

# modern office

FÜR DAS BESTE IM BÜRO

OKTOBER · 2017 ■



**Gesundheit**

**& Wohlbefinden**



Gesunde Mitarbeiter sind glückliche Mitarbeiter. Und meistens sind sie auch produktiver.

# Nichts ist wichtiger

## Über die Gesundheit im Büro

Die meisten Unternehmen haben erkannt, dass die Gesundheit ihrer Mitarbeiter absolute Priorität hat. Folglich zeigen sich im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) positive Entwicklungen. Es gibt aber auch noch Problemfelder. Ein Überblick.

Mit schwerer Grippe oder starken Schmerzen im Büro zu erscheinen, ist nicht ratsam. Dennoch ist es für die meisten Angestellten selbstverständlich, mit leichter Erkältung zu arbeiten. Laut einer europaweiten Studie von Loudhouse im Auftrag des Büroartikelherstellers Fellowes zum Thema Präsentismus (Anwesenheit trotz Krankheit) gehen mehr als die Hälfte (52 Prozent) der deutschen Arbeitnehmer auch krank zur Arbeit. Die häufigsten Beschwerden, bei denen nicht auskuriert, sondern weitergearbeitet wird, sind Muskel-Skelett-Erkrankungen wie

Rücken- und Nackenschmerzen (43 und 38 Prozent) sowie Augenreizungen und Kopfschmerzen mit je 23 Prozent.

### Vorbeugung statt Prämien

Der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zufolge versuchen einige Unternehmer krankheitsbedingten Fehlzeiten mit Anwesenheitsprämien entgegenzuwirken. Die DGUV hat dies als Fehler identifiziert: Es müsse bei der betrieblichen Gesundheitsförderung viel mehr darum gehen, die Ressource der Gesundheit der

Mitarbeiter präventiv zu fördern und zu schützen. Dabei komme der Führung in Unternehmen eine zentrale Rolle zu.

### Führungskräfte müssen handeln

Die Einschätzung der DGUV wird untermauert von der Studie »#whatsnext – Gesund arbeiten in der digitalen Arbeitswelt« des Instituts für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG), die in Zusammenarbeit mit der Haufe Gruppe und der Techniker Krankenkasse entstanden ist: Fast neun von zehn Befragten (88 Prozent) haben hier die Führungskräfte als den wichtigsten Faktor bei der Förderung der Beschäftigten-gesundheit benannt. Darüber hinaus verlangten 71 Prozent einen höheren finanziellen Aufwand für (vorbeugende) Gesundheitsmaßnahmen im eigenen Unternehmen. Und 68 Prozent waren der Auffassung, dass das interne Know-how hierzu gesteigert werden sollte.

### Der Druck steigt

Digitale Kommunikation und Kollaboration sollen Entlastung bringen. Flexible Arbeitszeit und -orte sollen ermöglichen, körperlich fit zu blei-



Beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement kommt es auf die Führungskräfte an.

ben und ausgeglichener zu leben. So die Versprechen. Laut einer Umfrage von Morar Consulting im Auftrag des IT-Experten Polycom unter circa 2.000 deutschen Angestellten befürchten aber 60 Prozent der Befragten, durch flexible Arbeitsmodelle und die Always-on-Mentalität ungewollt Mehrarbeit leisten zu müssen, deren Folge eine erhöhte psychische Belastung sein kann. Wer sich für das Home-Office entschieden habe, müsse zusätzlich mit dem mentalen Druck umgehen können, als nicht fleißig genug zu gelten bzw. seine Karriere zu gefährden. 57 Prozent der Deutschen haben diese Befürchtung. Bei den Millennials sind es sogar 66 Prozent.

### Psychische Belastungen

Um die Grenzen psychischer Belastung nicht zu überschreiten, können zum Beispiel die Psychologen der Onlineplattform Instahelp konsultiert werden. Das mehrstufige System aus Information, Selbsttests und anonymer Beratung lässt sich in die betriebliche Gesundheitsförderung integrieren. Durch umfangreiche Auswertungen und Statistiken erhalten die Verantwortlichen Hilfestellungen bei der Verbesserung und Förderung der mentalen Gesundheit der Mitarbeiter.

Dass sie im Berufsalltag bei Bedarf diskret auf professionelle, objektive Hilfe zurückgreifen können und nicht auf sich allein gestellt sind, kann zu Entlastung und besserer Gesundheit führen.

## JETZT ANMELDEN

### Zwei Bürotrendforen zum Thema Gesundheit

Am 27. November 2017 findet im ITZ Fulda ein Forum für Gesundheit und Ergonomie im Büro statt. Unter dem Titel »IN BEWEGUNG« werden Theorie und Praxis zu diesem Thema vereint. Kompetente Redner präsentieren wissenschaftliche Erkenntnisse und erprobte Konzepte. Gesundheits- und Ergonomieverantwortliche aus Unternehmen sowie Hersteller von bewegungsfördernden Bürolösungen sorgen für den praktischen Teil. Anmeldung unter [www.forum-inbewegung.de](http://www.forum-inbewegung.de).

Ein zweites Bürotrendforum zum Thema Gesundheit findet am 27. Januar 2018 im Sonderschaubereich »Büro der Zukunft« auf der Messe Paperworld in Frankfurt am Main statt. Unter anderem wird es dabei um die Notwendigkeit von mehr Bewegung im Büroalltag, die heutige Rolle der Office-Ergonomie und Auswirkungen aktueller Büroplanungstrends wie Open Space und Flächenverdichtung gehen. Bei Anmeldung bis 30. Oktober auf [www.OFFICE-ROXX.DE](http://www.OFFICE-ROXX.DE) ist nicht nur das Forum, sondern auch der Messeintritt frei.

Die Programme finden Sie unter: [www.OFFICE-ROXX.DE](http://www.OFFICE-ROXX.DE).



90 JAHRE

Mit dem Herzen dabei.



» Geschenke, die Eindruck hinterlassen «

Im Jubiläumsjahr: tolle **Vorteilspreise, Aktionen und Produkt-Highlights!**

Vertrauen Sie uns Ihre Weihnachtsaktion an – wir freuen uns auf Sie!



PER TELEFON:  
0911 / 89 66 430



PER FAX:  
0911 / 89 20 844



PER INTERNET:  
[www.lebkuchen-schmidt.com](http://www.lebkuchen-schmidt.com)  
E-Mail: [info@lebkuchen-schmidt.com](mailto:info@lebkuchen-schmidt.com)



Die Online-Beratungsplattform Instahelp lässt sich auf jedem PC und Mobilgerät nutzen.