

# Viele haben zu hohen Blutdruck

Firmen nehmen an Präventionskursen teil

**MARSBERG.** (ad)

Neun kleine und mittlere Unternehmen aus Marsberg beteiligen sich. Über 100 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen haben am Eingangsscheck mitgemacht. Mehr als 50 von ihnen nehmen an aktuellen Präventionskursen teil. Viele von ihnen haben einen hohen Blutdruck. Mal sehen, wie die Werte nach dem Projekt ausschauen.

Seit September läuft unter Federführung der medicons GmbH in Marsberg ein Pilotprojekt zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Gefördert wird es vom Land Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union.

Inzwischen wurden erste Testergebnisse ausgewertet und den beteiligten Unternehmen vorgestellt. Kooperationspartner stellen das Projekt sowie Ergebnisse jetzt in einer Pressekonferenz vor.

Mit im Boot und voll überzeugt von dem Projekt ist das Berufsförderungswerk Dortmund, die Proforma GmbH aus Marsberg, die AZG Bad Wünnenberg und das Unternehmensnetzwerk Wirtschaft in Westfalen (WIW). Die medicons GmbH organisiert Mitarbeiterveranstaltungen, Eingangsschecks und Präventionskurse.

Luiza Stuhldreier (medicons GmbH): „Kleine Unternehmen haben in der Regel nicht die personellen Ressourcen zur Verfügung, um selbst eine Organisation aufzubauen, die sich mit der Gesunderhaltung ihrer Mitarbeiter beschäftigt. In diesem Projekt übernimmt das ein Unternehmensnetzwerk.“

## Wertvolle Initiative

Den Unternehmern sei es voll bewusst, dass durch betriebliche Unterstützung die Gesundheit und Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten gefördert wird, verdeutlicht Peter Kaufman (WIW).



Ein Netzwerk, organisiert von der medicons GmbH aus Marsberg, setzt sich für ein Gesundheitsmanagement für kleine und mittlere Unternehmen ein. Foto: Dülme

Das Pilotprojekt nannte Bürgermeister Klenner eine sehr wertvolle Initiative der medicons GmbH, auch vor dem Hintergrund des demografischen Wandels mit einer älter werdenden Gesellschaft und somit auch älter werdenden Mitarbeitern, aber auch vor dem Hintergrund einer zunehmenden Arbeitsverdichtung des einzelnen Mitarbeiters.

Auch die Stadtverwaltung nimmt an dem Projekt teil, das von den Mitarbeitern, so der Bürgermeister, „äußerst positiv aufgenommen wird.“

In der Praxis läuft das Projekt so ab: In einer Mitarbeiterinformationsveranstaltung

werden zunächst Projekt und Ziele vorgestellt. Wer mitmachen möchte, füllt einen Fragebogen zur Arbeitsfähigkeit und zum Gesundheitszustand aus.

## Eingangsscheck

Nach dem Eingangsscheck mit standardisierten Messungen werden gesundheitsfördernde Maßnahmen besprochen und ein Präventionsprogramm angeboten, wie zur Förderung der Beweglichkeit oder Stressabbau. Bis zu drei Maßnahmen mit je zehn Einheiten sind pro Jahr vorgesehen. Die persönlichen Checks werden nach neun und 18 Mo-

naten wiederholt, um die Veränderung des Wohlbefindens zu vergleichen.

Ein Gesundheitsberater steht während der gesamten Laufzeit den Unternehmen und Teilnehmern zur Verfügung. Diplom-Sportwissenschaftler und Sportökonomie bewerten die Ergebnisse und bereiten sie statistisch auf. Datenschutz wird dabei natürlich groß geschrieben.

Die Teilnehmer des Projekts bestehen etwa zur Hälfte aus Männern und Frauen mit einem Durchschnittsalter von 43 Jahren.

Während das Gewicht bei den Damen eher im Normbereich liegt, haben die Herren

eher mit Übergewicht zu kämpfen, wobei Männer wie Frauen erhöhte Blutdruckwerte vorweisen.

Die Nachhaltigkeit wird nach zweijähriger Laufzeit evaluiert, um den Erfolg bei Einsatz betrieblicher Mittel für die Gesundheitsförderung nachzuweisen.

## Gesundheitsförderung

Alle Projektpartner sind sich sicher, dass hier ein empfehlenswertes Modell aufgebaut wird, das auch in andere Regionen übertragen werden kann. So unterstützt auch der ehemalige Zehnkämpfer Kurt Bentlin das Projekt.