

Wie Gesundheitsförderung funktioniert

Interview. Elisabeth Kamner-Wanka, Leiterin Personal der HDI Lebensversicherung AG in Österreich, spricht mit Jasmin und Carmen Klammer über die Umsetzung von Gesundheitsförderung für Mitarbeiter im Betrieb.

Elisabeth Kamner-Wanka: Sehr geehrte Damen, wie definieren Sie betriebliche Gesundheitsförderung?

Jasmin Klammer: Bei der betrieblichen Gesundheitsförderung geht es in erster Linie darum, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter am Arbeitsplatz zu unterstützen und nachhaltig zu verbessern. Die Praxis zeigt deutlich, dass die Mitarbeiter mehr Energie für ihre Tätigkeit zur Verfügung haben, es dadurch weniger Krankheitstage gibt und sie viel vitaler in den Arbeitsalltag starten. Kleine Änderungen können bereits Großes bewirken und sich nachhaltig positiv auf das Betriebsklima auswirken.

Welche sind die wichtigsten Maßnahmen, um eine positive Wirkung zu erreichen?

Carmen Klammer: Eine optimierte, gesunde Ernährung spielt die primäre Rolle in der betrieblichen Gesundheitsförderung: denn Essen und Trinken sind wichtige Bestandteile des Arbeitsalltags. Aber nicht nur die Ernährung am Arbeitsplatz ist ein bedeutendes Element der betrieblichen Gesundheitsförderung, sondern auch persönliches Engagement – wie zum Beispiel entsprechende Bewegungs- und Entspannungsmaßnahmen. Gesamt gesehen sind dies die drei bestimmenden Säulen auf denen ein gesundes Leben basiert.

Warum sehen Sie eine betriebliche Gesundheitsförderung als wichtig an?

Carmen Klammer: Betriebliche Gesundheitsförderung der Mitarbeiter bringt erstaunliche Vorteile, da gesunde, zufriedene und motivierte Mitarbeiter ein wichtiges Potenzial für Unternehmen darstellen. Sie starten mit zusätzlicher Power in den Arbeitstag und unterstützen so



Jasmin (li.) und Carmen Klammer: Betriebliche Gesundheitsförderung bringt viele Vorteile mit sich

mit das Unternehmen durch deutlich gesteigerte Produktivität. Es ermöglicht den Menschen wieder mehr Bewusstsein für das eigene Wohlbefinden zu schaffen. Entscheidend ist es, am Ball zu bleiben und sich in regelmäßigen Abständen diesem Thema zu widmen, um die guten Vorsätze aufrecht zu erhalten. Die Mitarbeiter sind das größte Kapital eines Unternehmens, daher soll-

te auch gewährleistet werden, dass diese gesund bleiben.

Wie unterstützen Sie persönlich die betriebliche Gesundheitsförderung in Unternehmen?

Jasmin Klammer: Wir führen mannigfaltige Angebote in unserem Portfolio. Das Basismodell befasst sich ausschließlich mit Ernährung. Hierbei wird durch einen Impulsvortrag Inte-

resse für das Thema geweckt, Licht in den Ernährungsdschungel gebracht und beharrliche Mythen werden beseitigt. Darauf aufbauend führen wir mit den Mitarbeitern Vieraugengespräche und erheben persönliche Bedürfnisse, die wir im Rahmen einer individuellen Ernährungsberatung klären. Ein weiteres Modul adressiert das Thema Bewegung, bei welchem Gruppen- oder

Personal-Trainings durchgeführt werden. Wenn das Unternehmen Einfluss auf die Speisenherstellung hat, nehmen wir auch gerne die Betriebsküche unter die Lupe und versuchen hierbei das Angebot zu optimieren. Aber egal welches Modell gewünscht wird, wir legen immer größten Wert auf das individuelle und persönliche Ernährungsgespräch.

Fragen an Personalchefin Elisabeth Kamner-Wanka

Jasmin Klammer: Frau Mag. Kamner-Wanka, warum haben Sie sich dazu entschieden, bei HDI LEBEN eine betriebliche Gesundheitsförderung einzuführen?

Elisabeth Kamner-Wanka: HDI LEBEN legt großen Wert darauf, dass sich die Mitarbeiter im Unternehmen wohl fühlen und ihre Arbeit gerne verrichten. Deshalb gehen wir verantwortungsvoll mit den Menschen um und versuchen die tägliche Arbeit mit möglichst vielen ERLEBENSWERTEN Momenten anzureichern. Natürlich hat auch der betriebswirtschaftliche Mehrwert eine bedeutende Rolle für uns. Als LEBENSWERTER Arbeitgeber sind wir damit auch attraktiv für neue Talente und unterstreichen unsere Marke einmal mehr im Bereich Employer Branding.

Carmen Klammer: Wie wurde das Angebot der betrieblichen Gesundheitsförderung bei Ihren Mitarbeitern angenommen?

Überaus positiv! Wir hatten großen Zuspruch und eine dementsprechend hohe Beteiligung der Mitarbeiter. Das freut uns und bestätigt uns in unserer Entscheidung.

Jasmin Klammer: Welche Verbesserungen konnten Sie nach der Einführung der betrieblichen Gesundheitsförderung erkennen?

Grundsätzlich pflegen wir bei HDI LEBEN eine positiv orientierte Unternehmenskultur. Schön zu beobachten ist, dass sich bereits unmittelbar nach Etablieren im Unternehmen unsere Damen und Herren sichtbar mit gesunder Ernährung und Bewegung beschäftigen. Dies zeigt sich an tourlichen Bewegungssequenzen während der Arbeit, der Beteiligung am diesjährigen Business Run, dem Schritt ins Fitnesscenter und vielem mehr.



Elisabeth Kamner-Wanka, Leiterin Personal HDI LEBEN

Besten Dank für das interessante Gespräch.

Orientierung finden Interessierte unter:

 INTERNET
www.klammers.at

Im nächsten KURIER Schwerpunktthema am 23. März erfahren Sie mehr über Gesundheit im Alter.



479 Jahre
LEBENSWERT

HDI LEBEN
macht das Leben
lebenswert



Versichern Sie, was sich im Leben lohnt.

 facebook.com/HDI.Lebenswert | www.hdi-leben.at