



Steifer Nacken, schmerzende Schultern – wer am PC arbeitet, kennt das. Einige Firmen und Verwaltungen in der Region wollen ihren Mitarbeitern jetzt zu mehr Gesundheit verhelfen. Foto: dpa

Damit die Kollegen fit bleiben

Arbeitnehmer sind immer öfter krank. Krankenkassen und Firmen beugen vor. Eine aus dem Südkreis ist Vorreiter.

VON ROMY KÜHR

Wolfgang Zürn ist ein Vorbild für seine Mitarbeiter – zumindest, was die Gesundheit betrifft. Der Chef der Volksbank Löbau-Zittau hält sich in seiner Freizeit mit Sport fit. Das wirkt sich bekanntlich auch auf die Seele aus: Der Bankvorstand ist meistens gut gelaunt und macht einen ausgeglichenen Eindruck. So wünscht er sich auch seine Angestellten. Um sie zu motivieren, mehr auf ihre Gesundheit zu achten, hat die Bank jetzt zusammen mit drei Krankenkassen einen Gesundheitstag für Mitarbeiter und deren Familien am Skihelm in Waldorf organisiert. Hier konnten sie Sportarten ausprobieren und Gesundheitstests durchführen lassen.

Doch hinter dem lustigen Tag auf dem Kottmar steckt ein ernstes Problem. Das Rentenalter wird immer weiter hinausgeschoben, Mitarbeiter müssen länger arbeiten als früher. Das bedeutet, sie müssen auch länger fit bleiben. Zudem seien Arbeitsrhythmus und Entwicklungen heute ganz anders und viel schneller als noch vor Jahren, so Zürn. Das belastet zusätzlich. Ein Trend, den die Krankenkassen erkennen: Immer mehr Arbeitnehmer sind immer

länger krank. Und auch die Krankheitsbilder verändern sich. Hat sich früher mal jemand eine Grippe eingefangen oder den Arm gebrochen, sind es jetzt zunehmend psychische Beschwerden, die den Menschen zu schaffen machen, stellt Claudia Szymula, Pressesprecherin bei der Barmer GEK, fest. Und die zu kurieren, dauere wesentlich länger.

Der Anteil der Langzeiterkrankungen ist in den vergangenen fünf Jahren um fast zehn Prozent gestiegen. Als Langzeiterkrankung gilt es, wenn ein Mitarbeiter länger als 42 Tage nicht zur Arbeit erscheinen kann. Diese Entwicklung bestätigt der Volksbankchef aus den Erfahrungen im eigenen Unternehmen. „Überforderung und psychische Probleme nehmen zu.“ Der Sporttag ist deshalb nur ein Teil eines Gesundheitsprogramms, das die Bank ausgearbeitet hat. Sogar einen Psychologen hat sie engagiert, der bei Bedarf den Mitarbeitern zur Verfügung steht. Los ging es aber zunächst mit einer Mitarbeiterbefragung, berichtet Vorstand Zürn. „85 Prozent der Kollegen haben anonym mitgemacht. Das zeigt, dass auch ihnen das Thema unter den Nägeln brennt.“ Die Bestandaufnahme zeigte: Schulterschmerzen und Rückenprobleme waren die häufigsten Beschwerden, die Mitarbeiter angaben. Das deckt sich mit den Ergebnissen der Krankenkassenstudien: Rücken- und andere Knochenleiden sind immer noch die häufigsten Krankheiten. Gerade sitzende Tätigkeiten gehen auf Rücken und Nacken. Die Kassen empfehlen daher nicht nur Bewegung, sondern haben auch Tipps, was die Büroausstattung betrifft. Neue Stühle oder größere Bildschirme könnten schon helfen, so Andrea Ludolph von der IKK.

Mit besserer Ausstattung am Arbeitsplatz versucht zum Beispiel die Stadtverwaltung in Ebersbach-Neugersdorf zur Gesundheit ihrer Mitarbeiter beizutragen. Auch sie beschäftigt sich seit zwei Jahren mit dem Thema, wie Bürgermeisterin Verena Hergenröder (parteilos) berichtet. Ein Versuch, vor allem esoterische Kurse anzubieten, sei allerdings bei den Mitarbeitern auf wenig Resonanz gestoßen. Umso beliebter ist ein jährlicher Präventionstag, den die Verwaltung veranstaltet. „Da ist die Motivation gleich wieder ganz oben“, erzählt Frau Hergenröder. Den Nutzen solcher Aktionen haben manche Chefs allerdings noch nicht erkannt. Einige Amtskollegen seien ziemlich erstaunt, wenn sie da-

von erzähle, so Frau Hergenröder. Tatsächlich nehmen nur wenige Betriebe die Gesundheitsvorsorge ihrer Mitarbeiter so ausführlich wahr, weiß auch Claudia Szymula von der Barmer. Größere noch eher als kleine und mittelständische. Bankvorstand Wolfgang Zürn findet das allerdings auch im Hinblick auf die Zukunft des Unternehmens enorm wichtig. Schon jetzt mangelt es an Fachkräften – ein Problem mit dem die Bank nicht allein dasteht. Zürn sieht die Gesundheitsangebote nicht nur als Vorsorge, damit Kollegen fit bleiben. Gesunde und entspannte Mitarbeiter sorgen auch für ein gutes Arbeitsklima. Und das sei wichtig, um neue Arbeitskräfte zu gewinnen. Die Bankmitarbeiter haben unterdessen einige Probekurse absolviert. „Das wurde gut angenommen“, resümiert Frau Szymula von der Barmer. Die Kasse hatte Schnupperkurse für autogenes Training, Muskelentspannung und Yoga angeboten. In den Haupthäusern in Zittau und Neugersdorf werden dazu Besprechungsräume umfunktioniert. Künftig gibt es regelmäßig Yoga. Die Kosten übernimmt die Firma. Wolfgang Zürn rechnet damit, dass sich das auszahlt.

– Auf ein Wort

AUF EIN WORT

Gesunde Mitarbeiter als Erfolgsfaktor



ROMY KÜHR über Sport am Arbeitsplatz

Geld allein macht nicht glücklich. Dieser Spruch hat – zugegeben – einen ziemlich langen Bart. Aber es ist doch was Wahres dran. Ein guter Verdienst ist natürlich eine wichtige Motivationsquelle, aber eben nicht die einzige. Das haben manche Arbeitgeber erkannt, andere noch nicht. Dabei reichen schon recht einfache Mittel, wie die Ideen von Volksbank und Stadtverwaltung zeigen. Neue Bürostühle oder ergonomische Fußstützen am Schreibtisch sind dabei eine Sache. Gemeinsame Unternehmungen mit den Kollegen eine andere. Eine, die vielleicht sogar noch mehr bringt. Denn gemeinsam macht's eben doch mehr Spaß. Schön und hoch anzurechnen ist es auf jeden Fall, dass sich Arbeitgeber zumindest Gedanken machen, wie sie ihre Kollegen motivieren und fit halten können. Allerdings – mitmachen muss schon jeder selbst. Und das kommt schließlich nicht nur dem Arbeitgeber zugute, sondern ist an erster Stelle auch im Sinne des eigenen Wohlbefindens.

mail: kuehr.romy@dd-v.de

23 Tonnen Dachpappe ungesichert auf Lkw

Landkreis. Mit 23 Tonnen Dachpappe stierte am Mittwochvormittag ein 39-jähriger Kraftfahrer am Ausbauseite am Königsholz seinen Sattelzug auf die B 178n. Darüber informiert die Polizeidirektion Görlitz. Der Mann wollte in Richtung Löbau fahren, doch eine Streife des Verkehrsüberwachungsdienstes der Polizeidirektion lotste den Laster aus dem Verkehr. Bei einem Blick auf die Ladefläche verfinsterten sich laut Polizeimitteilung die Mienen der Beamten: Die Ladung war komplett ungesichert. Spangurte oder Anti-Rutschmatten waren ein Fremdwort für den Ertpappten. Die Streife untersagte dem Mann die Weiterfahrt, bis die Ladung gesichert ist. Zudem kommen auf ihn und den Verladere Ordnungswidrigkeitenanzeigen zu. (SZ)

In Gartenanlage und Garage einbrechen