



Wie entwickelt man ein gesundes Arbeitsumfeld?

Effekte und Chancen durch ein nachhaltiges Betriebliches
Gesundheitsmanagement

INTECON Kommunalseminar
Wir möchten uns kurz vorstellen



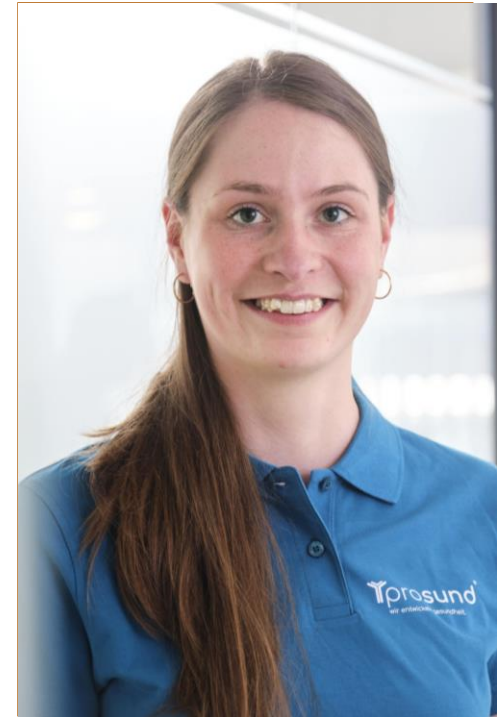
Stephan Deske

Geschäftsführer prosund GmbH & Co. KG

Wir sind ein junges, zukunftsorientiertes Unternehmen aus Münster, entstanden aus der physiotherapeutischen Praxis „PRO Physio“.

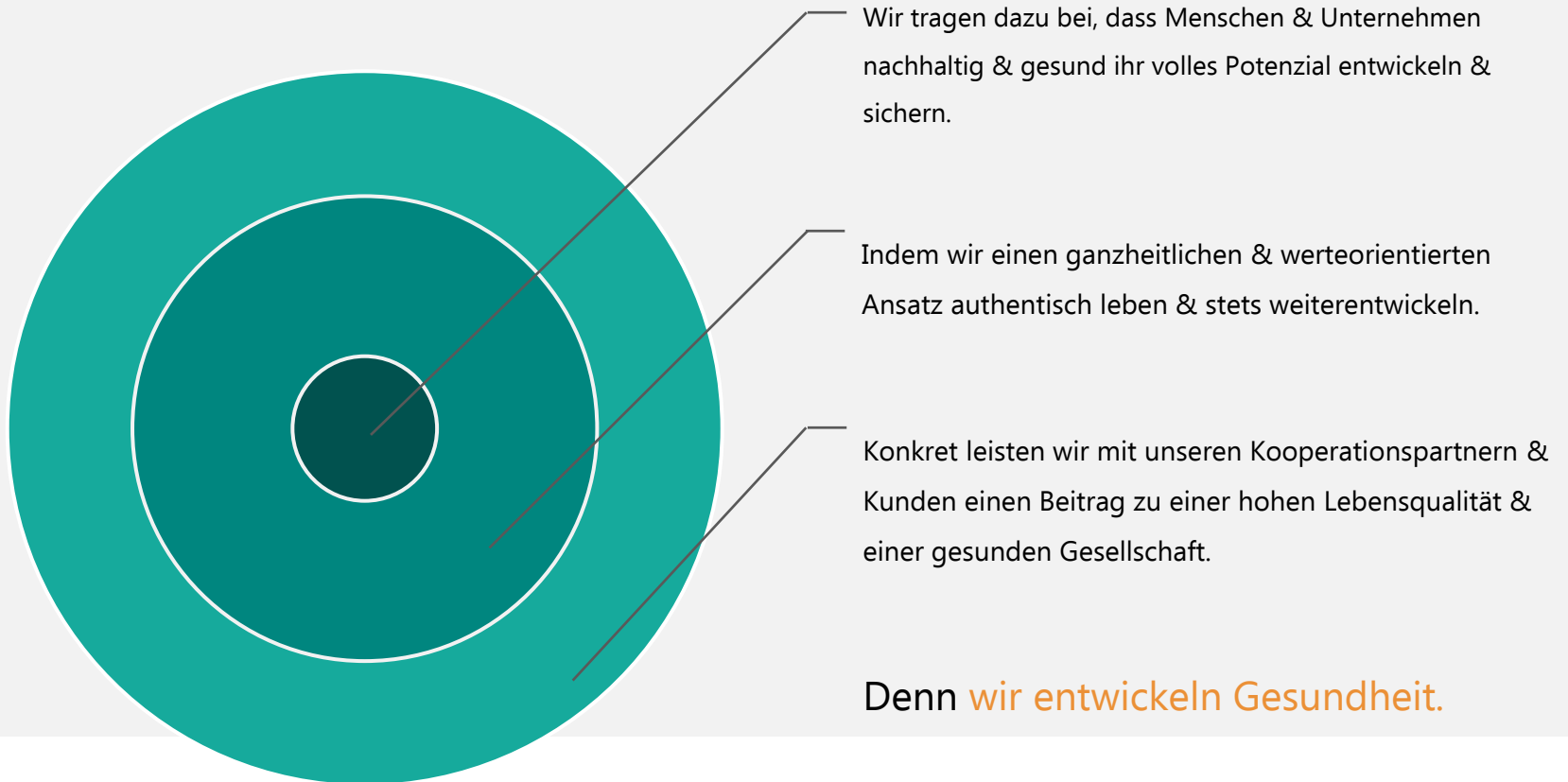
Die „prosund GmbH & Co. KG“ besteht aus einem stetig wachsenden multidisziplinären Team mit Expert*innen zahlreicher Bereiche.

offene Kommunikation,
respektvoller Umgang
und stetige Optimierung



Katharina Jürgens

Projektmanagerin prosund GmbH & Co. KG



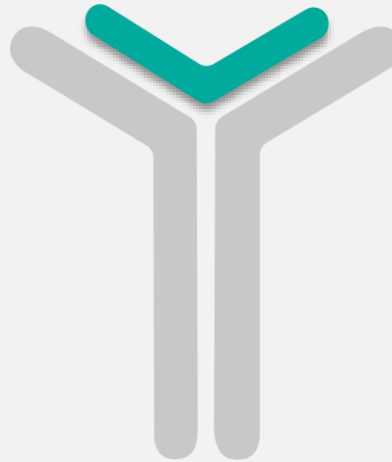
INTECON Kommunalseminar
Unsere Bereiche – ein Zusammenhang

**Muskel-Skelett-
Gesundheit**



Ergonomische Arbeitsplätze und gesunde Bewegung halten den Rücken, Gelenke und Muskeln fit.

**Psychosoziale
Gesundheit**



Gesunde Kommunikation und hohe Stress-Resilienz tragen zu mentaler Ausgeglichenheit bei.

Ernährung



Eine ausgewogene Ernährung gibt Energie und fördert das allgemeine Wohlbefinden.

INTECON Kommunalseminar
Unsere Alleinstellungsmerkmale



> 40

**Konzipierte und
individualisierbare
Bausteine und
Maßnahmen**

> 50

**Betreute Unternehmen
im Münsterland und
Umgebung**

> 10.000

**Gecoachte
Mitarbeitende**

Effekte & Chancen

durch Betriebliches Gesundheitsmanagement

INTECON Kommunalseminar

Was ist überhaupt BGM?

BGM

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Arbeits- und
Gesundheitsschutz

(AUG)

Vermeidung von
Arbeitsausfällen und
Berufskrankheiten

AG – Pflicht
AN – Pflicht

Betriebliches
Eingliederungs-
management

(BEM)

Überwindung von
Arbeitsunfähigkeit
Vermeidung von Fehlzeiten
Reintegration

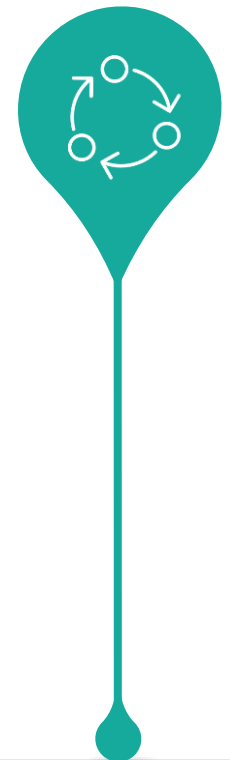
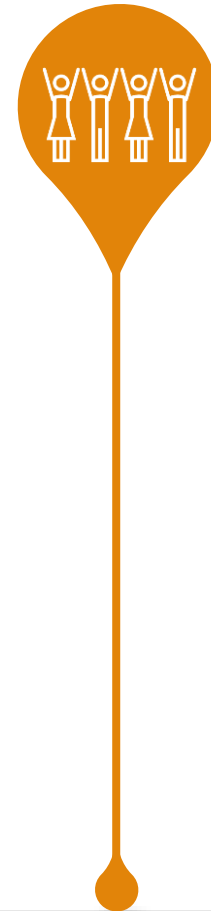
AG – Pflicht
AN – Freiwillig

Betriebliche
Gesundheits-
förderung

(BGF)

Maßnahmen zur
Gesundheitsförderung

AG – Freiwillig
AN – Freiwillig

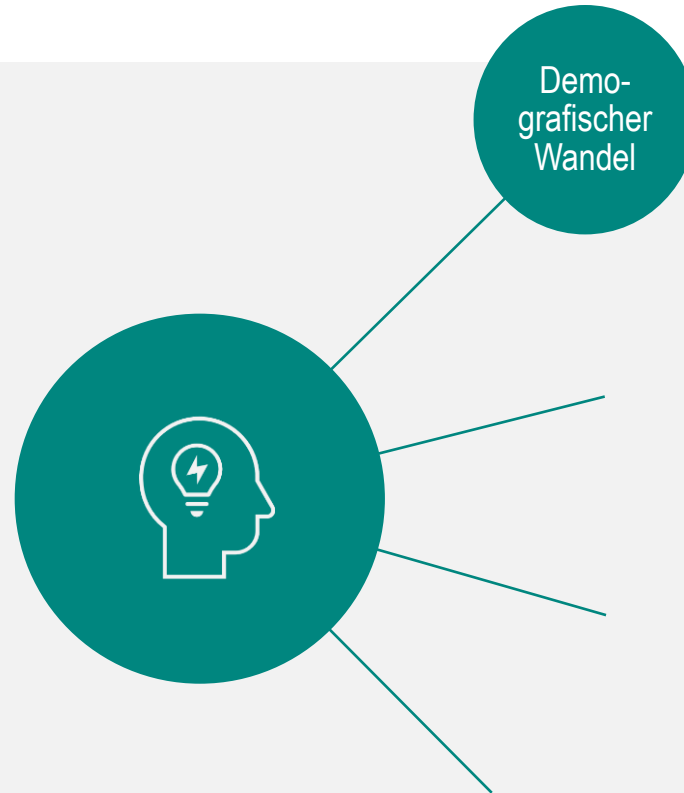


Krankheitsbedingte Fehlzeiten

- ca. **712,2 Mio. AU-Tage**
 - Volkswirtschaftliche Produktionsausfälle: **88. Mrd. Euro**
 - Ausfall an Produktion und Bruttowertschöpfung: **149. Mrd. Euro**

Krankheitsarten

- Top 1: Muskel-Skelett-Erkrankungen (**22,1%**)
- Top 2: Psychische Erkrankungen (**20,5%**)
- Top 3: Atmungssystem (**13,2%**)



Wie kann die Betriebliche
Gesundheitsförderung da unterstützen?



INTECON Kommunalseminar BGF - Bedeutung in der heutigen Arbeitswelt



INTECON Kommunalseminar
Ihr Weg zu unseren BGM Maßnahmen

Informationsgespräche



BGM Bedarfsanalyse



Ergebnisse



Unser Angebot für Ihr Unternehmen



Maßnahmendurchführung und -steuerung



Evaluation

Public Health Action Cycle



Motion Capture Ergonomics (MCE)

Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung

INTECON Kommunalseminar
Motion Capture Ergonomics



Computergestützte Analyse und
Optimierung der Ergonomie am
Arbeitsplatz



xsens

scalefit
Biomechanik Ergonomie



Nutzen

- › Echtzeitanalysen
- › 3D-Visualisierung
- › Sichtbarkeit
- › Schulungsvideos
- › Auswertungen



Effekte

- › Prävention von arbeitsplatzbedingten Gefährdungen und Risiken
- › Verhaltensoptimierung



INTECON Kommunalseminar
MCE Analyse



Messung mit der HUMEN[®]
Arbeitsplatzanalyse



Computeranalyse und Visualisierung der aktuellen Arbeitshaltung



Darstellung der Problemzonen



Ausführliche Sitzberatung durch
unsere Arbeitsplatzspezialisten.

Einstellung der Arbeitsmittel:

- Stuhl
- Tisch
- Monitor
- Einsatz ergonomischer Hilfsmittel



Umsetzung am Arbeitsplatz
zusammen mit dem Mitarbeiter

„Best Practice“ Beispiel

im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung

INTECON Kommunalseminar
Best Practice – BASF Polyurethanes GmbH

Arbeitsplatz-
Check

Ermittlung von
möglichen
körperlichen Über-
oder
Fehlbelastungen

Analyse der
Beschaffenheit
am
Arbeitsplatz

Arbeitsplatz-
Beratung

Individuelle
Ausgleichs-
übungen



INTECON Kommunalseminar
Best Practice – BASF Polyurethanes GmbH



Projektstart: 01.02.2022
Projektende: 11.08.2022

Laufzeit: 28 Wochen
*Coach Süd: Start eine Woche später

Plan: 20 Termine pro Woche je
Coach

Ursprüngliche Kapazität: 990
Termine
*nach Abzug von Feiertagen/Fehltagen

Herausforderung:

- Erreichbarkeit der Mitarbeitenden (Schichtmodell)
- Verfügbarkeit der Mitarbeitenden (Produktion)
- Koordination der Termine (Schichtmeister)

INTECON Kommunalseminar
Best Practice – BASF Polyurethanes GmbH

Ersttermine: 291 (100%)

kein Interesse mehr: 22 (7,6%)
nicht erreicht: 3 (1,0%)

Zweittermine: 266 (91,4%)

nicht erreicht: 23 (7,9%)

Dritttermine: 243 (83,5%)



Aktive Pause erleben

Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Der Armöffner



1

Aufrechten Stand einnehmen. Arme auf Schulterhöhe nach vorne strecken und Schultern dabei entspannt lassen. Die Handflächen zeigen zueinander und die Daumen nach oben.



Der Armöffner



2

Arme kraftvoll nach hinten ziehen. Die Schulterblätter aufeinander zubewegen. Die Handflächen zeigen in der Endposition nach oben und die Daumen nach hinten.



Der Scheibenwischer



1

Aufrechten Stand einnehmen. Die Arme leicht schräg zur Decke strecken (V-Position). Die Handflächen zeigen zueinander.



Der Scheibenwischer



2

Arme kraftvoll zur Taille bewegen. Die Ellenbogen dabei beugen und die Schulterblätter Richtung Wirbelsäule zusammenziehen (W-Position).



Der Halsstrecker (Variante)



Linkes Ohr zur linken Schulter führen, Kinn Richtung Brust ziehen und die Nasenspitze zur Decke richten. Hand zur Verstärkung auf den Hinterkopf legen. Andere Schulter drückt leicht nach unten.

Seite wechseln.



Der Halsstrecker (rotiert)



Kopf 45° nach links rotieren und das Kinn zum Kehlkopf ziehen. Rechte Hand dehnt den Kopf sanft diagonal nach rechts vorne. Linke Schulter zieht mit gebeugtem Ellenbogen tief.

Seite wechseln.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

 prosund[®]

wir entwickeln gesundheits.

Kontakt: Tel.: 0251 928 725-10 | E-Mail: deske@prosund.de | www.prosund.de

