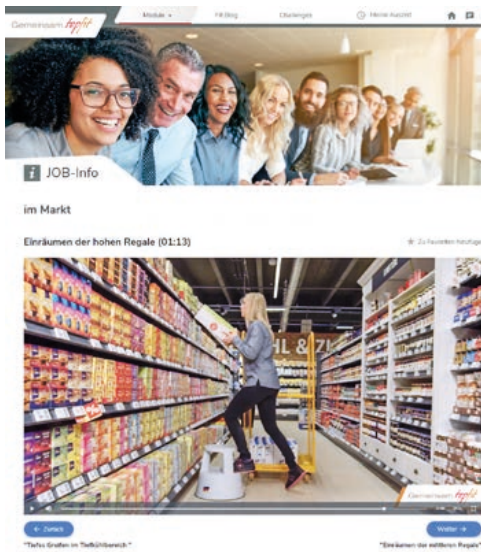




DIE GOLDENE HAND

Präventionspreis der BGHW

Onlineportal „Gemeinsam topfit“



Videos zeigen sicheres und gesundes Arbeiten an unterschiedlichen Arbeitsplätzen – wie hier beim Regale einräumen



Bewegung in der Aktivierungspause: „Topfit-Macher“ motivieren ihre Kolleginnen und Kollegen

Beim Handels- und Touristikkonzern Rewe Group mit Sitz in Köln arbeiten rund 250.000 Beschäftigte. Das Unternehmen hat für sie mit seinem Onlineportal „Gemeinsam topfit“ eine flächendeckende und zeitgemäße Form der betrieblichen Gesundheitsförderung ins Leben gerufen.

In der Vergangenheit war es eine große Herausforderung, nachhaltige Gesundheitsförderungskonzepte umzusetzen. Das lag zum einen an der dezentralen Struktur der Rewe Group, zum anderen an der Vielfalt der Tätigkeitsfelder über die verschiedenen strategischen Geschäftseinheiten hinweg. Mit dem Onlineportal „Gemeinsam topfit“ gibt es nun ein Angebot, das orts- und zeitunabhängig ist, die individuellen Mitarbeiterbedarfe stärker als bisher berücksichtigt und neue Zielgruppen erreicht. Das Projekt wird von der DAK Gesundheit gefördert.

Aktiver, fitter, gesünder

„Gemeinsam topfit“ informiert über die Themen Bewegung, Entspannung und Ernährung und animiert zum Mitmachen. Eine Vielzahl von Modulen bietet Zugang zu angeleiteten Kursen, Übungseinheiten und Informationen, die körperliche Aktivität und Gesundheit fördern. Gezeigt werden zum Beispiel Filme über das ergonomische Arbeiten an unterschiedlichen Arbeitsplätzen wie an der Kasse,

beim Heben von Kisten oder beim Einräumen von hohen Regalen. Diese Inhalte sind nach dem Bedarf der Geschäftseinheiten erstellt und vor Ort gefilmt worden. Zudem gibt es weitere Informationen und Angebote rund um den Job, zum Beispiel zum Thema Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Die Inhalte von „Gemeinsam topfit“ sind via App auch über mobile Endgeräte wie Smartphones abrufbar.

Das Portal wird regelmäßig auf Grundlage neuester sportwissenschaftlicher und medizinischer Erkenntnisse aktualisiert. Teil des Projektes ist auch die Ausbildung von Multiplikatoren, den sogenannten „Topfit-Machern“. Sie sind Ansprechpartner und Motivatoren für ihre Kolleginnen und Kollegen. Erste Auswertungen zur Nutzung des Portals belegen: Das neue Angebot kommt bei den Beschäftigten gut an – die Resonanz ist hoch und noch viel besser als erwartet.

Mehr dazu

Der Film zum Beitrag „Gemeinsam topfit – Das Onlineportal für orts- und zeitunabhängige Gesundheitsförderung“: diegoldenehand.de