



Themenbereiche der betrieblichen Gesundheitsförderung

Im folgenden sind Themen- und Maßnahmenbereiche aufgelistet, die zu einer betrieblichen Gesundheitsförderung im Unternehmen beitragen:

- **Maßnahmen der ergonomischen Gestaltung der Arbeitsmittel**
z.B. körpergerechte Stühle und Arbeitstische, Maschinen und Geräte mit einer optimal gestalteten Mensch-Maschinen-Schnittstelle, menschengerecht gestalteter Bildschirmarbeitsplatz
- **Maßnahmen zur Gestaltung der Arbeitsumgebung**
Hierzu zählen die optimale Gestaltung der Schallsituation (Lärm), der Beleuchtung, des Klimas (Raumtemperatur, Luftfeuchte, Strahlungswärme, Luftgeschwindigkeit), der Vibrationen (Schwingungen), der Einwirkung von Strahlung und elektromagnetischen Feldern auf den Menschen und der Minimierung der Gefahrstoffexposition der Arbeitspersonen (Gase, Dämpfe, Aerosole, Stäube, Flüssigkeiten usw.)
- **Maßnahmen zur allgemeinen Arbeitsumwelt**
z.B. Farbgestaltung der Räume, der Einrichtungsgegenstände und der Maschinen; Aufstellen von Pflanzen; Einrichtung von Ruheräumen, Pausenräumen, Tee- und Kaffeeküchen, Raucherzonen; Beschallung mit Musik
- **Maßnahmen zur Arbeitsorganisation und zur Arbeitsinhaltsgestaltung**
z.B. Planen persönlichkeitsfördernder Arbeitsinhalte (ausreichende Handlungs- und Entscheidungsspielräume), Formen kooperativer und kommunikativer Arbeitsstrukturen (Gruppenarbeit, Formen des Arbeitswechsels usw.)
Maßnahmen der Personalentwicklung und Kompetenzförderung
- **Bildungsarbeit, Zirkelarbeit**
z.B. spezifische Unterweisungen hinsichtlich von Gesundheitsgefahren (z.B. durch die Fachkräfte für Arbeitssicherheit), Einrichten von Gesundheitszirkeln, Behandlung gesundheitlicher Themen in Gruppensitzungen
- **Maßnahmen zur gesundheitlichen Betreuung**
z.B. regelmäßige Überwachung spezifischer gesundheitsgefährdeter Personengruppen durch die Arbeitsmedizin, allgemeine arbeitsmedizinische



Betreuung, Erarbeitung von Gesundheitsberichten (Identifizierung von Belastungsschwerpunkten oder Gefährdungsbereichen)

- **Trainingsprogramme zur Stabilisierung physischer und psychischer Funktionen**

z.B. Rückenschulung, Gymnastikkurse, Fitnessprogramme, Supervision, Coaching, spezifische Kurprogramme, Kurs zum mentalen Training, Stressbewältigungsprogramme

- **Aktionen zur Motivierung und zu Verdeutlichung der Gesundheitsproblematik**

z.B. Gesundheitstage, Befragungen zur Gesundheits- und Belastungssituation, Informationstage mit den Krankenkassen

- **Maßnahmen der Personalentwicklung**

z.B. Eignungsdiagnose zur optimalen Personalzuordnung, Umsetzungen bei stark belasteten Arbeitsplätzen (z.B. bei Älteren, bei Leistungsgeminderten, bei schwangeren Frauen), Schulung und Weiterbildung

Prof. Dr.-Ing. Hans Martin, Kassel 2003