



Betriebliche Gesundheitsförderung

Praxisbeispiele aus niedersächsischen Unternehmen

2025



IHK

Niedersachsen
Landesarbeitsgemeinschaft



Wer wir sind

Die IHK Niedersachsen ist die Landesarbeitsgemeinschaft der sieben niedersächsischen Industrie- und Handelskammern:

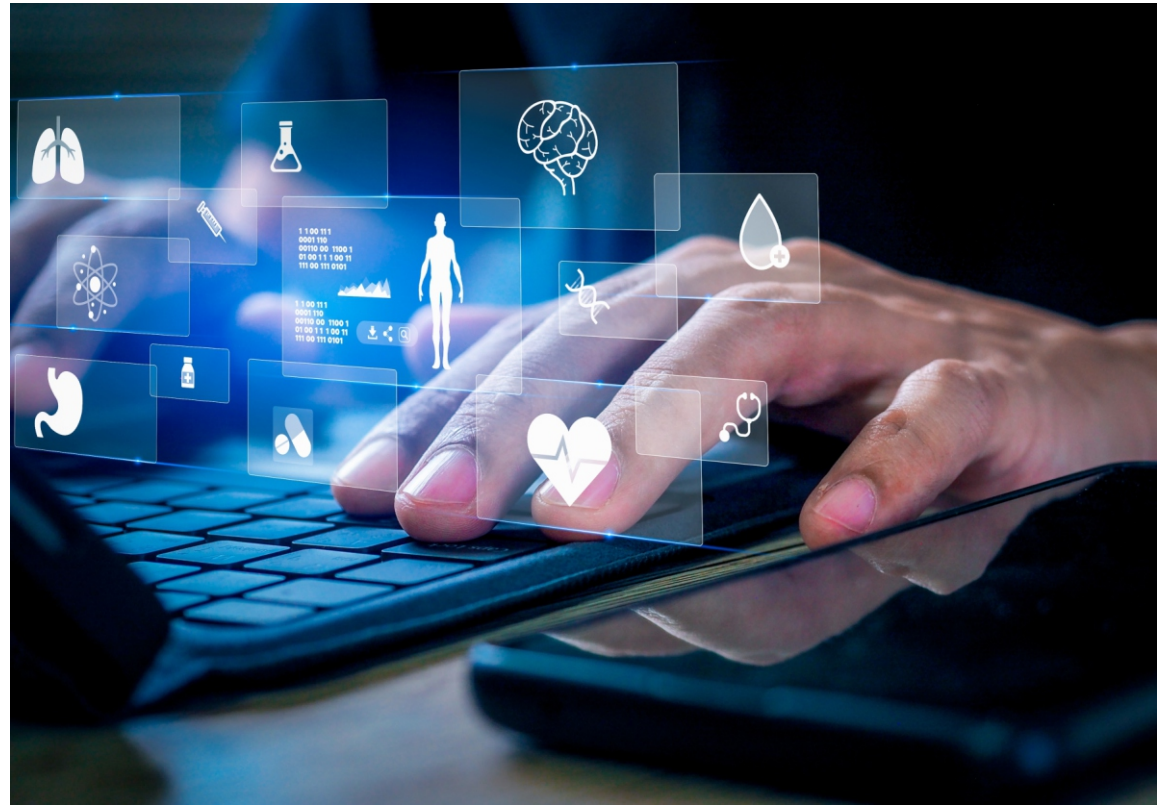
- IHK Braunschweig
- IHK Elbe-Weser
- IHK Hannover
- IHK Lüneburg-Wolfsburg
- Oldenburgische IHK
- IHK Osnabrück - Emsland - Grafschaft Bentheim
- IHK für Ostfriesland und Papenburg

Sie vertritt rund 520.000 gewerbliche Unternehmen gegenüber Politik und Verwaltung.

Hinweis: An der Broschüre haben die IHK Braunschweig, die IHK Elbe-Weser, die IHK Hannover, die IHK Lüneburg-Wolfsburg, die Oldenburgische IHK sowie die IHK für Ostfriesland und Papenburg mitgewirkt.

Vorwort

Liebe Unternehmerinnen, liebe Unternehmer,



wir alle stehen vor großen Herausforderungen, die durch die älter werdende Gesellschaft und die Veränderungen in der Arbeitswelt entstehen. Die digitale Transformation schreitet voran, gesundheitliche und psychische Belastungen am Arbeitsplatz nehmen zu und der Wettbewerb um qualifizierte Arbeitskräfte wird intensiver.

Gemeinsam verfolgen wir das Ziel, das Wohlbefinden der Beschäftigten zu fördern, krankheitsbedingte Ausfälle zu minimieren und erfahrene Arbeitskräfte dabei zu unterstützen, länger leistungsfähig im Beruf zu bleiben. Denn: Gesunde, motivierte und leistungsstarke Beschäftigte bis zum Rentenalter sind das Herz der Unternehmen und eine der wertvollsten Ressourcen für den Erfolg.

Zweifelloos lohnt es sich, die Gesundheitskompetenz der Mitarbeitenden nachhaltig zu stärken. Besonders effektiv ist dies, wenn die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) individuell für Ihr Unternehmen angelegt ist. Mit dieser Broschüre möchten wir, die IHK Niedersachsen (IHKN), Sie dabei unterstützen, sich für die Gesundheit in Ihrem Unternehmen zu engagieren.

Unser Ziel ist es, Ihnen praktische und konkrete Anhaltspunkte aufzuzeigen, wie Sie das Thema Gesundheitsförderung angehen können. Anhand von einzelnen Praxisbeispielen zeigen wir, wie auch kleine und mittlere Unternehmen erfolgreich Maßnahmen zur Gesundheitsförderung umsetzen. Schon kleine Schritte können große Veränderungen bewirken. Lassen Sie sich von engagierten Unternehmen inspirieren und erfahren Sie mehr über vorhandene Unterstützungsangebote!

Unser herzlicher Dank gilt den engagierten Unternehmerinnen und Unternehmern, die diese Broschüre erst möglich gemacht haben.



Monika Scherf
Hauptgeschäftsführerin
IHK Niedersachsen

Carola Havekost
Kordinatorin Gesundheitswirtschaft
der IHK Niedersachsen



Betriebliche Gesundheitsförderung – eine Investition, die sich lohnt!

Ende 2022 waren rund 24 Prozent der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten in Niedersachsen älter als 55 Jahre. Das heißt, dass bis Mitte der 2030er Jahre niedersachsenweit rund 750.000 Beschäftigte aus dem Arbeitsleben ausscheiden werden (Quelle: Landesamt für Statistik Niedersachsen). Die sinkende Anzahl junger Erwerbstätiger und die gleichzeitig steigende Zahl älterer Erwerbspersonen stellen die Betriebe vor bisher nie dagewesene Herausforderungen.

Die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) ist ein effektives Instrument, um die Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit am Arbeitsplatz langfristig zu steigern. Gezielte Maßnahmen können das Wohlbefinden und die Motivation des Personals verbessern, die Arbeitsfähigkeit erhalten und den Krankenstand positiv beeinflussen. Außerdem sind Angebote in der Gesundheitsförderung ein großer Pluspunkt bei der Rekrutierung neuer Arbeitskräfte.

In dieser Broschüre fokussieren wir uns auf die betriebliche Gesundheitsförderung. Sie umfasst alle Maßnahmen und Strategien, die darauf abzielen die gesundheitlichen Ressourcen und das Wohlbefinden der Mitarbeitenden im Unternehmen zu stärken. Sie ist ein wichtiger Bestandteil des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) und konzentriert sich auf die Prävention von Krankheiten sowie die Förderung von körperlicher, psychischer und sozialer Gesundheit am Arbeitsplatz. Maßnahmen für die BGF sind freiwillig und können von den Unternehmen individuell gestaltet und umgesetzt werden. Zur Einordnung der Teilbereiche des BGM haben wir diese im Folgenden aufgeführt:

Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)		
Betrieblicher Arbeitsschutz (BA)	Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)	Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)
gesetzlich verpflichtend	gesetzlich verpflichtend	freiwillig

Das Ziel des **betrieblichen Arbeitsschutzes** (BA) besteht darin, die Gesundheit und das Leben der Beschäftigten während ihrer Arbeit zu schützen. Die Gefährdungsbeurteilung ist ein zentraler Bestandteil des Arbeitsschutzes und ein vielseitiges Instrument, das auf die spezifischen Gegebenheiten des Arbeitsplatzes zugeschnitten werden muss. Arbeitgebende sind verpflichtet, alle relevanten Gefährdungsarten zu analysieren, zu prüfen und geeignete Schutzmaßnahmen einzuleiten. Der betriebliche Arbeitsschutz ist im Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG) geregelt.

Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) hat zum Ziel, länger erkrankte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wieder in den Betrieb zu integrieren und Fehlzeiten zu reduzieren. Es basiert auf § 167 Abs. 2 des Neunten Sozialgesetzbuchs (SGB IX) und dient dem Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit. Der betriebliche Arbeitsschutz und das betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) sind gesetzlich verpflichtend.



Hilfe und Tipps für Unternehmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung

IHK Niedersachsen
Betriebliche Gesundheitsförderung



Bei der Einführung gesundheitsfördernder Maßnahmen und der Implementierung können verschiedene Akteure und Angebote Unterstützung bieten:

- Krankenkassen z.B. mit den BGF-Koordinierungsstellen
- Sozialversicherungsträger
 - Berufsgenossenschaften
 - Deutsche Rentenversicherung
 - Gemeinde-Unfallversicherung (GUV)
- Steuerfreie Arbeitgeberleistung
- Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA)
- Betriebsärztlicher Dienst
- Private Dienstleistungsbetriebe
- Industrie- und Handelskammern in Niedersachsen



Angebote der Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen (GKV) bieten Unternehmen Unterstützung im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung. Dazu gehören kostenlose Erstberatungen durch die **BGF-Koordinierungsstellen**, Konzepte zur Verhältnis- und Verhaltensprävention sowie digitale Angebote wie Online-Coaching und Gesundheitskurse. Workshops und Schulungen zu diversen Gesundheitsthemen ergänzen das Angebot der GKV. Außerdem können Unternehmen Zuschüsse für Projekte wie Gesundheitstage, Sportkurse oder Stressmanagement beantragen. Private Krankenkassen unterstützen Unternehmen ebenfalls bei der Gesundheitsförderung durch maßgeschneiderte Beratung, digitale Gesundheitslösungen, Workshops und Schulungen sowie finanzielle Förderung.



BGF-
Koordinierungsstelle

Sozialversicherungsträger

Das Deutsche Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung (DNBGF) ist ein nicht-kommerzielles und interdisziplinäres Netzwerk, das allen Institutionen, Organisationen und Einzelpersonen offen steht, die an betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF) interessiert sind. Die Berufsgenossenschaften unterstützen die betriebliche Gesundheitsförderung durch umfassende Beratung, Qualifizierung, Schulungen und Unfallverhütungsmaßnahmen, um die Gesundheit und Sicherheit der Mitarbeitenden zu gewährleisten. Die Träger der gesetzlichen Unfallversicherung fördern Betriebe durch Anreizsysteme wie Beitragszuschläge, Prämien und Anerkennungen bei der Implementierung von BGF-Maßnahmen.



Deutsches Netzwerk
für betriebliche
Gesundheitsförderung

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) ist der Dachverband der Unfallversicherungsträger in Deutschland, der sich um Prävention, Rehabilitation und Entschädigung bei Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten kümmert. Die Deutsche Rentenversicherung (DRV) bietet sowohl Arbeitgebenden als auch Arbeitnehmenden kostenlose Beratungsangebote an.



Spitzenverband
Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung
(DGUV)



Deutsche Rentenversi-
cherung

Steuerfreie Arbeitgeberleistung

Betriebe können zusätzlich zum Arbeitslohn jährlich bis zu 600 Euro pro Mitarbeitendem steuerfrei in "Leistungen zur Verhinderung und Verminderung von Krankheitsrisiken und zur Förderung der Gesundheit" investieren. Die Rechtsgrundlage hierfür ist das Einkommensteuergesetz (EStG) § 3 Nummer 34.

Die Leistungen müssen den Vorgaben der Paragraphen 20 und 20b des Sozialgesetzbuches V entsprechen und basieren auf den Handlungsfeldern und Kriterien des Präventionsleitfadens der gesetzlichen Krankenkassen.



Einkommensteuergesetz (EStG) § 3
Nummer 34



Sozialgesetzbuch (SGB),
Fünftes Buch (V), § 20
Primäre Prävention und
Gesundheitsförderung



Sozialgesetzbuch (SGB),
Fünftes Buch (V),
§ 20b Betriebliche
Gesundheitsförderung



Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA)

Die Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) unterstützt Unternehmen darin, die Gesundheitskompetenz von Mitarbeitenden zu stärken, ein betriebliches Gesundheitsmanagement aufzubauen und eine gesundheitsfördernde Unternehmenskultur zu entwickeln. Mit dem INQA-Check „Gesundheit“ können Sie systematisch alle Potenziale der "Gesundheit" für Ihren Betrieb erschließen. INQA-Coaching hilft Unternehmen mit weniger als 250 Beschäftigten passgenaue Maßnahmen zu finden. Bis zu 80 Prozent der Beratungskosten können übernommen werden.



Initiative Neue Qualität
der Arbeit (INQA)

Betriebsärztlicher Dienst

Unternehmen können den betriebsärztlichen Dienst nutzen, um Gesundheitschecks, Impfungen und Beratungen anzubieten.

Private Dienstleistungsbetriebe

Private Dienstleistungsbetriebe ergänzen diese Unterstützung durch individuelle Beratung, maßgeschneiderte Konzepte, digitale Gesundheitslösungen sowie Workshops und Schulungen. Sie beraten das jeweilige Unternehmen individuell und bieten maßgeschneiderte Konzepte, digitale Gesundheitslösungen sowie Workshops und Schulungen an.

Die Industrie- und Handelskammern

Die IHKs unterstützen Unternehmen im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) durch Beratung, Weiterbildungsangebote, Veranstaltungen und die Bereitstellung von Praxisbeispielen und Informationen zu Fördermöglichkeiten.

Der IHK-Zertifikatslehrgang "Fachfrau/-mann für betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)" richtet sich branchenübergreifend an Personen in kleinen und mittleren Unternehmen, welche innerhalb ihres Unternehmens zukünftig organisatorische Aufgaben im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements übernehmen. Das kann sowohl den Aufbau und Start eines BGMS beinhalten als auch dessen Weiterentwicklung.



IHK-Kompetenz.PLUS
Weiterbildungs
Suchassistent:in:



Informationen zum
Lehrgang Fachfrau/-
mann für betriebliches
Gesundheitsmanagement
(IHK-Zertifikatslehrgang)

DIHK-Checkheft – Betriebliche Gesundheitsförderung

Das Checkheft zur betrieblichen Gesundheitsförderung der Deutschen Industrie- und Handelskammer (DIHK) wird Ihnen dabei helfen, die passenden Maßnahmen für Ihr Unternehmen zu finden – egal ob Sie gerade erste Schritte auf diesem Gebiet planen oder bereits aktiv und auf der Suche nach neuen Anregungen sind.



DIHK-Checkheft betriebliche
Gesundheitsförderung



Hier finden Sie eine Übersicht mit weiterführenden Informationen und Links rund um das Thema „Gesundheit im Betrieb“:



Wir danken für die Unterstützung dieser Publikation*:

Anker Schifffahrts-Gesellschaft mbH, Emden

Avacon AG, Helmstedt

Beier & Partner Sachverständigenbüro, Stade

BÜFA GmbH & Co. KG, Oldenburg

CEWE Stiftung & Co. KGaA, Oldenburg

Haus der Finanzen Braunschweig, Braunschweig

IKEA Deutschland GmbH & Co. KG, Oldenburg

Kramer & Kollegen Versicherungsmakler GmbH & Co.KG, Emden

MAGNESIA GmbH, Lüneburg

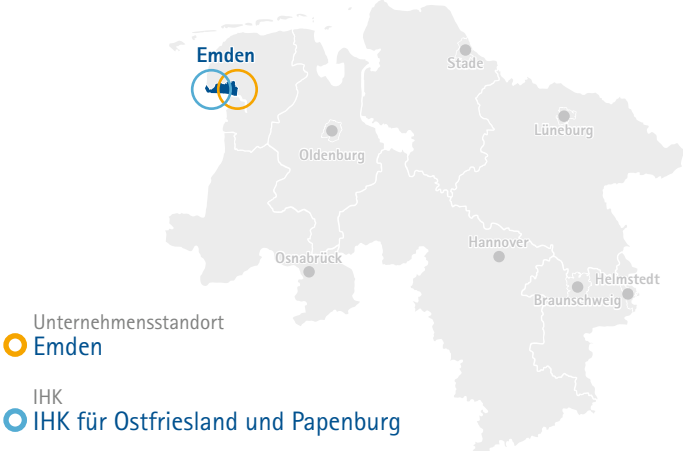
OMAG Maschinenbau GmbH, Emden

* Mitgliedsunternehmen der IHK Braunschweig, IHK Elbe-Weser, IHK Hannover, IHK Lüneburg-Wolfsburg, Oldenburgischen IHK, IHK für Ostfriesland und Papenburg.





„Wir empfehlen Unternehmen, die mit betrieblicher Gesundheitsförderung starten, zuerst den Gesundheitszustand der Mitarbeitenden zu analysieren.“

Name des Unternehmens: Anker Schiffahrts-Gesellschaft mbH Unser Unternehmensprofil: Seit über 60 Jahren sind wir ein fester Bestandteil der Automobilverladung im Emden Hafen und orientieren uns fortdauernd an den steigenden Anforderungen des Marktes. Neben dem Umschlag von Kraftfahrzeugen fertigen wir Forstprodukte ab und bieten hafenspezifische Dienstleistungen an.	
 Unternehmensstandort Emden IHK IHK für Ostfriesland und Papenburg	Website: www.ankerschiffahrt.de www.ankerservice.de
	Wir gehören folgender Branche an: Verkehr, Schifffahrt
	Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 379
	Ansprechperson: Cirksena, Darja Position im Unternehmen: HR-/Administration Specialist

Bei der Anker Schiffahrts-Gesellschaft mbH in Emden setzen wir auf eine Gesundheitsförderung, die auf mehreren Säulen basiert. Im Rahmen unseres Firmenfitness-Programms können unsere Mitarbeitenden in Kooperation mit Partnern wie Pura Vita, Wellyou Emden oder dem Bürgerbad van Ameren Bad ihre körperliche Fitness trainieren. Ein weiterer Baustein unserer Gesundheitsvorsorge sind die ergonomisch gestalteten Arbeitsplätze. Darüber hinaus bieten wir die Möglichkeit, ein Fahrrad zu leasen, und wir nehmen an Aktionen wie „Stadtradeln“ oder „Mit dem Rad zur Arbeit“ teil. Zusätzlich passen wir die Arbeitsausstattung individuell an die Bedürfnisse unserer Kollegen an.

Die Einführung dieser Maßnahmen hat das Ziel, die körperliche Fitness unserer Mitarbeitenden zu stärken und ihre mentale Zufriedenheit zu fördern. Wir sind überzeugt, dass die Kombination aus geeigneten Rahmenbedingungen und individueller Selbstverantwortung hier zielführend ist. Ein ganzheitliches Konzept, das gleichermaßen das Muskel-Skelett-System stärkt und die mentale Gesundheit fördert, ist dabei der Schlüssel zu einem langfristig gesunden Personal und damit zu einem gesunden Unternehmen.

Bisher konnten wir keine eindeutigen Rückschlüsse darüber ziehen, welche Maßnahmen besonders erfolgreich waren. Wir befinden uns noch in der Entwicklungsphase und analysieren die Wirksamkeit der umgesetzten Maßnahmen. Es hat sich jedoch gezeigt, dass bereits im ersten Quartal die Anzahl der Krankmeldungen zurückgegangen ist.

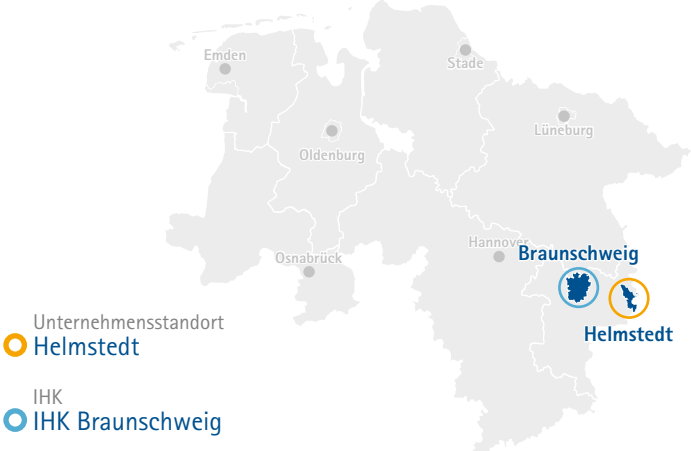
Eine Herausforderung war, dass die Angebote nicht alle Mitarbeitenden erreichten. Erst als wir neben der digitalen Kommunikation auch analoge Kommunikationswege wie Aushänge nutzten, haben alle Mitarbeitenden von den Angeboten erfahren.

Wir empfehlen Unternehmen, die gerade erst mit betrieblicher Gesundheitsförderung beginnen, zunächst eine Analyse des Gesundheitszustandes der Mitarbeitenden durchzuführen. Auf diese Weise lässt sich der Status Quo bestimmen, auf dem dann gezielt aufgebaut werden kann.



IHK Niedersachsen
Betriebliche Gesundheitsförderung

„Im Jahr 2024 fokussierten wir uns auf Vorsorge-Screenings für Darm- und Hautkrebs sowie Hörtests.“

Name des Unternehmens: Avacon AG Unser Unternehmensprofil: Als einer der größten regionalen Energiedienstleister Deutschlands sind wir Partner für regionale Energielösungen in den Bereichen Strom, Gas, Wasser, Wärme, Kälte, Mobilität und Beleuchtung. Über unsere intelligenten Energienetze verbinden wir Menschen in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt.	
	Website: www.avacon.de
	Wir gehören folgender Branche an: Energie Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 2.872
	Ansprechperson: Scharf, Rajko Position im Unternehmen: Betrieblicher Gesundheitsmanager

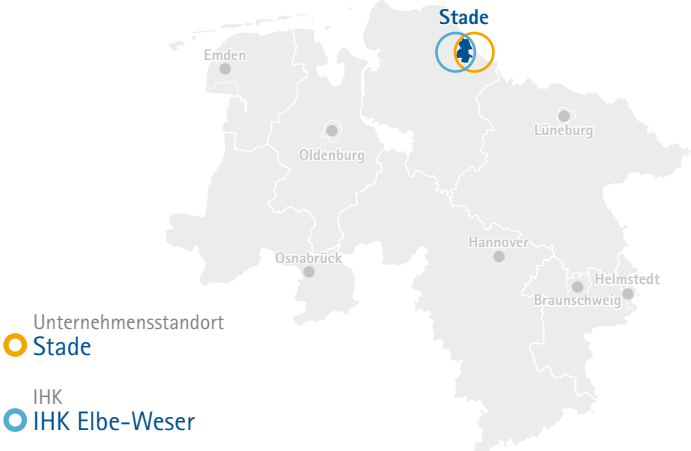
Die Gesundheitsförderungsmaßnahmen der Avacon AG zielen auf die Aufrechterhaltung und Verbesserung der individuellen Gesundheit ab und haben einen wertschätzenden Charakter. Grundlage ist ein digitaler Gesundheitsbaukasten mit einer Vielzahl von Angeboten. Am erfolgreichsten sind Maßnahmen, die die individuelle Gesundheitssituation betreffen. Wenn der Wunsch geweckt ist, das eigene Gesundheitsverhalten zu verändern, sind passende Gesundheitsförderungsangebote sehr effektiv. Im Jahr 2024 fokussierten wir uns auf verschiedene Screening-Aktionen zur Vorsorge von Darm- oder Hautkrebs sowie Hörtests. Zudem boten wir unseren Mitarbeitenden fortlaufend Fitness-Checks und Fitness-Angebote an.

Wir schaffen den Rahmen und ebnen den Weg für unsere Mitarbeitenden, sich um die eigene Gesundheit bewusst zu kümmern. Und es zeigt sich: Die Kombination von leicht zugänglichen und persönlichen Gesundheitsinformationen mit niedrigschwelligen Angeboten, haben die höchsten Erfolgschancen, um das generierte Gesundheitsziel zu erreichen. Unsere Angebote werden sehr gut angenommen und berücksichtigen die Wünsche aus Befragungen in unserer Belegschaft. Gerade die von den Mitarbeitenden vorgeschlagenen Maßnahmen (z. B. Haut-Screening und Fitness-Angebote) werden besonders gut nachgefragt und sind für jede Altersgruppe interessant. Aus unserer Sicht ist es besonders empfehlenswert im Bereich der Gesundheitsförderung die persönlichen Wünsche umzusetzen, da sie als Ausdruck der Wertschätzung wahrgenommen werden und auf diese Weise ein gutes Instrument der Mitarbeitenden-Bindung und -Gewinnung sind. Gesundheitsangebote, die ausschließlich sensibilisierend sind, werden in unserem Unternehmen eher verhalten angenommen.

Wichtig ist, dass die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den Mehrwert für sich erkennen können. Wenn ein Unternehmen erkannt hat, in die Gesundheit der Mitarbeitenden zu investieren, dann wird es sich nach unserer Auffassung für den wirtschaftlichen Erfolg auszahlen.



„Wir haben die Arbeitszeit auf 25 Stunden pro Woche bei vollem Lohnausgleich verkürzt.“

Name des Unternehmens: Beier & Partner Sachverständigenbüro, Inh. Patrick Beier Unser Unternehmensprofil: Sachverständigenbüro für Immobilienbewertung. Unser Team verfügt über langjährige Erfahrung in der Bewertung von Immobilien in den Metropolregionen Hamburg, Bremen und Berlin sowie im Bereich Gera/ Jena.	
 Unternehmensstandort Stade IHK IHK Elbe-Weser	Website: www.sachverständigmitherz.de Wir gehören folgender Branche an: Bau-, Immobilien und Grundstückswirtschaft Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 8 Ansprechperson: Beier, Patrick Position im Unternehmen: Inhaber

Seit nunmehr 2,5 Jahren sind wir auf eine Arbeitszeitverkürzung von 25 Stunden pro Woche bei vollem Lohnausgleich umgestiegen. Diese Entscheidung haben wir getroffen, um die Work-Life-Balance unserer Mitarbeitenden zu fördern und ihre Zufriedenheit sowie Produktivität zu steigern. Darüber hinaus haben wir eine Kooperation mit einem Firmenfitness-Programm ins Leben gerufen, bei dem wir die vollen Kosten für alle Mitarbeitenden übernehmen. Beide Maßnahmen haben wir bereits zweimal verlängert, was die positive Resonanz und den Erfolg dieser Initiative eindrucksvoll unterstreicht. Beides fördert nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern stärkt auch das Gemeinschaftsgefühl und die Motivation innerhalb unseres Teams.

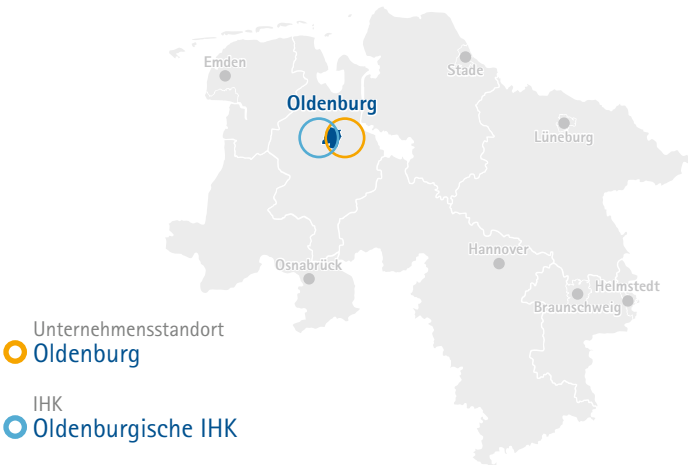
Diese Maßnahmen haben wir mit Überzeugung etabliert, denn wir sind davon überzeugt, dass Arbeit eine Tätigkeit ist und nicht an einen bestimmten Ort oder Zeitraum gebunden sein sollte. Unsere flexible Gestaltung von Arbeitszeiten und -orten spiegelt diese Philosophie wider und ermöglicht es unseren Mitarbeitenden, ihre Arbeit so zu organisieren, dass sie am produktivsten und zufriedensten sind. Diese Flexibilität hat sich als unsere erfolgreichste Maßnahme erwiesen und wird von unserem Team sehr geschätzt.

Wir möchten auch andere Unternehmen ermutigen, offen über die Möglichkeiten einer effizienten Arbeitsplanung zu sprechen. Muss Arbeit wirklich immer an einen bestimmten Ort und zu festen Zeiten gebunden sein? Flexibilität kann nicht nur die Mitarbeiterzufriedenheit und -bindung erhöhen, sondern auch die Produktivität und den Erfolg des Unternehmens steigern. Ein herausfordernder Punkt war, dass eine Arbeitszeitverkürzung bei gleichbleibendem Lohn auf den ersten Blick schwierig erscheinen kann, da Mitarbeitende Anspruch auf die volle Arbeitszeit haben. Dies erforderte eine sorgfältige Planung und klare Kommunikation, damit jeder die Vorteile versteht und unterstützt.

Unsere Empfehlung an Unternehmen, die mit der betrieblichen Gesundheitsförderung beginnen möchten, ist: Prüft zunächst, was wirklich zu eurem Unternehmen passt, und befragt eure Mitarbeitenden. Nicht alles, was großartig klingt, wird automatisch angenommen. Gemeinsam können wir die Arbeitswelt neu gestalten!



„Generell erfreuen sich das Firmenfitness-Programm und das Fahrradleasing über Business Bike größter Beliebtheit.“

Name des Unternehmens: BÜFA GmbH & Co. KG Unser Unternehmensprofil: Die BÜFA Gruppe ist ein unabhängiges, mittelständisches Unternehmen der chemischen Industrie. BÜFA wurde 1883 in Oldenburg gegründet und ist heute international in den Geschäftsfeldern Chemicals, Cleaning und Composites tätig. Wir überzeugen durch innovative und umweltbewusste Produkte.	
	Website: www.buefa.com
	Wir gehören folgender Branche an: Produzierendes Gewerbe
	Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 550
	Ansprechperson: Dr. Seidel, Julian
	Position im Unternehmen: Fachkraft für Arbeitssicherheit

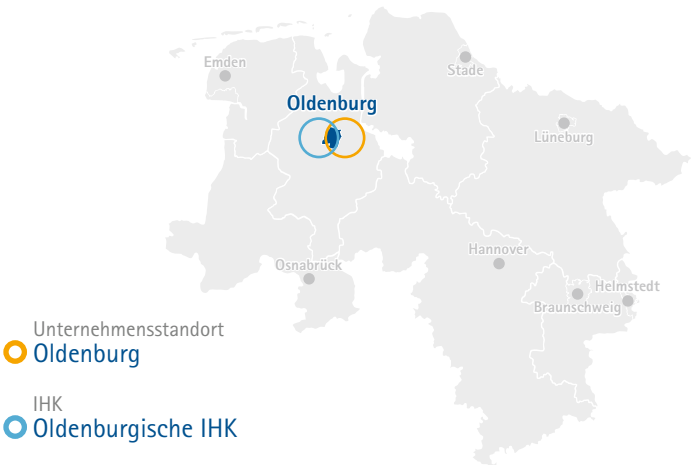
Betriebliches Gesundheitsmanagement ist für uns die systematische ganzheitliche Gesunderhaltung der Beschäftigten. Im Vordergrund steht dabei neben der Weiterbildung von Führungskräften, der Optimierungen der Arbeitsplätze und der Arbeitsprozesse auch die permanente Durchführung von Präventionsangeboten. Das ist auch wichtig für die Gewinnung von Fachkräften. Unsere BGF-Angebote werden in verschiedenen Lenkungs- und Arbeitskreisen erarbeitet und entschieden, so dass die verschiedenen Hierarchieebenen des Unternehmens sowie Stabsstellen und Betriebsrat mit einbezogen werden. Eine wiederkehrende Frage ist, was wir anbieten und ob es dafür finanzielle Mittel gibt.

BÜFA bietet dauerhaft ein Gesundheitsangebot zu den Themen Ernährung, Bewegung und Psyche an: Unsere BGF-Maßnahmen umfassen zum Beispiel ein Firmenfitness-Programm, das unseren Mitarbeitenden Zugang zu zahlreichen Fitnessstudios und Sporteinrichtungen ermöglicht. Ergänzend dazu ermöglichen wir das Fahrradleasing über Business Bike. Unser Gesundheitsprogramm beinhaltet außerdem die Teilnahme bzw. Kostenübernahme bei Sportveranstaltungen (z.B. OL-Marathon), Raucherentwöhnung, Darmkrebsvorsorge, Massagen bei akuten Problemen, Kochkurse und Ernährungsberatung, ein Obst- und Gemüseangebot, ergonomische Büroeinrichtung, Schulungen von Führungskräften zu einem gesundheitsorientierten Führungsstil und ein Gesundheitsprogramm für Auszubildende. Beim Führen von Mitarbeitenden ist uns wichtig, dass sie sich wertgeschätzt fühlen, aktiv in Entscheidungsprozesse eingebunden werden und ausreichend Handlungsspielraum für eigenverantwortliches Arbeiten erhalten. Aktuell bietet BÜFA zudem eine digitale Plattform zur individuellen und ortsunabhängigen Stressprävention im Selbststudium an, welche auch die Möglichkeit zur Inanspruchnahme professioneller psychologischer Hilfe bei akuten psychischen Problemen beinhaltet. Generell erfreuen sich das Firmenfitness-Programm und das Fahrradleasing über Business Bike größter Beliebtheit.

Wir empfehlen Unternehmen, die gerade erst mit dem Thema starten, einfach mit einer Maßnahme anzufangen und das Angebot Schritt für Schritt entsprechend dem Bedarf weiterzuentwickeln.



„Für Azubis bieten wir Aktionstage zu dem Themen Ernährung, Bewegung, Stress, Prüfungsangst und Sucht an.“

Name des Unternehmens: CEWE Stiftung & Co. KGaA Unser Unternehmensprofil: Wir sind Europas führender Fotoservice und erfolgreicher Anbieter im kommerziellen Online-Druck. Neben Innovation und Freude am Foto steht für uns in allen Bereichen vertrauensvolle Professionalität im Fokus.	
	Website: www.cewe.de Wir gehören folgender Branche an: Produzierendes Gewerbe Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 1.200 Ansprechperson: Wulf, Julia Position im Unternehmen: Gesundheitsmanagerin

Unser Unternehmen fördert die Gesundheit der Mitarbeitenden durch vielfältige Maßnahmen. Unser Ziel ist ein nachhaltiges und bedarfsgerechtes Betriebliches Gesundheitsmanagement. Das bedeutet auch Angebote anzupassen oder einzustampfen, wenn sie nicht genutzt werden. Früher hatten wir einen Gesundheitstag, aber wir haben uns davon verabschiedet, weil wir das Thema Gesundheit nicht auf einen Tag beschränken wollen. Stattdessen stellen wir das ganze Jahr über niedrigschwellige Möglichkeiten für ein nachhaltiges Gesundheitsangebot bereit.

Wir bieten ganzjährig Maßnahmen in den Bereichen Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit, Führung, Schlaf und Sucht an. Dazu gehören mobile Massagen, Vorsorgeuntersuchungen, Sportkurse, Betriebssportgruppen und bewegte Pausen während der Arbeitszeit. Für Führungskräfte gibt es eine Reihe zum Thema 'Psychische Gesundheit' mit Modulen wie Selbstfürsorge, Team Spirit, Konflikte, Umgang mit psychischen Belastungen und kollegiale Fallberatung. Für Azubis bieten wir verschiedene Aktionstage mit theoretischen und praktischen Inhalten an zum Thema Ernährung, Bewegung, Stress, Prüfungsangst und Sucht. Zur Unterstützung bei psychischen Belastungen bieten wir eine anonyme Beratung per Telefon oder via Teams an. Ein Schwerpunkt ist das Thema Sucht: Drei interne Mitarbeitende unterstützen dabei und beraten Führungskräfte sowie betroffene Mitarbeitende zu Themen wie Wiedereingliederung und Unterstützung vor, während und nach einer Reha.

Unser Angebot wird gut angenommen, besonders die mobilen Massagen und Messungen (z. B. Backcheck, Körperfettanalyse). Diese finden während der Arbeit statt, dauern nur 20 Minuten und können online gebucht werden. Bei den Messungen gibt es immer Tipps und Handlungsempfehlungen für den Alltag. Unsere Empfehlung für Unternehmen, die mit der betrieblichen Gesundheitsförderung beginnen, lautet: Beteiligung der Mitarbeitenden, klare Ziele und die Einrichtung eines Arbeitskreises mit breiter Beteiligung. Jedes Unternehmen sollte seine Maßnahmen individuell planen. Manchmal bedarf es einen längeren Atem bis sich Angebote durchsetzen.



IHK Niedersachsen

Betriebliche Gesundheitsförderung

„Lieber unperfekt starten, als perfekt zu zögern. Es lohnt sich!“

Name des Unternehmens:

Haus der Finanzen Braunschweig

Unser Unternehmensprofil:

Wir sind lokaler Partner für die Beratung von Privat- und Firmenkunden in allen Finanzthemen. Unsere Hauptgeschäftsfelder sind das modulare Risikomanagement für klein- und mittelständische Unternehmen, die industriellen Großkunden sowie Factoring- und Leasingdienstleistungen.



**Allfinanz
Deutsche
Vermögensberatung**

Website:

www.allfinanz-dvag.de/Marvin.Klose

Wir gehören folgender Branche an:

Vermittler

Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen:

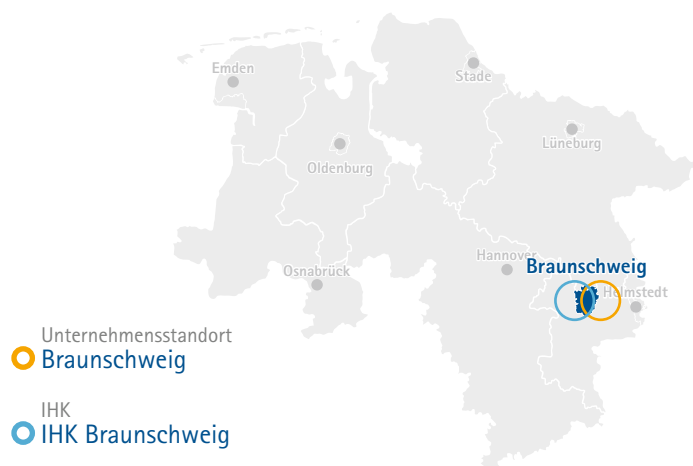
48

Ansprechperson:

Klose, Marvin

Position im Unternehmen:

Inhaber



Das Haus der Finanzen Braunschweig stattet alle Mitarbeitenden mit einer betrieblichen Krankenversicherung in Form eines Rahmenvertrages aus. Im Rahmen dieser Maßnahme zur betrieblichen Gesundheitsförderung übernehmen wir alle Kosten für zum Beispiel Chefarztbehandlungen oder die Krankenhausunterbringung in Einzelzimmern zu 100 Prozent sowie die Kosten für Zahnarztbehandlungen und Zahnersatz bis zu 90 Prozent. Mit unserem Angebot verfolgen wir einen neuen modernen Ansatz, um unsere Belegschaft nachhaltig an unser Unternehmen zu binden. Es wird sehr positiv angenommen.

Alle Mitarbeitenden haben die identische Absicherung und erhalten gleiche Leistungen. So erhalten wir bestes Feedback vor allem nach individueller Inanspruchnahme der Versicherung, wovon unsere Beschäftigten auch in ihrem privaten Umfeld berichten und im Endeffekt für uns als Arbeitgeber werben. Wir sichern auch Familienangehörige zu den gleichen Bedingungen ab – ebenfalls ohne Gesundheitsprüfung und Wartezeiten. Aus Unternehmenssicht fällt mir keine empfehlenswertere Maßnahme zur betrieblichen Gesundheitsförderung ein: durch unsere Unterstützung in persönlichen Lebenslagen mit gesundheitlichen Beeinträchtigten werden wir als Arbeitgeber auch emotional gut angenommen und die Mitarbeitenden reden außerhalb der Arbeit positiv über das Unternehmen. Eine bessere Werbung gibt es nach unserer Auffassung im Wettbewerb um Fachkräfte nicht. Eine Herausforderung war die passende Auswahl des Versicherungstarifes und der einzelnen Leistungsbausteine.

Wir hatten als Geschäftsführung einen Vorschlag gemacht und der Belegschaft zur Diskussion vorgestellt. Hier haben wir unser Angebot noch nachjustiert, um auch den individuellen Anforderungen und Wünschen gerecht werden zu können. Unsere Empfehlung an Unternehmen, die gerade erst mit betrieblicher Gesundheitsförderung beginnen, lautet daher: Lieber unperfekt starten, als perfekt zu zögern. Es lohnt sich!



IHK Niedersachsen
Betriebliche Gesundheitsförderung

„Für unsere Niederlassung in Oldenburg haben wir uns für einen Gesundheitskalender mit monatlichen Maßnahmen entschieden.“

Name des Unternehmens:

IKEA Deutschland GmbH & Co. KG Niederlassung Oldenburg

Unser Unternehmensprofil:

IKEA wurde 1943 von Ingvar Kamprad in dem Waldstädtchen Älmhult in Schweden als kleines Versandkatalogunternehmen ins Leben gerufen. Was damals klein begann, entwickelte sich nach und nach zu einer weltweiten Möbelmarke, die Menschen in aller Welt mit erschwinglichem Design und Komfort versorgt.



Website:

www.ikea.com/de/de/stores/oldenburg/

Wir gehören folgender Branche an:

Einzelhandel

Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen:

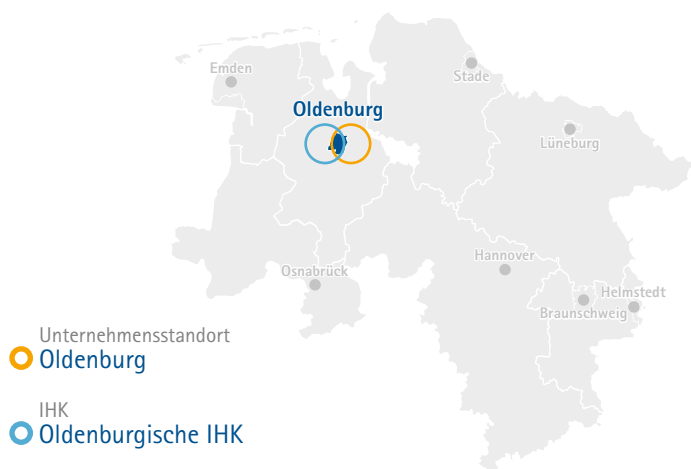
320

Ansprechperson:

Heger, Grit

Position im Unternehmen:

Personalleitung



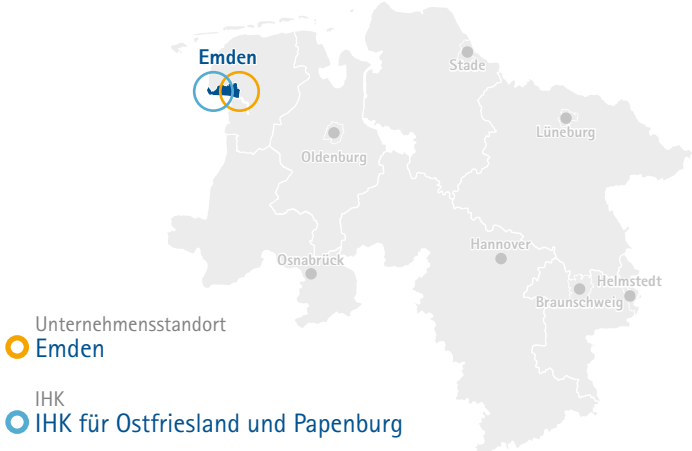
Ikea hat ein übergreifendes Gesundheitskonzept, das durch eine Gesamtbetriebsvereinbarung in Deutschland verankert ist. Es sind viele Einzelmaßnahmen, die in dieses Konzept einfließen. Für unsere Niederlassung in Oldenburg haben wir uns entschieden, zusätzlich zu den gesetzten Aktionen einen Gesundheitskalender mit monatlichen Maßnahmen einzuführen. Anstatt eines Gesundheitstages haben wir uns bewusst für einen Jahreskalender entschieden, um das Thema 'Gesundheit' das ganze Jahr über präsent zu halten. Außerdem erreichen wir durch die Vielfältigkeit der Maßnahmen den Bedarf von vielen Mitarbeitenden.

In Zusammenarbeit mit einer Krankenkasse haben wir Workshops und Aktionen wie Fahrradergonomie, Dehnen und Mobilisieren im Alltag, gesunder Schlaf und Ernährungsberatung entwickelt. Jeden Monat wird ein Thema mit einem externen Spezialisten schwerpunktmäßig beleuchtet und unsere Mitarbeitenden können auf freiwilliger Basis an den Angeboten teilnehmen.

Das Angebot wird von den Mitarbeitenden immer besser angenommen. Es ist jedoch ein Prozess, den wir dieses Jahr mit unserem BGM-Steuerkreis neu gestartet haben. Dies erfordert einen erheblichen Zeitaufwand in der Organisation und die Bereitschaft aller Führungskräfte, den Prozess zu unterstützen. Auch den Mitarbeitenden muss die Wichtigkeit der Eigenverantwortung für das Thema Gesundheit transparent gemacht werden. Ein solcher Prozess benötigt Kontinuität, Zeit und Geduld. Ein permanenter Austausch mit den Führungskräften, dem Betriebsrat und eine Transparenz gegenüber den Mitarbeitenden ist extrem wichtig. Außerdem ist es notwendig, eine Gruppe zu haben, die dieses Thema antreibt. Die Basis der Durchführung ist die Akzeptanz der Geschäftsleitung und der Führungskräfte, den Prozess zu unterstützen.



„Die betriebliche Krankenversicherung hat sich als beliebtester Benefit bei unseren Mitarbeitenden erwiesen.“

Name des Unternehmens: Kramer & Kollegen Versicherungsmakler GmbH & Co.KG Unser Unternehmensprofil: Wir sind ein unabhängiger Versicherungsmakler aus Emden. Unser Motto: nachhaltig und innovativ – mit uns anders gedacht!.	
 Unternehmensstandort Emden IHK IHK für Ostfriesland und Papenburg	Website: www.kramer-empden.de Wir gehören folgender Branche an: Kreditinstitute, Versicherungen Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 4 Ansprechperson: Kramer, Norbert Position im Unternehmen: Geschäftsführender Gesellschafter

Bei der Kramer & Kollegen Versicherungsmakler GmbH & Co. KG in Emden steht die Gesundheit unserer Mitarbeitenden im Fokus. Mit gezielten Maßnahmen in den Bereichen Ernährung, Bewegung und ärztliche Versorgung schaffen wir ein gesundes Arbeitsumfeld, das Wohlbefinden und Motivation stärkt.

Die betriebliche Krankenversicherung (bKV) hat sich als beliebtester Benefit erwiesen. Die bKV bietet unseren Mitarbeitenden und ihren Familien schnellen Zugang zu medizinischer Versorgung: kürzere Wartezeiten, schnelle Facharzttermine und rasche Diagnosen. Dieses Angebot trägt entscheidend zur Mitarbeiterbindung bei – ein wichtiger Baustein im Kampf gegen den Fachkräftemangel. Anfängliche Bedenken, dass der Arbeitgeber über die bKV vollen Zugriff auf alle Gesundheitsdaten habe, konnten wir schnell aus dem Weg räumen.

Darüber hinaus unterstützen unsere Maßnahmen die globalen Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen, insbesondere Ziel 3 (Gesundheit) und Ziel 8 (menschenwürdige Arbeitsplätze) und helfen, die wachsenden Anforderungen des Nachhaltigkeitsreportings zu erfüllen.

Unsere Empfehlung an Unternehmen, die gerade erst mit betrieblicher Gesundheitsförderung beginnen, lautet: Überprüfen Sie regelmäßig die Nutzung der Gesundheitsmaßnahmen. Je höher die Nutzung, desto fester die Bindung der Mitarbeitenden an das Unternehmen.



IHK Niedersachsen
Betriebliche Gesundheitsförderung

„Unsere neueste Maßnahme ist die Einführung eines Employee Assistance Program.“

Name des Unternehmens: MAGNESIA GmbH Unser Unternehmensprofil: MAGNESIA ist seit über 40 Jahren internationaler Distributor für mineralische Rohstoffe. Wir beliefern Hersteller von Nahrungsmitteln, Kosmetik und Pharmazeutika, sowie Nutzer chemisch-technischer Anwendungen mit Magnesium-, Calcium-, Zink sowie vielen weiteren mineralischen Verbindungen.	
	Website: www.magnesia.de
	Wir gehören folgender Branche an: Großhandel Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen: 73
	Ansprechperson: Knels, Nadine Position im Unternehmen: Head of Human Resources

Zu unseren Gesundheitsförderungsmaßnahmen zählen die „Aktive Pause“, Kochworkshops, Wirbelsäulen-Screenings und die jährliche Teilnahme am Lüneburger Firmenlauf. Viele Maßnahmen resultieren aus unserer Zusammenarbeit mit Krankenkassen. Unsere neueste Maßnahme ist die Einführung eines sog. Employee Assistance Program (EAP-System) zum Ende des letzten Jahres. Das EAP-System ist eine webbasierte Plattform. Sie unterstützt Mitarbeitende ganzheitlich bei Beruf und Privatleben, um eine bessere Vereinbarkeit zu ermöglichen. Das EAP-System steht auch den Familienmitgliedern kostenfrei zur Verfügung.

Es teilt sich in vier Kernbereiche auf: Familie und Sozialleben, Arbeitsleben und Teamkultur, Gesundheit und Prävention sowie Krisen und Schicksalsschläge. Die Angebote umfassen Vorträge, Workshops, Gesprächsrunden, Ratgeber sowie virtuelle und vor Ort-Events. Durch Gespräche mit Mitarbeitenden haben wir den Bedarf erkannt. Wichtig war uns, ein vertrauensvolles Angebot zu schaffen, das jederzeit online genutzt werden kann und ganzheitlich unterstützt. Das Angebot wird sehr gut angenommen: Wir haben eine Registrierungsquote von 97,1 Prozent bei 100-prozentiger Modulabdeckung (alle vier Themengebiete der Plattform werden genutzt). Die Einführung des EAP-Systems ist eine der erfolgreichsten Maßnahmen, die wir bisher implementiert haben. Ein Erfolgsfaktor ist hierbei sicherlich die Breite an beruflichen sowie privaten Themen, die über die Plattform adressiert werden. Wir empfehlen die Einführung eines solchen Systems, da es vielfältige Angebote für die individuellen Bedürfnisse der Mitarbeitenden bietet.

Durch eine gute Begleitung der Einführung durch den Anbieter gab es keine Herausforderungen. Im schnellleibigen Alltag ist es jedoch wichtig, den Mitarbeitenden die Möglichkeiten dieses EAP-Systems fortlaufend in Erinnerung zu rufen. Das geschieht über allgemeine, interne Meldungen oder aber individuell bei Bedarf im Zuge von Gesprächen mit der Personalabteilung. Unsere Empfehlung für Unternehmen: Entwickeln Sie ein ganzheitliches, bedarfsorientiertes Konzept zur betrieblichen Gesundheitsförderung, um den Erfolg und die Akzeptanz zu maximieren.



„Kleine Schritte können bereits eine große Wirkung erzielen.“

Name des Unternehmens:

OMAG Maschinenbau GmbH

Unser Unternehmensprofil:

Die OMAG Maschinenbau GmbH ist ein international ausgerichtetes, mittelständisches Sondermaschinenbauunternehmen, das sich auf die Entwicklung, Fertigung und den Vertrieb hochmoderner Maschinen und Anlagen für die Baustoffindustrie spezialisiert hat. Mit hoher Fertigungstiefe und Fachkompetenz ist sie ein globaler Technologieführer in der Betonsteinindustrie.



Website:

www.omag.de

Wir gehören folgender Branche an:

Produzierendes Gewerbe

Anzahl der Beschäftigten im Unternehmen:

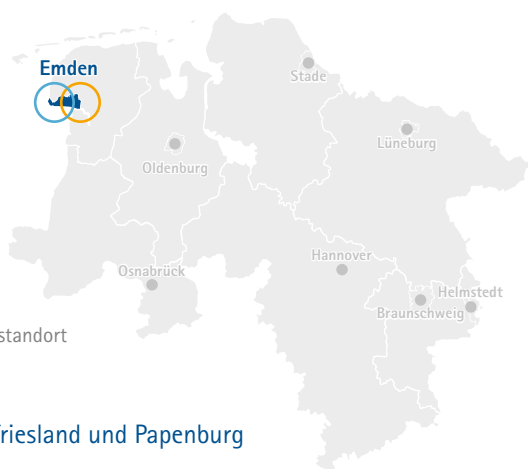
98

Ansprechperson:

Sacherow, Tanja

Position im Unternehmen:

Betriebsleitung



Unternehmensstandort
Emden

IHK
IHK für Ostfriesland und Papenburg

Bei der OMAG Maschinenbau GmbH in Emden liegt uns die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Mitarbeitenden am Herzen. Zu unseren Maßnahmen zur Gesundheitsförderung zählen Firmenfitness, die Versorgung mit Obst und Getränken sowie das E-Bike Leasing. Über das Firmenfitness-Programm können unsere Mitarbeitenden kostengünstig unterschiedliche Fitnessstudios, Schwimmbäder und sonstige Einrichtungen in Emden und der Region nutzen.

Mit Einführung der Maßnahmen wollten wir einerseits die Gesundheit unserer Mitarbeitenden verbessern. Ebenso wichtig war uns aber auch, mit diesen Benefits die Wertschätzung für unsere Mitarbeitenden auszudrücken und damit deren Motivation zu stärken. In Zeiten des Fachkräftemangels trägt dies nicht nur zu einer guten Stimmung, sondern auch zu einer besseren Mitarbeiterbindung bei.

Die Resonanz darauf ist sehr positiv – insbesondere von Mitarbeitenden, die schon lange bei uns tätig sind. Zwar haben jüngere Mitarbeitende oft von vornherein hohe Erwartungen an das BGM am Arbeitsplatz. Ältere Mitarbeitende, die eine ganz andere Arbeitswelt kennengelernt haben, schätzen die Maßnahmen hingegen sehr.

Besonders viel Zuspruch hat die Bereitstellung von kostenlosem Obst gefunden. Diese Maßnahme ist leicht umzusetzen, kostengünstig und jederzeit zugänglich, daher können wir sie anderen Unternehmen nur empfehlen.

Für Unternehmen, die gerade erst mit betrieblicher Gesundheitsförderung beginnen, lautet unsere Empfehlung: Starten Sie mit einfachen Maßnahmen. Kleine Schritte können bereits eine große Wirkung erzielen und das Wohlbefinden und die Motivation Ihrer Mitarbeitenden deutlich verbessern.

Ihre Ansprechpersonen in den niedersächsischen IHKs

IHK Braunschweig

Christian Scheffel
Telefon 0531 4715249
christian.scheffel@braunschweig.ihk.de

IHK Elbe-Weser

Stefan Grienitz
Telefon 04141 524209
stefan.grienitz@elbeweser.ihk.de

IHK Hannover

Dr. Alexander Witthohn
Telefon 0511 3107405
alexander.witthohn@hannover.ihk.de

IHK Lüneburg-Wolfsburg

Kirstin Borgwardt
Telefon 04131 742476
kirstin.borgwardt@ihklw.de

Oldenburgische IHK

Dorothee Schaeper
Telefon 0441 2220 316
dorothee.schaeper@oldenburg.ihk.de

IHK für Ostfriesland und Papenburg

Wiebke Eilts
Telefon 04921 890147
wiebke.eilts@emden.ihk.de

IHK Niedersachsen

Unser Blickpunkt auf die Gesundheit

Ihre Ansprechpartnerin:

Carola Havekost
Koordinatorin Gesundheitswirtschaft

IHK Niedersachsen (IHKN)

Bischofsholer Damm 91
30173 Hannover

Telefon 0441 222 030 0
Telefon 0511 920 901 10

E-Mail havekost@oldenburg.ihk.de
info@ihk-n.de

Web www.ihk-n.de

Redaktion Dorothee Schaeper
Katrin Wittich
Carola Havekost

Titelfoto: ©Urheber:Shutterstock / Andrey_Popov
Seite 1: ©Urheber:Shutterstock / Nan_Got
Seite 3: ©Urheber:Shutterstock / Okrasiuk
Seite 6: ©Urheber:Shutterstock / ASDF_MEDIA



IHK Niedersachsen

Betriebliche Gesundheitsförderung

Die IHK Niedersachsen ist die Landesarbeitsgemeinschaft der IHK Braunschweig, IHK Elbe-Weser, IHK Hannover, IHK Lüneburg-Wolfsburg, Oldenburgische IHK, IHK Osnabrück – Emsland – Grafschaft Bentheim sowie IHK für Ostfriesland und Papenburg. Sie vertritt rund 520.000 gewerbliche Unternehmen gegenüber Politik und Verwaltung.

Bitte beachten: Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Publikation auf die geschlechtsspezifische Differenzierung verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter.



IHK Niedersachsen (IHKN)

Bischofsholer Damm 91
30173 Hannover

Telefon 0511 920 901 10

E-Mail noske@ihk-n.de
info@ihk-n.de

Web www.ihk-n.de