

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte

AOK
Die Gesundheitskasse.

21/11/2012

Empfehlen
Sie uns!



SPORT STATT SPINAT

Auch wenn feststeht, dass Popeyes Muskelkraft zum Teil vom Spinat stammt - Sport ist doch besser als nur Gemüse zu essen. Wie wärs mal mit Betriebssport? Selbst in kleineren Betrieben kann das gelingen. Und zu einer motivierteren Belegschaft führen. >>

News!

In der deutschen Bevölkerung ist mehr als jeder Siebte armutsgefährdet. Wie das Statistische Bundesamt am 17. Oktober mitteilte, waren im Jahr 2010 15,8 Prozent der Einwohner von einem erhöhten Armutsrisiko betroffen. Eine Person galt 2010 als armutsgefährdet, wenn sie samt Transferleistungen weniger als 952 Euro im Monat zur Verfügung hatte. Gegenüber 2009 (15,6 Prozent) sei die Quote auf einem vergleichbaren Niveau geblieben. Bei den Männern lag die Armutsgefährdung mit 14,9 Prozent etwas unter dem Durchschnitt der gesamten Bevölkerung, bei den Frauen war das Risiko ausgeprägter (16,8 Prozent).

■ **Werden wir zu fett?** Die Gesundheit der Deutschen hat das Robert-Koch-Institut untersucht.

Seite 3 >>

■ **Mehr Teilnehmer – weniger CO₂.** Eine Bilanz von „Mit dem Rad zur Arbeit“

Seite 4 >>

Kleine Firma – groß im Sport

Ihre Firma hat zwischen 20 und 40 Beschäftigte. Sie wissen von ein paar Kollegen, dass sie im Verein Sport treiben. In so einem kleinen Betrieb Sport anbieten? Die Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) sagt: Ja, das geht.

Zunächst gilt es, den Arbeitgeber zu gewinnen. Er wird zumindest einige Argumente anerkennen: Gesundere Belegschaft ist gleich leistungsfähigere

Vorteile des Betriebssports

- Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiter
- Positive Beeinflussung von Muskel-, Skelett- und Herz-Kreislaufsystem
- Festigung psychischer Gesundheit
- Erhalt der Leistungsfähigkeit der Belegschaft
- Besseres Betriebsklima
- Stärkere Identifikation mit dem Unternehmen
- Der Arbeitgeber wird als attraktiv gesehen

Belegschaft ist gleich besseres Betriebsklima ist gleich höhere Attraktivität des Unternehmens.

In einer Broschüre, die kostenlos aus dem Internet bezogen werden kann, beschreibt die iga Schritt für Schritt, wie ein Betriebssportprogramm organisiert werden kann.

Das Wichtigste, so die iga, in der auch die AOK Mitglied ist, ist die Benennung eines „Bewegungsscouts“. Der (oder die) sollte selbst sportlich und in der Belegschaft gut integriert sein. Wichtig: Der Scout sollte die Aufgabe freiwillig übernehmen. Warum nicht auch Betriebsrat sein?

Im nächsten Schritt sollte der Scout zusammen mit dem Arbeitgeber Art, Umfang und mögliche Kosten für den Betriebssport ermitteln. Auch hier ist wichtig, dass die Belegschaft nicht den Eindruck bekommt: „Kost nix, ist auch nix“.

Wenn Kosten entstehen, sollte sich der Betrieb daran beteiligen und die Belegschaft nicht außen vor lassen. Hier empfiehlt die iga, den Steuerberater einzuschalten: Er soll verhindern, dass die Kostenbeteiligung des Arbeitgebers als geldwerter Vorteil für

die Belegschaft gewertet wird. Hier gibt es durchaus Wege. Auch zum Thema Verletzung und Versicherung äußert sich die Broschüre: Wird aus Sport ein Wettkampf (zum Beispiel ein Fußballturnier) zählt eine Verletzung nicht als geschützt durch die Unfallversicherung. Und: Der Sport muss regelmäßig, das heißt mindestens einmal im Monat, stattfinden.

Die iga warnt auch davor, kurzfristige Erfolge zu erwarten: Der Bewegungsscout hat viel Überzeugungsarbeit zu leisten, bis eine zufriedenstellende Teilnehmerzahl erreicht ist. Und der Arbeitgeber sollte die Einführung von Betriebssport sorgfältig planen: Sie beispielsweise zur Einführung eines Gesundheitstages oder bei einer Betriebsversammlung bekanntgeben. Und immer wieder Marketing machen dafür.



Hier gibt es die Broschüre >>

Und hier mehr dazu im Internet >>

Wie gesund sind die Deutschen?

Werden die Deutschen immer dicker? Wie belastet sind wir eigentlich durch Stress, Schlafstörungen, Depression und Burn-out? Und wie hoch ist die Zahl der Erwachsenen mit Diabetes in Deutschland? Aktuelle Antworten auf diese Fragen liefern jetzt erste Ergebnisse aus der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ (DEGS).

Das Robert Koch-Institut (RKI) hat erste Ergebnisse des neuen großen Erwachsenen-Gesundheitssurveys vorgestellt, mit Daten zu Übergewicht, körperlicher Aktivität, psychischer Gesundheit und Funktionseinschränkungen im Alter.

Das Erhebungsprogramm der Studie bestand aus mehreren Befragungen und körperlichen Untersuchungen und Tests sowie Laboruntersuchungen von Blut- und Urinproben.

Zuletzt war ein solcher Survey Ende der Neunzigerjahre durchgeführt worden („BGS98“). Die Datenerhebung bei DEGS fand von November 2008 bis Januar 2012 statt.

Beim Anteil der Übergewichtigen (67 Prozent bei Männern, 53 Prozent bei Frauen) gab es keine großen Veränderungen gegenüber 1998. Bei Adipositas ist dagegen ein deutlicher Anstieg zu beobachten, vor allem bei Männern (von 18,9 auf 23,3 Prozent), bei Frauen ist der Anteil nur leicht gestiegen (von 22,5 auf 23,9 Prozent).

Daten zur psychischen Gesundheit wurden mit einem Fragebogen und einem computergestützten ärztlichen Interview erhoben. 8,1 Prozent der Teilnehmer be-



richteten von aktuellen Symptomen einer Depression, 1,5 Prozent gaben an, dass ein Arzt oder Psychotherapeut bei ihnen in den letzten zwölf Monaten ein Burn-out-Syndrom festgestellt hat.

Die DEGS-Ergebnisse zeigen, dass 51,7 Prozent der Männer und 49,5 Prozent der Frauen regelmäßig mindestens einmal pro Woche sportlich aktiv sind. Der Anteil der sportlich Aktiven ist seit dem BGS98 deutlich gestiegen (um 14,1 Prozentpunkte bei Männern, um 16,0 Prozentpunkte bei Frauen). Allerdings erreichen nur ein Viertel der Männer und 15,5 Prozent der Frauen die empfohlene körperliche Mindestaktivitätszeit von 2,5 Stunden pro Woche.

Insgesamt absolvierten bei DEGS 7.328 Personen in einem der 180 Studienorte das Untersuchungs- und Befragungsprogramm, weitere 914 absolvierten ausschließlich das Befragungsprogramm. Für Querschnitt- und Trendanalysen werden generell Teilnehmende im Alter von 18 bis 79 Jahren berücksichtigt.

Wer etwas für seine Gesundheit tun will, findet hier die richtigen Angebote



BAG

Das Bundesarbeitsgericht hat entschieden, dass durch die Ausübung ehrenamtlicher Tätigkeit kein Arbeitsverhältnis begründet wird. Die Ausübung von Ehrenämtern diene nicht der Sicherung oder Besserung der wirtschaftlichen Existenz, sie sei vielmehr Ausdruck einer inneren Haltung. Der Beklagte ist Träger einer örtlichen Telefonseelsorge. In den Räumen des Beklagten verrichten ein hauptamtlicher und rund fünfzig ehrenamtliche Mitarbeiter den Seelsorgedienst. Für die ehrenamtlichen Mitarbeiter wird nach der Dienstordnung deren regelmäßige Beteiligung erwartet. Die Klägerin war auf der Grundlage von schriftlichen „Beauftragungen“ seit dem 26. April 2002 als ehrenamtliche Telefonseelsorgerin unentgeltlich im Umfang von zehn Stunden im Monat für den Beklagten tätig. Die Klägerin erhielt lediglich einen Unkostenersatz von 30,00 Euro monatlich. Am 22. Januar 2010 wurde die Klägerin mündlich von ihrem Dienst entbunden. Die von der Klägerin erhobene Kündigungsschutzklage blieb vor dem Bundesarbeitsgericht – wie schon in den Vorinstanzen – erfolglos. Zwischen den Parteien bestand kein Arbeitsverhältnis. Die Ausübung von Ehrenämtern dient nicht der Sicherung oder Besserung der wirtschaftlichen Existenz.

Az: 10 AZR 499/11

AUSBILDUNGSSTELLEN: DER OSTEN HOLT AUF

Ostdeutsche Jugendliche finden heute leichter eine Ausbildungsstelle in den Heimat- oder Nachbarregionen als vor zehn Jahren. Nur noch vier Prozent pendeln nach Westdeutschland. 2001 waren es neun Prozent. Das zeigt eine Studie des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB). Am ostdeutschen Lehrstellenmarkt zeigen sich damit die Auswirkungen des Geburtenknicks nach der Vereinigung. Damals brachen die Geburtenzahlen in den neuen Bundesländern massiv ein. In der DDR wurden vor der Wende pro Jahr 200.000 Geburten gezählt. In den Folgejahren waren es nur noch etwa halb so viele. 2010 gab es in den neuen Ländern erstmals mehr neu abgeschlossene Ausbildungsverträge als bei der Bundesagentur für Arbeit gemeldete Lehrstellenbewerber. Die IAB-Studie im Internet:

<http://doku.iab.de/kurzber/2012/kb1612.pdf>

NEUER REKORD BEI „MIT DEM RAD ZUR ARBEIT“

174.000 Menschen haben sich 2012 an der gemeinsamen Aktion von AOK und Allgemeinem Deutschen Fahrradclub (ADFC) beteiligt und sind in den Sommermonaten mit dem Fahrrad statt mit dem Auto zur Arbeit gefahren. Das sind noch einmal rund 2.000 mehr als 2011. Alle Teilnehmer zusammen legten insgesamt 24,9 Millionen Kilometer zurück, ein Plus von 30 Prozent im Vergleich zum Vorjahreszeitraum. „Mit dem Rad zur Arbeit“ ist eine Initiative von AOK und ADFC und läuft bundesweit seit 2004 jährlich vom 1. Juni bis zum 31. August. Ziel ist es, den Präventionsgedanken zu stärken und die Bevölkerung zu mehr sportlicher Aktivität zu animieren. Gleichzeitig hat die Aktion auch einen Umweltaspekt. Dadurch dass die 174.000 Pendler ihr Auto stehen gelassen haben, wurden 4,9 Millionen Kilogramm weniger CO₂ in die Luft geblasen. Auch dieser Wert wurde im Vergleich zu 2011 noch einmal um 1,1 Millionen Kilogramm gesteigert.

Mehr Informationen
zur Aktion >>



INTERESSANTE LINKS

- Mal wieder im Archiv nachsehen:
<http://www.aok-original.de/Archiv>
- Pluspunkte sammeln
<http://www.aok-pluspunkt.de/bayern/?cid=>



FRAGE - ANTWORT

Wie heißt die Figur, die mit Spinat stark geworden ist?

Gewinnen* Sie einen
50-Euro-Schein!
Zugestellt per Post.

Einsendeschluss:
9. November 2012

Antwort (mit Adresse) an:
aok-original@kompart.de

Gewinner des letzten Preisrätsels:
Thomas Harthan, 89362 Offingen



Newsletter abonnieren:
einfach hier klicken



Newsletter abbestellen:
einfach hier klicken

*Die Gewinne sind gesponsort und stammen nicht aus Beitragseinnahmen

