ein, darunter auch die REWE Group für ihre 220.000 Mitarbeiter.

Krankenkassen-Zuschuss möglich

Motor für den Aufbau des TopFit-BGM-Systems ist die Dr. Holiday AG. Das Unternehmen ist seit mehr als 10 Jahren Marktführer im Bereich wohnortferner Präventionskurse für Versicherte gesetzlicher Krankenkassen. Basierend auf den Erfahrungen aus dem Bereich Prävention entstand das neue TopFit BGM-Konzept mit Modellcharakter.

Das gesamte TopFit-Leistungsspektrum und Leistungsportfolio ist von führenden gesetzlichen Krankenkassen geprüft und wird von ihnen auch finanziell gefördert. Der Vorteil für die Unternehmen: Die Ausbildung der TopFit-Botschafter kann von den Krankenkassen bezahlt werden.

Die DAK Gesundheit beispielsweise ist ein wichtiger Kooperationspartner beim BGM-Projekt „Gemeinsam.topfit“, das die Dr. Holiday AG für die REWE Group und ihre 220.000 Mitarbeiter entwickelt hat. „Das ist die derzeit größte und richtungsweisendste Kooperation, auf dem Gebiet des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, die es in Deutschland bisher gibt“, sagt Claudia Staedele vom Projekt-Koordinator bei der Dr. Holiday AG.

Zeigen, wie es richtig geht



Die TopFit-Strategie bietet Mitarbeitern ein breites Spektrum audio-visueller Informationen, um im Berufsalltag gesundheitliche Belastungen zu vermeiden. Von Kurz-Video-Sequenzen über Tragen und richtiges Heben (hier die Filmproduktion in einem Baumarkt) bis zu praxisnahen Tipps zum Augen und Rücken schonenden Arbeiten am Computer.