



Storytelling

# Das fürsorgliche Vorbild

Erlebnisse aus der Präventionsberatung

Von Isabelle Woelk

## Erfahren in der Präventionsberatung – Ute und Udo Lohmeyer stellen sich vor

Guten Tag erstmal, wir sind Ute und Udo Lohmeyer. Seit mehr als 20 Jahren beraten wir Betriebe in Sachen Gesundheit und Prävention bei der Arbeit. Meistens in kleinen und mittleren Unternehmen. Und wir können euch sagen, es ist gar nicht so einfach, die Chefs und Geschäftsführerinnen zu überzeugen, aktiv das Thema Gesundheit im eigenen Unternehmen zu gestalten. Oft ist ihnen gar nicht klar, dass eine gesunde und zufriedene Belegschaft die Basis für ein erfolgreiches Geschäft ist. Wenn die Leute sich wohl fühlen und es ihnen gut geht, sind sie nicht nur seltener krank, sondern auch viel produktiver und innovativer – ganz automatisch.

Aber lest selbst, was wir in der Präventionsberatung in Erstgesprächen so erlebt haben ...

### Ute Lohmeyer und das fürsorgliche Vorbild



**Das fürsorgliche Vorbild:** Sie findet, dass ein familiäres Betriebsklima zum Wohlfühlen und eine wertschätzende Kommunikation zu zufriedenen und engagierten Beschäftigten führt.

**Das fürsorgliche Vorbild ist offen für BGM und kreative Methoden.**

Heute saß ich Iris, der Inhaberin eines kleinen Modeateliers mit sechs Beschäftigten, gegenüber. Angefragt wurden wir über die BGF-Koordinierungsstelle. Ein paar Informationen zum Unternehmen lagen mir also schon vor, aber ich war auf das Gespräch gespannt, denn in diesem Bereich habe ich noch nie beraten. Vielleicht kann ich mir auch ein paar Modetipps mitnehmen.

Ich bat Iris mir noch einmal kurz zu berichten, warum sie sich an die BGF-Koordinierungsstelle gewendet hat und wobei sie unterstützt werden möchte.

„Ich bin in einem Unternehmerinnen-Netzwerk und tausche mich dort zu verschiedensten Themen mit den anderen Frauen aus. Irgendwann ging es auch um Gesundheit, Arbeitsschutz und -sicherheit unserer Beschäftigten. Daraufhin habe ich mich erstmals aktiv damit auseinandergesetzt und mich gefragt was ich dazu im Atelier so mache. Das Thema Gesundheit, gerade psychische Gesundheit, ist mir sehr wichtig und ich achte auf die Belastung meiner Mitarbeitenden, aber vermutlich kann ich auch noch mehr machen und wollte dazu gerne eine Expertenmeinung einholen. Beim Arbeitsschutz bin ich eher unsicher, ob ich alles was vorgeschrieben ist, auch tatsächlich einhalte. An dieser Stelle fühle ich mich ehrlich gesagt überfordert. Daher habe ich im Internet gesucht und habe viel gelesen. Beim Durchstöbern des Internets bin ich dann übrigens auf die Webseite der Koordinierungsstelle gestoßen. Da dies ein kostenfreies Angebot der Krankenkassen und damit seriös ist, habe ich gedacht, dass ich mich direkt melde!“

Ich freute mich, dass sie so reflektiert und offen für eine Unterstützung von außen ist. „Genau, wir Krankenkassen haben einen gesetzlichen Auftrag Betriebe im Aufbau einer langfristigen betrieblichen Gesundheitsförderung zu unterstützen und das ist sowohl fachlich als auch finanziell möglich. Wir können Ihnen helfen, die bisherigen Maßnahmen zu bewerten und dann den Blick nach vorne zu richten.“

Sie hatten gerade gesagt, dass Sie sich vor allem dem Thema psychische Gesundheit gewidmet haben. Wie kann ich mir das vorstellen? Was tun Sie bereits für die psychische Gesundheit und was tun Sie vielleicht auch schon für die körperliche Gesundheit?“. Sie holte etwas aus und berichtete mir, dass sie vor fünf Jahren ein Burn-out erlitten hat. Damals arbeitete sie teils Tag und Nacht, fühlte sich im „Flow“ und musste dann doch lernen, dass es Grenzen gibt. Seitdem schaue sie sehr genau auf die Belastung bei sich und ihren Angestellten. Sie nimmt lieber weniger Aufträge an, als dass es zu vielen Überstunden oder großem Zeitdruck kommt.

Zudem kochen sie manchmal gemeinsam in der Mittagspause, meist gesund und ausgewogen. Hausmannskost darf es aber auch mal geben.

Seit einigen Jahren gibt es höhenverstellbare Tische und verschiedene verschiebbare Tisch-Konstellationen, da man ansonsten häufig in sehr ungünstigen Positionen schneiden müsste. Ihre Angestellte Monika hatte vor einigen Jahren einen Bandscheibenvorfall, das war der Auslöser für die neuen Möbel. Seitdem sind die Rücken- und Schulterbeschwerden bei allen besser geworden.

Sie fühlt sich damit insgesamt schon ganz gut aufgestellt und fragt die Angestellten auch immer wieder, was noch verbessert werden kann. Ein paar Einzelmaßnahmen sind also schon vorhanden auf denen man aufbauen kann, dachte ich im Stillen.

„Wunderbar. Man merkt, dass Ihnen die Gesundheit aller am Herzen liegt und ich glaube, das spüren auch Ihre Angestellten. Es ist schön zu hören, dass Sie interessiert sind dieses wichtige Thema weiterzuentwickeln und Sie fragen sich: „Was kann ich noch machen? Wie kann ich das Thema langfristig in den Betrieb bringen? Wichtig ist ein aufeinander abgestimmtes Vorgehen aller Maßnahmen. Und wie ich rausgehört habe, ist Ihnen Gesundheit und Sicherheit wichtig. Da gibt es auch viele mögliche Synergieeffekte – es lohnt sich also beides gemeinsam anzugehen.“

Mit den Grundlagen des Arbeitsschutzes kenne ich mich etwas aus, aber Expertin bin ich nicht. Dafür habe ich aber guten Kontakt zur verantwortlichen Kollegin Ihrer Berufsgenossenschaft. Sofern Sie das möchten, können wir sie gerne einbinden. Die Kollegin der Berufsgenossenschaft kann Ihnen helfen die arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren und potenzielle Gefahrstellen für Arbeitsunfälle in Ihrem Unternehmen zu identifizieren und mit Ihnen gemeinsam Maßnahmen zu finden, um diese zu beseitigen oder zu reduzieren. Darüber hinaus berät Sie sie auch gerne dazu, ob Sie alle vorgeschriebenen Regeln und Vorschriften einhalten. Für Kleinbetriebe bietet die Berufsgenossenschaft auch das sogenannte Unternehmermodell an. Hier werden Sie als Unternehmerin qualifiziert, um ihren Betrieb im Hinblick auf den Arbeitsschutz zu organisieren und damit den rechtlichen Verpflichtungen im Arbeitsschutz nachzukommen. Vielleicht wäre das etwas für Sie?“ Iris hört sehr interessiert zu und bedankt sich für diesen Hinweis. Die Unterstützung der Berufsgenossenschaft möchte sie gerne in Anspruch nehmen.

„Sie haben gesagt, dass Sie ihr Team auch immer wieder fragen, was noch verbessert werden kann. Ich schlage vor, dass wir einen kleinen Kick-Off Termin mit Ihren Angestellten organisieren, um gemeinsam zu schauen, was schon gut läuft, was verbessert werden kann und damit auch zu signalisieren, dass wir die Themen Gesundheit und Sicherheit bei der Arbeit nun systematisch und gemeinsam angehen möchten. Parallel arbeiten wir dann mit der Berufsgenossenschaft zusammen und entwickeln ein schlankes und für Sie umsetzbares Konzept, wie die Themen Gesundheitsförderung und Arbeitsschutz zusammenlaufen können. Auch in diesem Prozess werden die Mitarbeitenden eingebunden und es wird geschaut, welche Bedürfnisse und Ideen sie haben. Dafür gibt es wunderbare Methoden, bei denen Sie ihre Kreativität einsetzen können und in der Gruppe entstehen oft die besten und einfachsten Ideen und Lösungsansätze!“. Iris hörte aufmerksam zu und antwortete „Kreativ sind wir! Und das klingt alles nach einem guten Plan“.

„Ich sende Ihnen gerne noch einmal die wichtigsten Informationen unserer Unterhaltung und ein paar weiterführende Informationen per Mail zu. Dort finden Sie unter anderem ein Video, welches Ihnen genau aufzeigt, was Betriebliches Gesundheitsmanagement ist und welche Stellen dabei unterstützen können. Sprechen Sie auch gerne mit Ihrem Team. Wenn Sie sich für eine Zusammenarbeit entscheiden, bedeutet das für Sie vor allem Zeit einzubringen. Grundsätzlich ist eine Finanzierung über uns Krankenkassen möglich – die Höhe ist abhängig von der Betriebsgröße und den gewählten Maßnahmen. Außerdem gibt es Möglichkeiten steuerliche Vorteile zu nutzen“.



### **Video-Tipp: BGM in Kleinst- und Kleinunternehmen**

Das Video stellt die wichtigsten Schritte für ein einfaches, aber nachhaltiges BGM vor.

<https://www.iga-info.de/veroeffentlichungen/videos/bgm-in-kleinen-unternehmen>

Mit einem guten Gefühl verabschiedete ich mich. Eine Woche später erhielt ich eine Mail von ihr. Sie hat sich bereits bei Ihrer zuständigen Berufsgenossenschaft um einen Beratungstermin gekümmert und möchte gerne an der Gesundheit ihrer Angestellten mit mir bzw. uns gemeinsam arbeiten.

Bis bald, liebe Kolleginnen und Kollegen!

Eure Ute Lohmeyer