

Stillstand bedeutet Rückschritt – auch bei der Gesundheitsförderung

Begriffe wie kontinuierlicher Verbesserungsprozess (KVP) und stetige Weiterentwicklung sind in der Wirtschaft nicht mehr weg zu denken. Nicht nur in den Unternehmen, sondern auch im privaten Bereich begegnen wir dieser Erkenntnis. Wer erfolgreich sein will, muss an sich arbeiten. Raus aus der Routine, die Komfortzone verlassen und neue Wege gehen. Regelmäßiges Analysieren sowie Hinterfragen sind wichtige Instrumente um nicht stehen zu bleiben. In den meisten Unternehmen existieren solche Tools, die dafür sorgen, dass Produkte, Dienstleistungen und die Arbeitsqualität verbessert werden.

KVP fehlt in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Bei dem Thema Gesundheitsförderung werden die Maßnahmen zur kontinuierlichen Verbesserung nicht immer angewendet. Gerade im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) werden Kennzahlen herangezogen, die dem regelmäßigen Report und der Evaluation dienen. Im Endeffekt sollen Krankheitstage reduziert und die Produktivität gesteigert werden. Wenig Beachtung wird dabei dem KVP geschenkt. Betriebe ruhen sich oftmals auf dem bereits bestehenden Gesundheitsangebot aus. Getreu dem Motto: „Wir tun ja bereits etwas“. Aktives Hinterfragen sowie Analysieren der Ist-Situation fehlen, um eine stetige Weiterentwicklung voranzutreiben. Daraus resultiert, dass die Arbeitsunfähigkeitstage der Mitarbeiter gleich bleiben und eben nicht gesenkt werden. Stillstand bedeutet also nicht nur in der Wirtschaft, sondern auch in der Gesundheitsförderung den Rückschritt.

Neue Zielgruppen für Bewegungsangebote erreichen

Oft wird mit Gesundheits- und Bewegungsangeboten nur der Teil der Arbeitnehmer erreicht, die grundsätzlich bereits gesundheitsbewusst leben. Daher muss es Ziel eines BGM sein, eine neue Zielgruppe für das Thema Bewegung zu begeistern. Genau die Arbeitnehmer, die mit sportlicher Betätigung eher weniger zu tun haben, hätten es nötig. Diese Gruppe leidet eventuell bereits an den Volkskrankheiten wie Übergewicht, chronische Rückenbeschwerden oder Bluthochdruck. Dazu sind Aufklärung und spezielle Coachings notwendig. Wie aber soll ein Gesundheitsmanager genau diese Mitarbeiter coachen, wenn er selbst den ganzen Tag damit verbringt Sportkurse wie die Rückenschule oder Walken anzuleiten? Eine Möglichkeit wäre das Personal aufzustocken oder ein angeleitetes gesundheitsorientiertes Training anzubieten, welches ohne fixe Sporttermine und ohne Personal stattfinden kann.

Möglichkeit zur Verbesserung

Das Unternehmen [Just Functional](#) bietet all das in einem Produkt. Funktionelle Trainingsübungen werden einfach per Touchscreen ausgewählt und von einem virtuellem Personal Trainer angeleitet. Dadurch kann ein Betriebssportangebot ohne zusätzlichen Personalaufwand gewährleistet werden, was jederzeit zur Verfügung steht. Der Gesundheitsmanager kann statt Kurse anzuleiten neue Mitarbeiter zum Sport motivieren. Umdenken und neue Wege gehen, um langfristig gesund und erfolgreich zu sein lautet die Devise.