

Nachbericht für den KKC-Newsletter

Corporate Health Convention 2015 zog 146 Aussteller und 2.388 Besucher an

Wie Gesundheit in den Arbeitsalltag passt

Es ist kein Geheimnis: Obst essen, Sport treiben, Pausen machen ist gesund. Vergleichsweise ungeklärt ist, wie diese und andere gesundheitsfördernde Elemente in einen strammen Arbeitsalltag passen. Mit Lösungen für eine gesündere Arbeitswelt wartete die Corporate Health Convention 2015 in der Messe Stuttgart auf. Insgesamt 2.388 Besucher nutzten das Angebot der 146 Aussteller und das hochkarätige Programm, um konkrete Anregungen zur Umsetzung im eigenen Betrieb zu erhalten.

Klappern gehört zum Handwerk, lautete eine Erkenntnis auf der Messe: Soll Betriebliches Gesundheitsmanagement greifen, müssen Mitarbeiter, Vorgesetzte und Geschäftsführung für das Thema sensibilisiert werden und die Angebote zur Gesundheitsförderung ihrer Firma kennen. Neben der gezielten Kommunikation nach innen und außen erleichtern digitale Programme und spielerische Elemente die Mobilmachung der Belegschaft, wie die Messe zeigte. Als Erfolgsfaktor entpuppte sich vor allem die Alltagstauglichkeit der Angebote: Individuell nutzbare Apps, Wearables und Online-Plattformen fügen sich nahtlos in den digitalisierten Alltag, aber auch kompakte Fitness-Programme oder eine kluge Kantinenführung erleichtern den Einstieg.

Muskellockerung leicht gemacht – auch direkt am Schreibtisch

Um praktikabel für die Mitarbeiter zu sein, sollten Angebote im Fitness-Bereich „kurz und knackig“ ausfallen, erklärte Christian Bösing von medo.check, der in die Zwölf-Minuten-Workouts auf der Trainingsinsel einführte. Zur Nutzung der Trainingsgeräte müssten sich die Beschäftigten nicht einmal umziehen. Kernelement des Konzepts sei die persönliche Anleitung und Begleitung durch einen Personal Trainer. Schon am Schreibtisch in Bewegung kommen Mitarbeiter mit dem FitSeat: Der innovative Bürostuhl erlaubt es seinen Nutzern, wahlweise im Sitzen, im Stehen oder auf der Stelle radelnd zu arbeiten. Seit September 2014 gibt es die Produktneuheit mit Kettenantrieb, pünktlich zur Messe auch mit geräuschlosem Riemenantrieb.

Verhaltensänderungen am schwierigsten zu erzielen

Während die Arbeitsverhältnisse etwa durch flexible Möbel und ergonomische Tools vergleichsweise leicht zu verbessern sind, fallen Verhaltensänderungen ungleich schwerer. „Wir sind Wissensgiganten und Umsetzungslaien“, kennzeichnete Keynote-Speaker Slatco Sterzenbach das Problem: Alle wüssten, dass Obst und Sport gesund seien – dennoch schafften es viele Menschen nicht, sich ausgewogen zu ernähren oder ausreichend zu bewegen. Veränderungen begannen im Kopf, doch die Arbeitsbedingungen seien ebenfalls ein Faktor. Gut durchdachte Kantinen etwa könnten Mitarbeiter vor der weit verbreiteten „Kohlenhydrat-Mast“ bewahren: „Ich empfehle, in der Auslage mit Salaten zu beginnen und erst zum Schluss Nudeln und Kartoffeln anzubieten“, lautete ein Tipp des 17-fachen Ironman Finishers.

Hygiene: Lücke im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Bei Gesundheitsförderung dächten alle sofort an Äpfel oder Bürostühle, zu einem funktionierenden Gesundheitsmanagement gehöre aber auch die Hygiene, betonten Nadine Woll und Uschi Ferry am Stand des Ausstellers Kimberly-Clark. Insbesondere Computerarbeitsplätze seien häufig verunreinigt, da Schreibtische vom Reinigungspersonal unangetastet blieben. „Tastaturen sind ein Hotspot für Keime“, erklärte Woll. Während Desinfektionsmittel vormals die Haut angriffen, wirkten heutige Produkte reinigend und zugleich pflegend. „Seife ist viel aggressiver“, warben die Standbetreiber für eine verbesserte Handhygiene und Oberflächendesinfektion.

Nächster Termin am 10. und 11. Mai 2016

Nächster Messetermin für die Corporate Health Convention ist am 10. und 11. Mai 2016. Weitere Informationen für Aussteller und Besucher sind unter www.corporate-health-convention.de zu finden.