



UNSER POSITIV-THEMA FÜR DIE REGION REUTLINGEN:

# BEWEGLICH BLEIBEN!

IMPULSE UND LIFEHACKS FÜR DEN FRÜHLING

GESUNDHEIT IM UNTERNEHMEN:  
IMPULSE FÜR EINE AKTIVE PAUSE  
IM HOMEOFFICE

PERSÖNLICH ENGAGIERT:  
PHYSIOTHERAPEUTEN IM PORTRAIT

GESUNDE GEMEINDE ENINGEN:  
GEMEINSAM MEHR ERREICHEN IN ENINGEN

ENINGEN  
GESUND

MÄRZ 2023



## Gesunde Teams für Handwerksbetriebe besser fördern

►► Handwerkerinnen und Handwerker sind in ihrem Job viel auf den Beinen. Ob beim Kunden vor Ort, ob in der Produktion, ob beim Transportieren von Material: Der Job fordert körperlich heraus. Schwere Dinge müssen bewegt und dabei doch ganz präzise gearbeitet werden – auf Dauer kann das anstrengen. Aber auch bei der Organisation im Büro kommt es zu typischen Folgen – etwa dem verspannten Nacken und Rückenschmerzen. Spätestens jetzt sollten die Unternehmen reagieren.

**G**esundheit ist ein hohes Gut – das bemerkten wir spätestens in Zeiten der Pandemie“, sagt Veronika Bittner-Wysk, Physiotherapeutin vom #teamBGM. Deshalb gesund bleiben – auch und gerade beim Job: Da fängt das Thema Gesundheit nicht erst an, wenn etwas weh tut – sondern indem man sich von vornherein richtig verhält – und auch weiß, wie und warum. Und das beginnt auf der Arbeit!

„Gerade für Handwerkerinnen und Handwerker haben dabei einen speziellen Bedarf“, erläutert Bittner-Wysk. „Ausfälle tun nicht nur weh, sondern sind extrem belastend und auch betriebswirtschaftlich teuer“, sagt Veronika Bittner-Wysk. „Ein gesundes Team schafft auf der ande-

ren Seite gemeinsam und dauerhaft mehr – und deshalb lohnt es sich auch nachhaltig für jeden Betrieb, auf die Gesundheit von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu achten“, wirbt Bittner-Wysk.

### Spezieller Bedarf bei Handwerksbetrieben

In den zurückliegenden Monaten habe man Erfahrungen mit Partnern ausgewertet, Bedarfe analysiert und Ideen gesammelt. Die richtige Investition im Kleinen beginne beim Drandenken – und führe übers Dranbleiben zu einem großen Ergebnis – für mehr Motivation und gesunde Leistung.



„Nun haben wir ein besonderes Paket für Handwerksbetriebe und das verarbeitende Gewerbe zusammengestellt, das auf unserer Homepage zugänglich bist“, wirbt die Expertin. „Also, am besten gleich Dranmachen: Das spart Zeit, Geld und macht gute Laune!“

Nicht nur, wenn es von PhysioEningen kommt: Betriebliches Gesundheitsmanagement kann deshalb gerade jetzt helfen, gesunde Teams zu fördern, ohne dabei den Spaß und die Motivation zu vergessen. „Egal,

wer ihr Partner dabei ist: Chefinnen und Chefs können dabei auch auf Fördermittel zurückgreifen“, so die Expertin. Zum Beispiel in Zusammenarbeit mit dem #teamBGM, das Handwerkerinnen und Handwerker durch einen gesunden Alltag begleiten kann – und dabei auch für Teambuilding und Motivation sorgt. Dafür will sich das Team um Veronika Bittner-Wysk weiterhin einsetzen. „Dabei setzen wir individuelles Konzepte in Sachen Betriebliches Gesundheitsmanagement speziell für Handwerksbetriebe in der Region NeckarAlb um

und lassen sie dabei auch von den Erfahrungen mit anderen Handwerkerinnen und Handwerkern profitieren“, so Bittner-Wysk.

„Wir geben Tipps und Impulse und laden alle Chefinnen und Chefs ein, sich kostenlos und individuell beraten zu lassen“, Handwerksbetriebe, so das Versprechen, erhalten dabei nicht nur maßgeschneiderte Konzepte, sondern auch entsprechende Schnupperkurse.

Text: M. Philipp

Fotos: Adobe Stock, User

**Gesund im Job. Fit im Beruf. Und motiviert bei der Arbeit.**  
#teamBGM #BetrieblichesGesundheitsmanagement #RegionReutlingen #nextlevel



Wir begleiten Sie als Firma, wenn es um Ihr gesundes, fittes und entspanntes Team als dem Motor Ihres Unternehmens geht. Diesen Motor zu pflegen lohnt nachhaltig: So fahren Sie besser, weiter – und die Fahrt macht auch Spaß!

Gerade für **echte Kerle und toughie Mädele im Handwerk** geben wir etwa Impulse zu den folgenden Themen:

- Rechtzeitig vor Verletzungen schützen
- Training am Arbeitsplatz: Richtiges Heben und Tragen für Handwerkerinnen, Handwerker und das verarbeitende Gewerbe

- Warnzeichen verstehen: Schluss mit dem Ignorieren von Schmerzen
- Krankwerden frühzeitig verhindern

... Sie wollen richtig durchstarten? Natürlich mit gesundem Team! Wir sind Ihr Servicepartner für freie Fahrt und mehr!

#teamBGM #PhysioEningen  
07121 803031 | [gesundtgesundheit-im-unternehmen.online](http://gesundtgesundheit-im-unternehmen.online)

Schnelle Infos: [www.gesundheit-im-unternehmen.online/kontakt/angebot-infocenter/handwerkbetriebe/](http://www.gesundheit-im-unternehmen.online/kontakt/angebot-infocenter/handwerkbetriebe/)

**PHYSIOENINGEN**

[www.Gesundheit-im-Unternehmen.online](http://www.Gesundheit-im-Unternehmen.online) | [www.PhysioEningen.de](http://www.PhysioEningen.de)



►► BGM für Handwerksbetriebe und das verarbeitende Gewerbe, wofür steht das noch einmal? Was Handwerksbetriebe und das verarbeitende Gewerbe von einem BGM-Konzept haben: Wir erläutern einige oft gestellte Fragen zum Serviceangebot für Handwerkerinnen und Handwerker.

## Harte Kerle und toughe Mädels: Betriebliches Gesundheitsmanagement fürs Handwerk



Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) kümmert sich um die Gesundheit im Unternehmen. Dabei werden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter durch verschiedene Impulse und Möglichkeiten beim Gesundbleiben gefördert. Natürlich geht es dabei einerseits um körperliche Aspekte – andererseits aber noch um viel mehr, nämlich auch die mentale Gesundheit, Motivation und weitere Aspekte.

Das Ziel ist es dabei, Ihr Team im Handwerksbetrieb optimal zu begleiten. Von gesunden Strukturen und den damit verbundenen Vorteilen profitiert Ihr Unternehmen dann langfristig. Wichtig dabei: Ein Konzept sollte Ihrem Betrieb maßgeschneidert passen.

Das #teamBGM hat Impulse für gesunde Team in verschiedenen Modulen zusammengefasst. Die Erfahrung zeigt, dass zum Beispiel die Themen unseres Pakets für harte Kerle und toughe Mädels wichtig sind.

Auch praktisch: Im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagement kann auch ‚Erste Hilfe‘ geleistet werden. Gerade, wenn Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Schmerzen bekommen und schnelle Hilfe benötigen, ermöglicht eine Partnerschaft mit dem #teamBGM, sich sofort am Telefon oder online beraten und ohne lange Wartezeiten mit einer entsprechenden Verordnung in der Praxis von PHYSIOEningen behandeln zu lassen.

### Spezielles Konzept für Handwerksbetriebe

Im Übrigen setzt das #teamBGM gerne jederzeit ein Wunschthema im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements um. Doch manchmal muss man einfach erleben, was BGM eigentlich heißt: Dann besucht das #teamBGM den Handwerksbetrieb vor Ort und macht es konkret vor. „Wir erläutern Nutzen und Konzept des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

– und zeigen vor allem praktisch, worum es geht“, erläutern Veronika Bittner-Wysk vom #teamBGM“.

Der Schnupperkurs besteht dann aus einem halbstündigen Impuls und sechzig aktiven Workshop-Minuten zum Mitmachen. „Erleben sie selbst, welchen Effekt unser Training hat.“ Eine Beratung im Anschluss kann dann zeigen, welche Impulse im Weiteren viel Sinn machen. Auf diese Weise entsteht ein individuelles Konzept.

Eine Konzeption ist wiederum nötig, damit das Betriebliche Gesundheitsmanagement gesamt oder teilweise durch Krankenkasse oder BG gefördert werden kann. BGM-Maßnahmen sind überdies als Firmenprojekt insgesamt von der Steuer absetzbar. Jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter kann zudem jeweils mit bis zu 500,00 Euro im Jahr für Präventionsmaßnahmen als steuerfreie Lohnersatzleistung individuell unterstützt werden.

Text: M.Philipp