

# Gesundheitsprojekt für Mitarbeiter

## Sanicare: Aktiv sein und sich wohlfühlen

asr **BAD LAER.** Mit einem Gesundheitsprojekt unter dem vielversprechenden Motto „Sanicare Vital – Wege zu Gesundheit und Wohlbefinden“ werden Mitarbeiter der Versandapotheke und des Gesundheitszentrums Bad Laer derzeit dahin gehend geschult, ihre Gesundheit und damit ihr Wohlbefinden aktiv zu verbessern. Die Ziele der betrieblichen Gesundheitsförderung liegen auf der Hand: Motivierte, leistungsfähige und vor allem gesunde

Mitarbeiter sind der Schlüssel zum Unternehmenserfolg.

Katharina Unnerstall war es, die sich im Rahmen ihres Studiums zum Betriebswirt im Gesundheitswesen mit der betrieblichen Gesundheitsförderung im Unternehmen Sanicare auseinandergesetzt hat. In ihrer Bachelor-Arbeit beschrieb sie, wie man das Wohlbefinden und damit die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten verbessern kann. Das Projekt startete

mit Präventionskursen wie Aquarobic und Rückenschule. Danach kam ein individuell erarbeitetes Sportprogramm dazu. Mit einer Mitarbeiterbefragung klopften die Organisatoren schließlich die Bedingungen am Arbeitsplatz ab.

Ende des vergangenen Jahres holte Sanicare die IKK als Kooperationspartner mit ins Boot. „Das Gesundheitskonzept dieser Krankenkasse passte am besten zu unserem“, berichtete Katharina

Unnerstall. Das fertige Programm sieht vor, dass allen Mitarbeitern nun ein abwechslungsreiches Gesundheitsprogramm mit den Schwerpunkten Bewegungsförderung, Stärkung von Herz und Kreislauf, Rücken- und Entspannung zur Verfügung steht.

Das Konzept wurde zunächst in der Führungsebene und jetzt in sogenannten Mitarbeiterzirkeln vorgestellt. Diese bestehen aus wenigen Mitarbeitern der großen Abteilungen, die sich nun regelmäßig treffen und als Multiplikatoren dienen sollen. „Mitarbeiter sind Experten am Arbeitsplatz und können effektiv bei der Problemlösung helfen“, erklärte Katharina Unnerstall, warum das Einbeziehen der Beschäftigten größten Stellenwert hat.

Angenehme Nebeneffekte für das Unternehmen Sanicare sieht Unnerstall in entscheidenden Wettbewerbsvorteilen bei der Rekrutierung von Fachkräften und in der Verringerung von Fehlzeiten und Lohnfortzahlungen. Dass das Projekt bei den Angestellten von Sanicare auf fruchtbaren Boden fällt, versteht sich fast von selbst. Immerhin bestimmt das Thema Gesundheit den Arbeitsalltag der Mitarbeiter.



**Gesund** ins Jahr 2011: Katharina Unnerstall (rechts) mit dem Mitarbeiterzirkel aus der Logistikabteilung.

Foto: Anke Schneider

**NOZ, 15.2.2011**