

„Unser Betrieb macht rauchfrei!“



Der IKK-Kundenberater Stefan Hartung gratuliert zum ersten Preis im Wettbewerb „Rauchfrei im Betrieb“. (v.l.): Bernhard Simon, Ursula Simon, Christian Simon, Yvonne Simon, Egbert Schmalz, Stefan Hartung, Thomas Walter

Die Unternehmen in Deutschland sind seit vielen Jahren durch gesetzliche Regelungen zum Nichtraucherschutz im Betrieb verpflichtet. Viele große Unternehmen haben auch schon die Förderung der Rauchfreiheit als wichtige Aufgabe des Gesundheitsschutzes und der Gesundheitsförderung erkannt – aber wie steht es eigentlich in kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) mit ihren ganz anderen Voraussetzungen und Ressourcen?

Die IKK als erfahrener Kooperationspartner
Der bundesweite Wettbewerb „Unser Betrieb macht rauchfrei!“, ein Projekt der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V., ist dieser Frage im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit nachgegangen. Als Kooperationspartner dabei: die IKK Baden-Württemberg und Hessen. Diese unterstützt kleinere und mittelständische Betriebe seit jeher mit Gesundheitsangeboten.

Metallbau-Unternehmen verwenden, um die Nichtraucherprämie für die Mitarbeiter zu erhöhen. Auch in der Landmetzgerei „Der Ludwig“ im hessischen Schlüchtern freut man sich über 1.500 Euro Preisgeld, das dem Betrieb per Losverfahren zukam. Die Preisgelder verlieh Sabine Bätzing, die Drogenbeauftragte der Bundesregierung. Die IKK gratuliert beiden Unternehmen herzlich!

Rege und erfolgreiche Teilnahme
134 Betriebe nahmen erfolgreich am Wettbewerb teil. In der Kategorie II (10 – 49 Beschäftigte) konnte die Firma SIMONMETALL GmbH & Co. KG aus dem hessischen Tann/Rhön die Jury überzeugen und freut sich jetzt über 5.000 Euro Preisgeld. Den Gewinn will das

Wäre das auch etwas für Ihren Betrieb?
Praktische Tipps und Umsetzungsempfehlungen finden Sie auf www.rauchfrei-wettbewerb.de. Und natürlich helfen auch die IKKimpuls-Berater gerne bei der Planung und Durchführung von Maßnahmen.

Wir machen Sie fit!

Studien zeigen es immer wieder: Regelmäßige Bewegung ist genauso wichtig, um fit zu bleiben, wie eine gesunde Ernährung. Körperlich aktive Menschen haben seltener Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Außerdem stärkt regelmäßige Bewegung Muskeln, Knochen und Gelenke. Dadurch beugt man beispielsweise Osteoporose oder Rückenschmerzen vor. Aktive Menschen fühlen sich besser, sind zufriedener und berichten über eine höhere Lebensqualität. Und das Beste am Sport: Es ist nie zu spät, damit anzufangen!

DIE NEUEN GESUNDHEITSKURSE STARTEN BALD

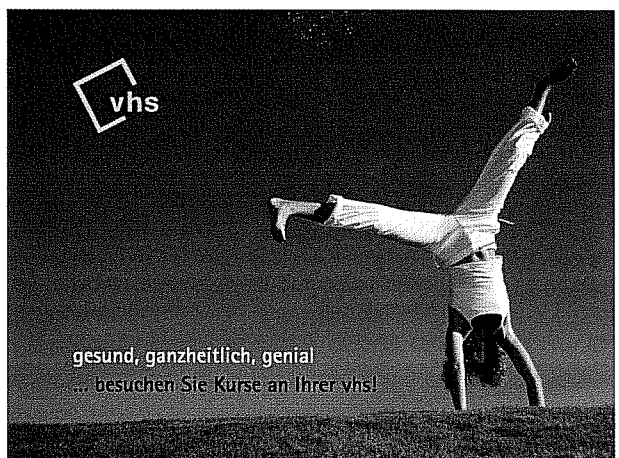
Viel leichter fit werden – oder bleiben – lässt es sich in einer Gruppe mit netten Leuten. Versuchen Sie es doch mal mit einem unserer Gesundheitskurse. Egal, ob Sie in Sachen Bewegung, gesunde Ernährung oder Stressbewältigung aktiv werden wollen: Bestimmt ist auch für Sie das Richtige dabei! Einen Kurs in Ihrer Nähe finden Sie ganz einfach im Internet unter www.ikkbw-he.de. Oder fragen Sie in Ihrem IKK-KundenCenter.

lichen Kursen der Volkshochschulen und an Kursen, die das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT erhalten haben. Durch diese Auszeichnung des Deutschen Sportbunds und der Bundesärztekammer ist eine bundesweit einheitliche Qualität der Kurse gewährleistet. Schauen Sie doch gleich mal, welche zertifizierten Angebote es in Ihrer Nähe gibt.

Auch die Volkshochschulen bieten ein großes Angebot an Sport- und Gesundheitskursen. Allein in Baden-Württemberg gibt es 175 Volkshochschulen mit 783 Außenstellen. Die VHS in Ihrer Nähe finden Sie unter www.meine-vhs.de. Auf den jeweiligen Homepages stehen die aktuellen Angebote. Ob ein Kurs bezuschusst wird, erfahren Sie in Ihrem IKK-KundenCenter.

SIE HABEN DIE WAHL

Sie interessieren sich für ein Angebot eines anderen Anbieters? Kein Problem: Ihre IKK bezuschusst auch die Teilnahme an bestimmten, gesundheitsförder-



Qualitätsgesicherte Angebote in Ihrer Nähe finden Sie unter www.sportprogesundheits.de.