

# Gesundheitsförderung als Investition in die Zukunft

Die SPAR Handels-AG hat sich eine umfassende Gesundheitsförderung auf die Fahnen geschrieben – und umgesetzt

Die betriebliche Gesundheitsförderung im Konzernpersonalwesen der SPAR Handels-AG mit dem Namen STEP wurde vor drei Jahren gegründet und geht weit über die gesetzlichen Arbeitsschutzbestimmungen hinaus. Die erste rasante Aufbauphase wurde bereits im Juli vergangenen Jahres in der „Personalführung“ dargestellt.<sup>1</sup> Der folgende Beitrag beschreibt die weitere Entwicklung und Erfahrungen. Im Vordergrund steht die Darstellung eines Konzeptes, mit dem das Unternehmen eine erfolgreiche Gesundheitsstrategie in die Tat umgesetzt hat.

Die wichtigste Voraussetzung für die betriebliche Gesundheitsförderung bei der SPAR war das offensive Bekenntnis der Unternehmensleitung, dass gesunde und zufriedene Mitarbeiter die entscheidende Rolle zur Sicherung der Wettbewerbsfähigkeit des eigenen Unternehmens spielen. Für den Konzernpersonalleiter der SPAR ist die betriebliche Gesundheitsförderung im Sinne einer partnerschaftlichen Unternehmenskultur ein wichtiger Schwerpunkt.

Diese Überzeugung kommt durch mehrere Tatsachen zum Ausdruck: Die im Januar 1997 gegründete Abteilung für betriebliche Gesundheitsförderung besteht inzwischen aus sechs Mitarbeitern, die mit dem bereitgestellten Budget gezielte Maßnahmen zur Gesundheitsförderung planen und durchführen. Die abgeschlossene Konzernbetriebsvereinbarung bildet die Grundlage für alle Aktivitäten und für die Zusammenarbeit mit den Betriebsräten. Auch der Personalvorstand hat mit der Unterzeichnung der „Luxemburger Deklaration zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union“ gemeinsam mit seinen Vorstandskollegen die besondere Bedeutung der betrieblichen Gesundheitsförderung für die SPAR nochmals öffentlich unterstrichen.

Das bereits 1997 gegründete nationale Steuerungsgremium zur Gesundheitsförderung bei der SPAR hat sich sehr bewährt. In diesem zentralen Forum treffen sich regelmäßig alle für die SPAR Gesundheitsstrategie entscheidenden Bereiche. Hochrangige Vertreter aus Unternehmensleitung, Betriebsräten, Personalleitung, Personalentwicklung, den Bereichen Arbeitssicherheit und Arbeitsmedizin sowie der Betriebskrankenkasse und den Berufsgenossenschaften sorgen von der Planung bis zur Kontrolle und Bewertung aller Maßnahmen für eine ganzheitliche Konzeption und eine konsequente Umsetzung von STEP. Mit betrieblichen und individuellen Maßnahmen für eine dau-



erhafte Gesundheitsförderung verfolgt STEP folgende durch das Steuerungsgremium festgelegte Ziele, die nach ihrer Gewichtung aufgeführt sind: höhere Mitarbeiterzufriedenheit, Reduktion von Fehlzeiten, Verbesserung der Arbeitsbedingungen, Verbesserung der Gesundheitskompetenz, Steigerung der Kundenzufriedenheit und höhere Produktivität. Mit diesen Vorgaben lässt sich der Nutzen einer betrieblichen Gesundheitsförderung für das Unternehmen darstellen und der Erfolg der Maßnahmen wird messbar.

## Das Gesundheitsnetzwerk der SPAR

Das integrierte Konzept zur betrieblichen Gesundheitsförderung bei der SPAR zeichnet sich durch die Zusammenarbeit aller internen Gesundheitsbereiche aus. Mit dem entwickelten Gesundheitsnetzwerk, bestehend aus den Bereichen STEP, Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin, der Betriebskrankenkasse (BKK SPAR), den Gesundheitsbeauftragten und der Personalleitung, ist in idealer Weise eine Bündelung interner Kompetenzen gelungen, die gezielte Schwerpunkte im Rahmen der Gesundheitsstrategie des Unternehmens ermöglicht (vgl. Abb. 1).

Durch die frühzeitige Einbindung der jeweils relevanten Experten können alle Maßnahmen optimal entwickelt und gesteuert werden. Der gemeinsame klare Außenauftritt des Ge-



**Den Return on Investment** ihrer betrieblichen Gesundheitspolitik kann die SPAR Handels-AG nach der Gründung einer eigenen Betriebskrankenkasse künftig auch in Mark und Pfennig messen.

sundheitsnetzwerkes gegenüber den Mitarbeitern mit festen Ansprechpartnern zu einzelnen Themen erhöht die Akzeptanz und die Nachfrage zum gesundheitsfördernden Dienstleistungsangebot.

Die Ansiedlung von STEP im Konzernpersonalwesen der SPAR ist durch das innovative Personalmanagement des Unternehmens begründet. Hierbei steht eine Intensivierung der Personalbetreuung im Vordergrund. Die Mitarbeiter sind somit die Kunden des Personalwesens, das sich als Service- und Dienstleistungsbereich versteht. Genau hierzu passt das Verständnis von betrieblicher Gesundheitsförderung als moderne Unternehmensstrategie der SPAR, die darauf abzielt, Gesundheitspotenziale der Mitarbeiter zu stärken, Gesundheitsrisiken abzubauen und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern.

Die Personalreferenten der SPAR wurden umfangreich geschult, um auf diese Neuausrichtung des Personalwesens vorbereitet zu sein. Unter anderem wurden spezielle Handlungsempfehlungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung entwickelt und vorgestellt. Dieses Handbuch enthält alle bisherigen und laufenden Maßnahmen im Rahmen von STEP, die auch auf Anregung der Personalreferenten jederzeit weitergeführt und intensiviert werden können. Neben den Beschreibungen der einzelnen Maßnahmen bieten insbesondere die Abschnitte mit den Möglichkeiten zur Zusammenarbeit wertvolle Handlungsempfehlungen für die Personalreferenten. Damit wurde ein weiterer wichtiger Baustein geschaffen, um die Optimierung der Personalbetreuung mit Hilfe von STEP zielstrebig und intensiv zu verfolgen.

Einer der elementaren Bestandteile für den langfristigen Erfolg von STEP ist die eigene Betriebskrankenkasse SPAR. Zu einer Zeit, als sich die Krankenkassen aus der betrieblichen Gesundheitsförderung auf Grund der veränderten Gesetzgebung zurückziehen mussten, ist die SPAR selbst aktiv geworden. Das von der Gesundheitsförderung initiierte erfolgreiche Projekt zur Gründung einer eigenen Betriebskrankenkasse hat sich bereits in mehrfacher Hinsicht rentiert. Neben den spezifischen Angeboten der BKK SPAR bietet natürlich auch der niedrige Beitragssatz von aktuell 12,7 Prozent finanzielle Vorteile für die Mitarbeiter und den Konzern.

Als Besonderheit ist hervorzuheben, dass die eingesparten Kosten des Konzerns durch den günstigen Beitragssatz der BKK SPAR in die betriebliche Gesundheitsförderung investiert werden. Der sich daraus entwickelnde verbesserte Gesundheitszustand der Mitarbeiter führt zu einer geringeren Inanspruchnahme der Leistungen der BKK SPAR. Das wiederum ermöglicht eine Reduktion des Beitragssatzes und somit eine Erhöhung der Investitionen für die betriebliche Gesundheitsförderung. Dieses Verfahren unterstreicht die Bedeutung der BKK SPAR für das Gesamtkonzept zur Gesundheitsförderung.

Die Zusammenarbeit von STEP und der BKK SPAR ermöglicht überdies maßgeschneiderte und zielgerichtete Angebote zur Gesundheit am Arbeitsplatz, denn keine andere Krankenkasse kennt die spezifischen Arbeitsbedingungen so genau wie die eigene Betriebskrankenkasse. Demzufolge wurden ein arbeitsplatznahes Bewegungsprogramm für gewerbliche Mitarbeiter, eine konzernweite Nichtraucherkampagne und eine gemeinsame BKK SPAR/STEP Informationstafel für alle 400 Standorte entwickelt. Mit wachsendem Zulauf zu den bislang 4 700 Mitgliedern der BKK SPAR werden auf Basis von spezifischen Gesundheitsberichten gemeinsam weitere Aktivitäten entwickelt.

## Wissenschaftliche Zusammenarbeit

Neben der Zusammenarbeit mit den internen Gesundheitspartnern bestehen intensive Kontakte zu wissenschaftlichen Hochschuleinrichtungen. Im Rahmen eines Lehrauftrages des sportmedizinischen Institutes der Universität Hamburg können Sportstudenten gemeinsam mit STEP entwickelte Konzepte mit Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung bei der SPAR in der Praxis umsetzen.

Die Fachhochschule Hamburg mit den Fachbereichen Ökotoxikologie (Ernährungslehre) und Gesundheitswissenschaft wird ebenfalls in gezielte Projekte eingebunden. Hervorzuheben sind hier wissenschaftliche Beratungen zur Gemeinschaftsverpflegung und Ernährung, Diplomarbeiten und Ernährungsberatungen. Eine Studentin der Fachhochschule Magdeburg und des dortigen Studienganges Gesundheitsförderung und -management konnte im Rahmen ihres mehrmonatigen Praktikums ihr Fachwissen auch durch die Entwicklung von eigenen Konzepten einbringen und weiterentwickeln.

Diese wissenschaftlichen Kontakte sind aus mehreren Gründen wertvoll: Die hohen Qualitätsansprüche aller STEP-Maßnahmen können nur in enger Anbindung an wissenschaftliche Institutionen sichergestellt werden. Neue Anregungen aus den kooperierenden Hochschuleinrichtungen werden aufgegriffen und in gemeinsamer Projektarbeit umgesetzt. Durch die Beschäftigung von Praktikanten und Diplomanden wird externe Kompetenz für spezifische Fragestellungen intensiv genutzt. Eine wissenschaftliche Begleitung von Pilotprojekten erleichtert deren interne Vermarktung und weitere Verbreitung.

## Kommunikation und Information

Zusätzlich sind noch weitere Aktivitäten wichtig, die dazu dienen, STEP in alle Bereiche des Unternehmens zu tragen – was auf Grund der dezentralen Struktur der SPAR eine besondere Herausforderung darstellt. Insbesondere Informationen für die Mitarbeiter, beispielsweise über Projekte, Angebote und Erfolge von STEP, sind für die laufende Akzeptanz und Nachfrage von hoher Bedeutung. Dazu werden verschiedene Mittel eingesetzt. Die Mitglieder des nationalen Steuerungsgremiums leiten beispielsweise nach den einzelnen Sitzungen alle relevanten Informationen nach dem Schneeballprinzip an ihre jeweils zugeordneten Bereiche weiter.

Die STEP-Zeitschrift „STEP aktiv“ erreicht fünfmal jährlich alle Mitarbeiter und informiert über aktuelle Maßnahmen, bietet praktische Gesundheitstipps sowie für Mitarbeiter die Gelegenheit, über eigene Gesundheitsaktivitäten zu berichten. Als neues Kommunikationsmedium nutzt STEP das Intranet der SPAR. Hierüber können sich die Mitarbeiter über interessante Themen informieren oder auch mit STEP in Kontakt treten, um Broschüren und Informationsmaterial anzufordern.

Die Broschüren vermitteln vor allem einfache und praktische Hinweise zur Verbesserung des eigenen Gesundheitsverhaltens für die Bereiche Bewegung, Ernährung und Bewegungsapparat (Rücken). Aber auch bei individuellen Gesundheitsproblemen wird Hilfe angeboten. Über eine spezielle

Gesundheits-Hotline kann sich jeder Mitarbeiter bei Gesundheitsfragen individuell und vertraulich beraten lassen.

## Mitarbeiterpartizipation

Alle Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung können nur dann erfolgreich sein, wenn sie sich an den Bedürfnissen und Wünschen der Mitarbeiter orientieren und wenn auf spezifische Problemfelder mit individuellen Lösungen eingegangen wird. Um diesen Qualitätsanforderungen gerecht zu werden, hat STEP eine anonymisierte nationale Mitarbeiterbefragung und spezifisch konzipierte Gesundheitszirkel durchgeführt. In beiden Fällen war entscheidend, dass die Mitarbeiter aktiv ein-



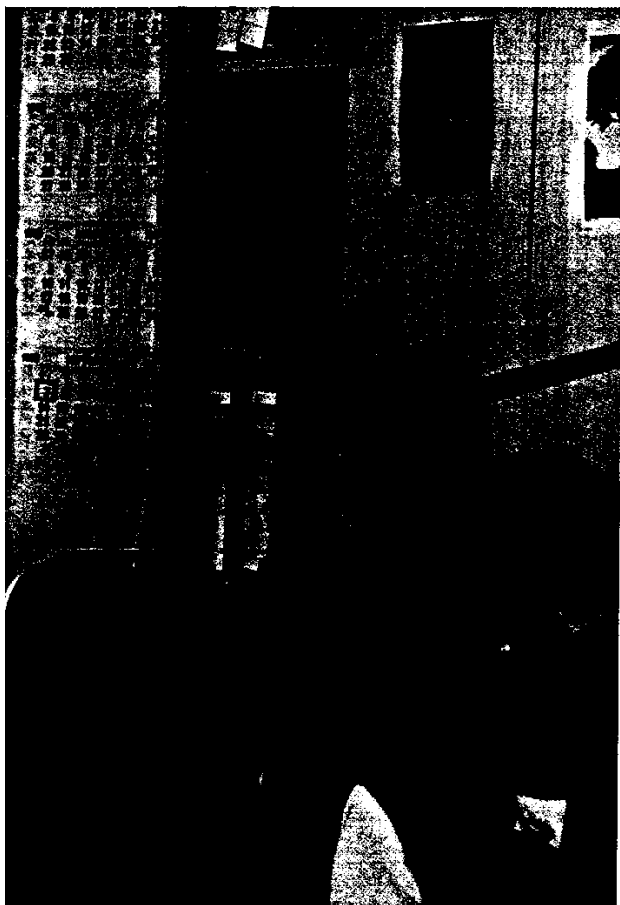
bezogen wurden. Denn sie selbst wissen am besten, welche Faktoren am Arbeitsplatz die Gesundheit belasten und wie man diese verbessern kann.

Die Mitarbeiterbefragung hat ergeben, dass in den meisten Bereichen die Belastung der Mitarbeiter nahe am Branchendurchschnitt liegt. Zur Lösung der durch die Befragung aufgezeigten Probleme arbeitet STEP eng mit der Personalentwicklung zusammen. Beispielsweise wird mit gezielten Schulungen

für Führungskräfte auf deren Verhalten gegenüber Mitarbeitern eingegangen. Mit den vermittelten Hinweisen und Hilfestellungen wird auch der Nutzen eines verbesserten Führungsverhaltens dargestellt.

Der zweite Punkt betrifft die Belastungen durch Arbeitsmittel: Die Auswertung hat gezeigt, dass sich die Mitarbeiter durch fehlende oder mangelhafte Arbeitsmittel belastet fühlen. Auch hierzu wurden vom Gesundheitsnetzwerk ausgehend entsprechende Verbesserungsmaßnahmen eingeleitet.

Gesundheitszirkel sind Problemlösungsgruppen, bestehend aus fünf bis sechs Mitarbeitern eines Tätigkeitsbereiches, zugehörigen Führungskräften und Sicherheitsexperten, die mit Hilfe einer neutralen Moderation zunächst Belastungen am Arbeitsplatz ermitteln und danach spezielle Lösungen erarbei-



**Vorbeugen ist besser als heilen** Nach diesem Prinzip fördert die SPAR zahlreiche Aktivitäten zum Gesundheitsschutz – zum Beispiel Bewegung an Büroarbeitsplätzen oder Information über richtige Ernährung.

ten. Bei der SPAR wurden für alle unterschiedlichen Arbeitsbereiche (z. B. Lager, Fuhrpark, Verwaltung, Kasse) Zirkel gebildet, um dadurch die Schwerpunkte für gesundheitsfördernde Maßnahmen zu ermitteln.

Exemplarisch aufgeführt sei hier ein bereichsübergreifendes Problem: Sowohl im Einzelhandel als auch im Fuhrpark, aber vor allem im Lager waren es oft defekte Rollwagen, die viel Zeit und Nerven kosteten und die es den Mitarbeitern unnötig schwer machten, Waren fachgerecht zu transportieren und einzusortieren. Die in den Gesundheitszirkeln erarbeiteten Lösungsvorschläge werden im Rahmen eines Pilotprojektes erprobt. Bei erfolgreichem Abschluss sollen diese Maßnahmen auf alle Lagerbereiche übertragen werden. In dieser Form wird auch bei anderen Maßnahmen verfahren.

STEP orientiert sich streng an anerkannten Qualitätskriterien. Daher ist es ein grundsätzliches Prinzip, zunächst an sorgfältig ausgewählten Standorten die Ausgangssituation zu analysieren. Sind die notwendigen Interventionen unter Einschluss aller Beteiligten geplant, werden bedarfsgerecht Maßnahmen zur Gesundheitsförderung durchgeführt. Eine begleitende Steuerung und abschließende Bewertung zeigt, wie diese Aktivitäten an anderen Standorten und Bereichen verbreitet werden können. Dieses Vorgehen ist auf Grundlage der dezentralen Struktur des Unternehmens ein effektiver und nachgewiesenermaßen erfolgreicher Weg.

## Zielgruppe Führungskräfte

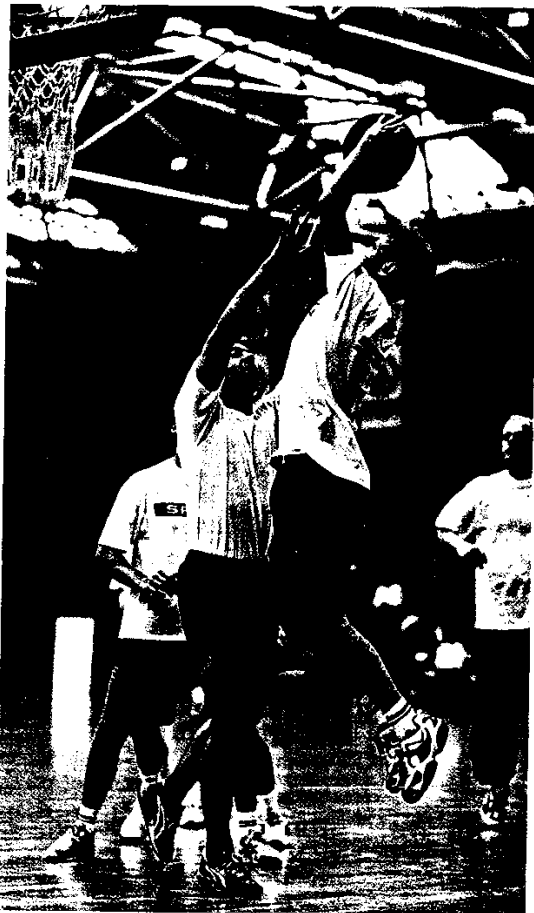
Die Vielseitigkeit von STEP zeigt sich bei den Angeboten für Führungskräfte, die eine herausragende Zielgruppe für Maßnahmen betrieblicher Gesundheitsförderung darstellen. Zum einen stehen sie selbst unter hohem Leistungsdruck, und zum anderen haben sie durch die Führung und als Vorbild von Mitarbeitern direkten Einfluss auf deren Gesundheit und Zufriedenheit. Daher muss der Manager heute absolut diszipliniert mit seinem Körper umgehen. Dass dies oft nicht der Fall ist, liegt daran, dass gesundheitsorientiertes Verhalten im beruflichen und privaten Alltag auf Grund des Zeitdruckes schwer umzusetzen ist.

Ein integriertes und ganzheitliches Gesundheitsseminar für die Führungskräfte bei SPAR ist hier ein wesentlicher Ansatzpunkt. Auf Basis eines während des Programmes analysierten individuellen Gesundheitsprofils und der erworbenen Gesundheitskompetenz werden gemeinsam mit den Führungskräften konkrete und persönliche Strategien zur Optimierung des Führungsverhaltens entwickelt. Ein maßgeschneidertes Coaching-Programm unterstützt und begleitet die Manager auf Wunsch bei der Umsetzung ihrer Ziele. Durch die effektive Verzahnung verschiedener Elemente werden die Seminarteilnehmer so an eine dauerhafte gesündere Lebens- und Verhaltensweise herangeführt. Das begeisterte Feedback der bisherigen Teilnehmer hat eine starke Nachfrage nach weiteren Gesundheitsseminaren ausgelöst. Bei der Frage nach der Kosten-Nutzen-Betrachtung wurde die Veranstaltung ausnahmslos als lohnenswert bewertet.

Um STEP bei der SPAR langfristig zu etablieren, ist es wichtig, den betriebswirtschaftlichen Nutzen aller Maßnahmen darzustellen. Hierzu stehen neuartige, in langjähriger Forschungsarbeit von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin entwickelte Evaluationsansätze zur Verfügung, die speziell auf die Bedürfnisse der SPAR zugeschnitten wurden. Regelmäßige Berichte im Rahmen eines Controllings ermöglichen

Zustandsbewertungen in Form von Kosten-Nutzen- und Kosten-Wirksamkeitsanalysen. Dadurch kann die Maßnahmenkomposition kontinuierlich optimiert werden, um die gesteckten Ziele der betrieblichen Gesundheitsförderung effektiv und effizient zu erreichen.

Die innovativen Komponenten dieses betriebswirtschaftlichen Steuerungskonzeptes bei der SPAR sind eine regelmäßige Bewertung, die korrektere Monetarisierung der Ausfallkosten und der Umfang der qualitativen Ziele. Damit ist SPAR das erste Unternehmen in Deutschland, dem ein Instrument für ein integriertes Gesundheitsförderungscontrolling zur Steuerung des betriebswirtschaftlichen Nutzens zur Verfügung steht. Eingeschlossen werden auch alle Maßnahmen der Bereiche Arbeitssicherheit und Arbeitsmedizin.



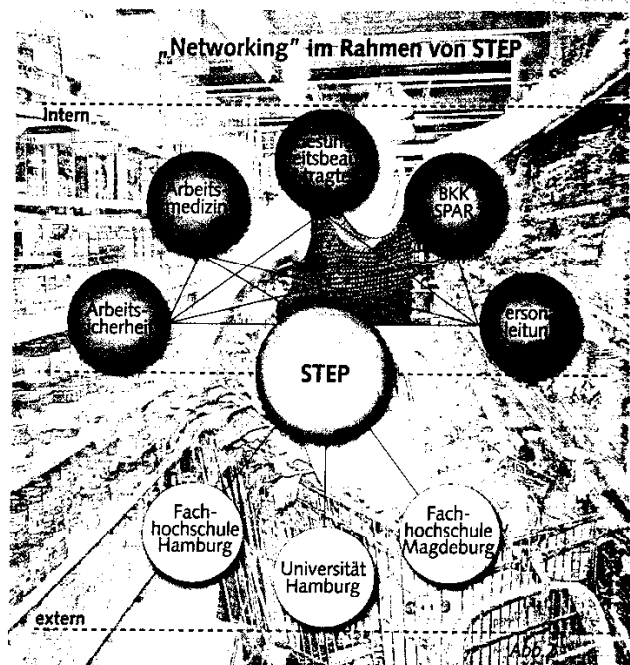
**Chronischer Bewegungsmangel** ist ein Problem in vielen Berufsgruppen. Vor dem Hintergrund einer Mitarbeiterbefragung fördert die SPAR insbesondere die körperliche Aktivität mit entsprechenden sportlichen Angeboten.

Bei Unternehmen in den USA hat die Worksite Health Promotion bereits einen besonderen Stellenwert. Etwa 80 Prozent

aller amerikanischen Firmen mit mehr als 50 Mitarbeitern haben ein eigenes Budget für Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Hierbei stehen vor allem Aktivitäten zur Verhaltensprävention, also beispielsweise Ernährungs-, Bewegungs- und Nichtraucherprogramme im Vordergrund.

Eine Meta-Auswertung von 30 bedeutenden Evaluationsstudien zur Überprüfung des wirtschaftlichen Nutzens von betrieblicher Gesundheitsförderung beweist: Sorgfältig geplante Studien zeigen, dass pro investierten Dollar ein Return zwischen 2,15 und 5,64 Dollar über einen Zeitraum von drei bis fünf Jahren für umfassende oder breit angelegte Gesundheitsprogramme erzielt wird.<sup>2</sup>

Bei der Diskussion über betriebswirtschaftlich messbare Effekte von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung stehen oft-



mals die krankheitsbedingten Fehlzeiten im Mittelpunkt des Interesses. Trotz der für STEP wirkungsvollen qualitativen Zielfelder wie Mitarbeiterzufriedenheit und Gesundheitskompetenz ist natürlich die Reduktion von Fehlzeiten ein wichtiges Ziel. Die SPAR hat hierzu Anfang 1997 ein eigenes Programm mit dem Namen „move!“ entwickelt. Im Mittelpunkt stehen Rückkehrgespräche, die jede Führungskraft mit seinem aus einer Krankheit zurückkehrenden Mitarbeiter führt.

„move!“ ist inzwischen weiterentwickelt worden, wobei insbesondere darauf Wert gelegt wurde, dass der Nutzen für die Mitarbeiter noch stärker herausgestellt wird. Ziel des Programmes sind zufriedene und gesunde Mitarbeiter.

Mehr als 1 500 intensiv geschulte Führungskräfte ermitteln gemeinsam mit dem Mitarbeiter Belastungen am Arbeitsplatz und verpflichten sich, die Probleme zu bearbeiten. Bei Gesundheitsproblemen außerhalb des Arbeitsplatzes steht das umfangreiche Gesundheitsangebot von STEP zur Verfügung, das über die Gesundheitsbeauftragten schnell und individuell vermittelt wird. Die Erfahrung hat gezeigt: In Bereichen, in denen das Programm begonnen und konsequent umgesetzt wurde, sanken die Fehlzeiten vergleichsweise deutlich.

## Bewegung und körperliche Aktivität

Ein besonderer Schwerpunkt von STEP liegt bei Maßnahmen zur Bewegung und körperlichen Aktivität. Begründet liegt dies zum einen in den Ergebnissen der nationalen Mitarbeiterbefragung. Die Mitarbeiter der SPAR wünschen sich insbesondere Angebote zur Stärkung ihrer Rückenmuskulatur oder auch Ausdauer- und Fitnessstraining.

Die Notwendigkeit für entsprechende Programme zeigt sich überdies darin, dass rund die Hälfte der Mitarbeiter sportlich völlig inaktiv ist, wobei ein enger Zusammenhang zwischen Bewegungsmangel und bestimmten gesundheitsrelevanten Pa-

rametern durch die Befragung festzustellen war. Die aktiven SPAR Mitarbeiter weisen nicht nur ein günstigeres Körpergewicht auf, sondern sind zusätzlich häufiger Nichtraucher, fühlen sich weniger durch Stress belastet und haben seltener Herz-Kreislaufbeschwerden. Zu vermuten ist, dass Mitarbeiter relativ unkritisch gegenüber dem eigenen Gesundheitsverhalten eingestellt sind. Das entspricht dem Lebensstil in der deutschen Bevölkerung. So achteten Anfang der 90er-Jahre rund 60 Prozent der erwachsenen Deutschen wenig bis gar nicht auf ihre Gesundheit. Zum Ausdruck kommt dies in den Behandlungskosten durch Ernährungsfehler, Bewegungsmangel und Rauchen, die nach Angaben des Bundesgesundheitsministeriums in Deutschland jährlich mehr als 240 Milliarden Mark betragen.

Aus Sicht der Epidemiologen könnten mehr als zwei Drittel dieser Kosten eingespart werden, vor allem bei der Behandlung von Herz-Kreislauferkrankungen und Krebs, die zusammen für 75 Prozent aller Sterbefälle verantwortlich sind. Noch immer erleiden beispielsweise jedes Jahr rund 280 000 Menschen in Deutschland einen Herzinfarkt, 180 000 sterben an den Folgen. Bewegungsmangel, Rauchen, Fettstoffwechselstörungen und Bluthochdruck sind die entscheidenden Risikofaktoren, die direkt auf eigenes Fehlverhalten zurückzuführen sind.

Die Lösung kann demnach letztlich nur in der Verhinderung solcher Erkrankungen liegen, in der Prävention. Die Herausforderung für STEP besteht also darin, die Eigenverantwortlichkeit der Mitarbeiter zu fördern und intensiv über gesundheitliche Zusammenhänge aufzuklären.

**Recherchieren auch Sie  
kostenlos in unseren  
umfangreichen  
Datenbanken!**

...und alles zum **Audit Beruf und Familie®**

Statistik

Literatur

Beispielhafte Unternehmen

Arbeits- und Sozialrecht

Familienorientierte Maßnahmen

Seminare und Veranstaltungen

© IRRODUMEN / graphic studio



**www.beruf-und-familie.de**

**Die Online-Infobörse für innovatives Personalmanagement**

- eine Initiative der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung
- nähere Informationen unter Tel. +49 (0)69-666-8413

## Gesundheitssport

Die Maßnahmen zur körperlichen Aktivität im Rahmen von STEP sind ganz darauf ausgerichtet, vielfältige gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme für alle Mitarbeiter anzubieten. Der „STEP Cup“ ist das nationale Sportfest für Mitarbeiter bei der SPAR. Zur letzten Veranstaltung im August 1998 trafen sich rund 700 Mitarbeiter auf der Sportanlage Oberwerth in Koblenz. In 18 Disziplinen kam es unter aktiver Beteiligung des Vorstandes zu begeisterten Wettkämpfen, bei denen Spaß und Fairness deutlich im Vordergrund standen.

Um dem freizeit- und Breitensportlichen Charakter der Veranstaltung gerecht zu werden, wurden neben Fußball, Volleyball, Leichtathletik und Schwimmen auch Schnupperkurse für Golf, Inline-Skating, Freeclimbing, Jonglieren und Bogenschießen angeboten. Auch die Rückschlagsportarten Tennis, Badminton und Squash erfreuten sich großer Beliebtheit. Wie viel Spaß Gesundheitssport machen kann, haben die Teilnehmer bei der Gymnastik und den Entspannungsübungen erfahren. Und natürlich gehörte zu dem Gesundheitssportfest auch die entsprechende Verpflegung: Statt Bratwurst gab es kohlenhydratreiche Sportlernahrung wie Nudeln und ein reichhaltiges Obstangebot.

Die alles verbindende Stimmung, besonders bei der Abendveranstaltung und der Siegerehrung, ließ bei allen Teilnehmern des „STEP Cups 98“ ein intensives Wir-Gefühl entstehen. Das motivations- und gesundheitsfördernde Großereignis wurde zu einem unvergesslichen Erlebnis. Bei der nachfolgenden Befragung sagten immerhin 83 Prozent der Teilnehmer, der „STEP Cup“ sei für sie der Anstoß für regelmäßige körperliche Aktivität gewesen. Von selbst versteht sich, dass eine solche Veranstaltung zusätzlich die Corporate Identity steigert.

STEP hat sich nach dem Sportfest die Aufgabe gestellt, den bewegungsmotivierten Mitarbeitern verschiedene Möglichkeiten zur körperlichen Aktivität anzubieten und sie dabei zu begleiten. Erster Ansatzpunkt waren die Betriebssportgruppen. Im vergangenen Jahr waren weniger als 400 Mitarbeiter betriebs-

sportlich aktiv. Um dieses Missverhältnis auszugleichen, startete STEP die Betriebssportinitiative.

Seit 1999 betreut STEP konzernweit die Betriebssportgruppen der SPAR und ist zum Beispiel Ansprechpartner bei Fragen zum Training oder Problemen bei der Sportstättenorganisation. Eine Hilfestellung zu diesen und weiteren Themen bietet auch das Betriebssportmanual, das bei den Personalreferenten und Gesundheitsbeauftragten einzusehen ist. Durch diese Initiative haben sich die Mitarbeiter, die im Betriebssport aktiv sind, innerhalb weniger Monate fast verdoppelt. Neben bestehenden Teams, die neue Mitglieder fanden, bildeten sich auch neue Sportgemeinschaften, wobei als besonderer Erfolg das Zusammenfinden von Gruppen in kleinen EUROSPAR-Märkten zu werten ist.



**Dr. med. Dirk Lümekemann** ist Leiter der betrieblichen Gesundheitsförderung bei der Spar Handels-AG in Schenefeld bei Hamburg.



**Bernhard Wilken** ist Konzernpersonalleiter bei der Spar Handels-AG in Schenefeld bei Hamburg.

Ein zweites Angebot wendet sich an die fitnessinteressierten Mitarbeiter, die bei eigens ausgewählten Fitnesscentern Vergünstigungen erhalten. Unter professioneller Anleitung werden gezielt gesundheitsorientierte Bewegungsmöglichkeiten angeboten und zahlreich genutzt. Die Resonanz auf die ersten Angebote war so positiv, dass inzwischen überall in Deutschland eine Zusammenarbeit mit nach speziellen Qualitätskriterien ausgewählten Fitnesscentern besteht. Die

Fitnesscenterkooperationen sind somit neben der Betriebssportinitiative ein wichtiges STEP-Programm zur körperlichen Aktivität.

Nicht zuletzt haben auch Bewegungspausen am Arbeitsplatz zahlreiche positive gesundheitliche Effekte, die in vielen wissenschaftlichen Untersuchungen nachgewiesen wurden. Dabei kann ein derartiges Programm sowohl für den überwiegend sitzenden Mitarbeiter als auch für Beschäftigte im Logistikbereich sinnvoll sein. Für die erstgenannte Gruppe geht es in erster Linie darum, die meist deutlich zu niedrige körperliche Aktivität zu erhöhen. Die Mitarbeiter im Lager und Fuhrpark profitieren von gezielten Trainingsprogrammen, die darauf abzielen, beanspruchte Muskelgruppen leistungsfähig zu erhalten. Bislang sind an mehreren Standorten kleinere Pilotprojekte



**Renaissance des Betriebssportes** Ein bundesweiter Sportwettbewerb in 18 Disziplinen, der „STEP Cup“, ist der jährliche Höhepunkt im Rahmen des Betriebssportes bei der SPAR.

durchgeführt worden, deren Ergebnisse jetzt zusammengefasst werden. Eine breitere Anwendung solcher Bewegungspausen ist geplant.

## Unternehmensnetzwerk

Das aufgezeigte Networking (vgl. Abb. 1) mit den internen Gesundheitsbereichen und nach außen zu den wissenschaftlichen Einrichtungen bildet die Basis des Konzeptes beziehungsweise sichert die Qualität der Maßnahmen. Aber auch darüber hinaus besteht ein beachtliches Interesse an der betrieblichen Gesundheitsförderung von SPAR, erkennbar an den Anfragen für Veröffentlichungen, Einladungen zu Vorträgen oder Wünschen nach Informationsmaterial über STEP.

Die positive Außendarstellung der SPAR und der damit verbundene Imagegewinn sind ein zusätzlicher, in seiner Wirksamkeit nicht zu unterschätzender Effekt. Konsequenterweise ist STEP auch im Internet vertreten ([www.spar.de](http://www.spar.de)). Durch die Außenkontakte wird STEP wesentlich bereichert. Die im Informationsaustausch gesammelten Erfahrungen helfen dabei, andere Sichtweisen zu berücksichtigen und neue Ideen zu gewinnen.

Aus diesem Grund hat die SPAR andere Unternehmen eingeladen, sich an einem Erfahrungsaustausch über die betriebliche Gesundheitsförderung zu beteiligen. Damit verbunden war die Idee, eine Initiative zur Zusammenarbeit zu diesem Thema zu gründen. Der Aufruf stieß bei einigen namhaften Unternehmen auf Interesse. Daraufhin entwickelte die SPAR gemeinsam mit dem Bundesverband der Betriebskrankenkassen die Idee weiter. Gemeinsam gründen sie noch in diesem Jahr das „Unternehmensnetzwerk zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der Europäischen Union – Unternehmen für Gesundheit“. Mitglied werden Unternehmen, die sich in der betrieblichen Gesundheitsförderung engagieren. Ziel ist es, auch andere Unternehmen zu ermutigen, sich diesem Gedanken anzuschließen. Außerdem soll der Stellenwert der betrieblichen Gesundheitsförderung innerhalb der Unternehmen stabilisiert und gefördert werden. Die durch das Netzwerk angestrebte Öffentlichkeits- und politische Lobbyarbeit wird die weitere Entwicklung der betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützen.

Zusammenfassend kann man die Aktivitäten der SPAR auf dem Gebiet der betrieblichen Gesundheitsförderung auch im europäischen Vergleich sicherlich als richtungweisend betrachten. Dabei ist die integrative, umfassende und langfristige Gesundheitsstrategie der Schlüssel zum Erfolg. In unserer weiter wachsenden Dienstleistungsgesellschaft werden zukünftig immer mehr Unternehmen die Bedeutung von zufriedenen und gesunden Mitarbeitern erkennen. Die betriebliche Gesundheitsförderung wird unausweichlich.

Die SPAR hat mit der Einführung von STEP unternehmerische Weitsichtigkeit bewiesen. Mit einem systematischen und integrierten Gesamtkonzept wird effektiv und effizient die Zufriedenheit und Gesundheit der Mitarbeiter gefördert und damit ein wichtiger Beitrag zum Nutzen des gesamten Unternehmens geleistet – eine Investition in die Zukunft.

### Anmerkung

1 Vgl. Dr. med. Dirk Lümekemann / Bernhard Wilken: Das Konzept STEP der SPAR Handels-Aktiengesellschaft. Personalführung, 7/1998, S. 14–21

2 Larry S. Chapman: Proof Positive: An Analysis of the Cost-Effectiveness of Worksite Wellness. Seattle, 1996