



Bewegung im Betrieb

**Zweiter Platz beim ODDSET Zukunftspreis:
Der KSV Baunatal und die betriebliche Gesundheitsförderung**

Wo verbringen wir einen Großteil der Zeit in unserem Leben? Ganz sicher am Arbeitsplatz. Ist dieser gesundheitsförderlich gestaltet? Ganz sicher nicht in allen Fällen. „Die häufigste Ursache gesundheitlicher Probleme vieler Arbeitnehmer ist eine körperliche, biologische Unterforderung“, sagt Katrin Eschstruth, Vorstandsmitglied des KSV Baunatal. Sie ist in „Betrieblichem Gesundheitsmanagement“ IHK-zertifiziert und hat ihren Verein in den vergangenen Jahren zum Gesundheitspartner von zahlreichen Unternehmen gemacht.

Die betriebliche Gesundheitsförderung zählt seit fünf, sechs Jahren zum Angebot des nordhessischen Großvereins. Da werden beispielsweise für Unternehmen Präventionskurse, Rückenschule, Yoga und andere Entspannungsübungen angeboten, Bewegungspausen gestaltet oder Seminare zur Ernährungsberatung angeboten. Ein Riesemarkt.

Ein Weg aus dem Teufelskreis

„Inaktivität ist eine wesentliche Ursache für Ausfallzeiten“, weiß die Diplom-Ökonomin. Was nicht genutzt werde, das verkümmere. So entstehen Rückenschmerzen, Gelenkprobleme und Stoffwechselstörungen.

Doch während der Körper heute vor allem im Büro eher unterfordert ist, wird unser Geist oft über die Maßen beansprucht. Stichworte sind „Zeitdruck, Arbeitstempo und Arbeitsverdichtung“. Psychische Erkrankungen im Arbeitsalltag nehmen zu. Aus diesem Teufelskreis gibt es einen Weg, wie ihn der KSV Baunatal geebnet hat: Bewegung im Betrieb.

Win-Win-Situation

Unter Führung von Expertin Eschstruth hat der Verein einen Zugang in die Chefetagen der Firmen gefunden. Krankenkassen gaben einst den Anstoß, nachdem der KSV ohnehin zahlreiche Gesundheits- und Präventionskurse im Angebot hat. „Das Thema hat mich gepackt“, erzählt die 50-Jährige. Und es war „ein neuer Markt“ für den Verein, „ein großes gesellschaftliches Thema“ mit viel Kundenpotenzial. Das leuchtet ein. Schließlich sind gesunde Menschen die eine Seite, die andere ihre langfristige Leistungsfähigkeit als Mitarbeiter für das Unternehmen. Mit dem Schlagwort der „Win-Win-Situation“ geht auch der KSV Baunatal auf die Suche nach weiteren Unternehmenspartnern.

Zwei Dinge sind Katrin Eschstruth wichtig. Zum einen müsse man sich als Verein „von der Norm verabschie-

O B E N

Selbst der Gabelstapler kann zum Sportgerät werden.

Alle Fotos: KSV Baunatal



Mehr Informationen unter www.ksv-baunatal.de

den“. Der KSV benötigt für sein Angebot der betrieblichen Gesundheitsförderung Trainer und Übungsleiter, „die belastbar sind und Flexibilität an den Tag legen können“, formuliert Vorstandskollege Friedrich Heintzemann. Je nach Unternehmen und Angebot ist der Einsatzort entweder im Betrieb oder die Mitarbeiter kommen in die KSV-Sportwelt. Der zweite zentrale Punkt: Im Unternehmen müssen alle Parteien an einen Tisch geholt werden: die Geschäftsleitung, die jeweiligen Beauftragten, etwa für die Interessen Behinderter oder von Frauen, und natürlich der Betriebsrat. Eschstruth: „Es muss richtig kommuniziert werden. Auch, dass es nicht nur darum geht, die Krankenrate im Betrieb zu senken.“

Sichere Einnahmequelle

Die Begeisterung im 7.000-Mitglieder-Klub für das Projekt ist verständlich. Zwanzig Unternehmen aus der Region gehören heute im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung zum KSV-Kundenstamm. Mit allen sind individuelle Vereinbarungen getroffen worden. Vom Gabelstapler-Anbieter Lindig über den Discounter Lidl bis zum Energieversorger EAM. Eine sichere Einnahmequelle für den Verein. Und am Rekordzuwachs von 700 neuen Vereinsmitgliedern allein im ersten Halbjahr 2016 könnte die Sparte durchaus ihren Anteil haben.

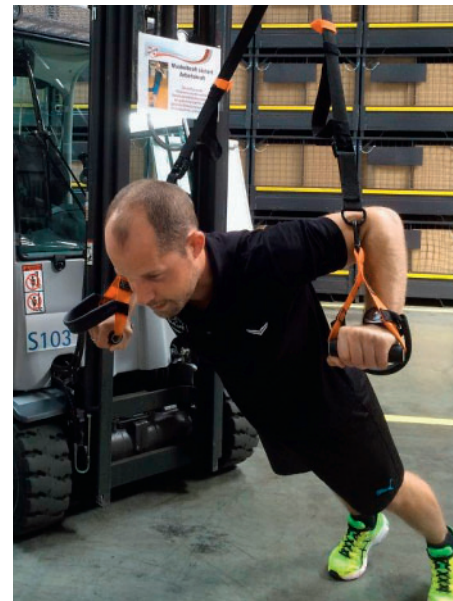
„Dafür gibt es Indizien“, sagt Friedrich Heintzemann. Qualität spreche sich eben herum – in beide Richtungen: Firmenmitarbeiter ziehen den Verein auch für die Freizeit in Erwägung, und so mancher Teilnehmer eines gewöhnlichen Kursangebots im vereinseigenen Fitnessstudio sitzt in einem Unternehmen an verantwortlicher Stelle.

Netzwerk für den Verein

Die vielen Kontakte und das Netzwerken zahlen sich noch in anderer Hinsicht aus: Ist man als Verein erstmal in Sachen Gesundheitsförderung im Betrieb drin, kann von diesem schon mal die Anfrage kommen, beim nächsten Sommerfest ein buntes Programm zu gestalten. Oder andersrum: Wenn die KSV-Verantwortlichen für ihren Auftritt beim Jubiläums-Festumzug der Stadt einen Tieflader benötigen, wissen sie genau, wen sie fragen müssen. Auch Sponsorenkontakte lassen sich einfacher knüpfen. „All das würden wir nie erreichen, wenn wir in unseren Räumlichkeiten bleiben würden“, sagt Katrin Eschstruth.

Andere Vereine sollen von den Erkenntnissen im „Best-Practice“-Sinne lernen können. Das Gesundheitsmodul bei den Gabelstaplerschulungen von Lindig hat Katrin Eschstruth beispielsweise schon nach Thüringen weitervermittelt – die Niederlassung in Erfurt ist dann doch zu weit weg. In Nordhessen aber hat sich der KSV Baunatal in punkto betrieblicher Gesundheitsförderung eine Alleinstellung erarbeitet. „Ich wüsste nicht, welche anderen Vereine in der Region das in diesem Maße anbieten.“

Oliver Kauer-Berk



O B E N
Die KSV-Vorstände Katrin Eschstruth (oben) und Friedrich Heintzemann (unten) stehen hinter dem Angebot betrieblicher Gesundheitsförderung. Denn Muskelkraft sichert Arbeitskraft.



Der Preis: Der Vereinssport in Hessen ist reich an guten Ideen. Diese wollen der Landessportbund und LOTTO Hessen mit der Vergabe des ODDSET Zukunftspreises des hessischen Sports bekannt machen: Seit 2005 werden beispielhafte Projekte, Modelle und Initiativen im Sportverein prämiert. Eine Jury um den ehemaligen Bundesforschungsminister Prof. Dr. Heinz Riesenhuber legt die Preisträger und die Höhe des jeweiligen Preisgeldes fest, das von LOTTO Hessen zur Verfügung gestellt wird. In einer Serie stellen wir die Projekte der Preisträger vor.



Der Verein: In den Abteilungen des KSV Baunatal werden rund 40 Sportarten angeboten, darunter traditionelle wie Turnen, Schwimmen, Fußball, Handball oder Leichtathletik, aber genauso zahlreiche auf Gesundheit zugeschnittene Alternativen. Zudem sind mehr als 30 weitere Sportangebote in Kursen organisiert. Mit rund 7.000 Mitgliedern ist der KSV Baunatal dem Freiburger Kreis angeschlossen, der Vereinigung der großen Sportvereine in Deutschland. Mehr als 100 ausgebildete und teilweise festangestellte Übungsleiter und Sportlehrer leiten mit weiteren Helfern die Einheiten. Vereinszentrum ist die KSV-Sportwelt im Stadtteil Altenbauna mit drei Gymnastikräumen und großem Fitnessbereich. Für sein Projekt „Betriebliche Gesundheitsförderung“ belegte der Verein im Jahr 2016 den mit 10.000 Euro dotierten zweiten Platz beim ODDSET Zukunftspreis des hessischen Sports.