

# MEDICAL FITNESS

## Betriebliches Gesundheitsmanagement



**Wir leben Gesundheit.**



**MEDICAL FITNESS  
& GESUNDHEIT**



## Die drei Säulen des BGM

### 1. Firmenpartnerschaft

- Umfassendes Angebot
- Inhalte und Organisation frei vereinbar
- Vereinbarung steuerlich optimiert
- **Kosten trägt der Arbeitgeber**

### 2. Zertifizierte Kurse § 20

- Organisation und Inhalte durch Zertifizierung festgelegt
- Verschiedene Kursangebote (z.B. Prevention First)
- **Kosten-Teilung: AN, AG, Zuschuss der Krankenkasse**

### 3. BETSI AMBULANT

- Organisation und Inhalte durch DRV (Konzept) vorgegeben
- **DRV entscheidet über Teilnahme, übernimmt dann aber komplette Kosten**

## Unternehmen Sie Gesundheit

Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) ist eine moderne Unternehmensstrategie mit dem Ziel, **gesunde Verhaltensweisen zu fördern, Gesundheit zu stärken und das Wohlbefinden der Mitarbeiter zu verbessern**. BGM lohnt sich im gleichen Maße für die Beschäftigten und das Unternehmen.

Positive Auswirkungen von Maßnahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements auf krankheitsbedingte Fehlzeiten und Krankheitskosten können mittlerweile mit einer Vielzahl an Studien ausreichend belegt werden. So führt jeder investierte Euro zu einer Rendite von 2,30 bis 5,90 Euro (IGA-Report 13, 2008).

### Die Vorteile:

- **Weniger Fehlzeiten – erhöhte Produktivität**
- **Personal- und Betriebskosten senken**
- **Stärkere Mitarbeiterbindung, attraktiver Arbeitgeber**
- **Erhöhte Arbeitszufriedenheit, Motivation und Loyalität**
- **Verbesserte betriebliche Kommunikation und Kooperation**
- **Verbessertes Image bei Kunden**
- **Wichtiges Instrument zur Fachkräftegewinnung**

## Die Umsetzung

Jedes Unternehmen hat seine eigenen Strukturen, unterschiedliche Ziele und verschiedene Vorstellungen. Damit das richtige Konzept für Ihr Unternehmen gefunden wird, werden die Maßnahmen in mehreren Schritten gemeinsam geplant und umgesetzt.





## Firmenpartnerschaft - ein ganzheitliches und nachhaltiges Konzept

Die Firmenpartnerschaft basiert auf zwei Bausteinen:  
Gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme *bei ORTEMA* sowie  
Betriebliches Gesundheitsmanagement *in Ihrer Firma*.

Die verschiedenen Aktionen und Events in Ihrer Firma – auch Outdoor-Events – sollen genau diejenigen Mitarbeiter ansprechen, die bisher noch nicht den Weg zu einem aktiven und gesundheitsorientierten Verhalten gefunden haben.

### Bausteine der Firmenpartnerschaft

#### Gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme *bei ORTEMA*

- Sportmedizinischer Gesundheitscheck
- Kraft- und Ausdauertraining an modernsten Geräten
- Umfangreiches Kursprogramm zertifiziert nach § 20 SGB V
- Aktiv & Gesund Seminare
- Hoch kompetente Betreuung
- Regelmäßige Überarbeitung der Übungsprogramme

#### Betriebliches Gesundheitsmanagement *in Ihrem Unternehmen*

- Regelmäßige Aktionsstände zu den Themen:
  - Psychische Gesundheit
  - Physische Gesundheit
  - Gesunde Ernährung
  - Haltungs- und Arbeitsplatzanalyse
- Outdoor-Events (z. B. Klettergarten)
- Fachvorträge durch Sportwissenschaftler, Ernährungsberater und Psychologen



Mit beiden Bausteinen, dem Bewegungsprogramm *bei ORTEMA* und dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement *im Unternehmen*, integrieren wir alle Mitarbeiter. Dies unterstreicht die Nachhaltigkeit des Konzepts. Um den Erfolg zu sichern und die Abläufe und Maßnahmen stets zu verbessern, findet eine kontinuierliche Analyse und Dokumentation beider Bestandteile statt.

Weitere Infos gewünscht? Dann vereinbaren Sie einen Termin mit unserem Koordinator für BGM:

**Werner Kolb, [bgf@ortema.de](mailto:bgf@ortema.de), Tel. 07145 - 91 53 770**

Firmenreferenzen unter [www.ortema-medicalfitness.de](http://www.ortema-medicalfitness.de)  
Stichwort „Für Firmen“

### Qualitätsmanagement und Evaluation



Initial-phase	Ambulante Trainingsphase	Eigentrainingsphase	Auffrischungsphase
3 Tage ambulant bei ORTEMA, Mi-Fr 5-6 Std.	3 Monate 24 Einheiten à 1,5 Std. 2 x wöchentlich	3 Monate Der Teilnehmer setzt sein Training eigenständig fort	1 Tag 5-6 Std.

## BETSI AMBULANT

### - Präventionsangebot der

## deutschen Rentenversicherung

#### Was ist BETSI?

BETSI (**B**eschäftigungsfähigkeit **T**eilhabeorientiert **s**ichern) ist ein ambulantes, berufsbegleitendes Präventionsangebot der Deutschen Rentenversicherung, das frühzeitig zur Entwicklung von gesunden Lebens- und Arbeitsstrategien beitragen soll. Das Programm ist Bestandteil des Betrieblichen Gesundheitsmanagements.

#### Wer kann an BETSI teilnehmen?

Zielgruppe sind Berufstätige, die bei der Deutschen Rentenversicherung versichert sind und bei denen aus gesundheitlichen Gründen ein Bedarf für eine entsprechende, frühzeitig einsetzende Leistung zur Sicherung der Beschäftigungsfähigkeit besteht.

#### Finanzierung von BETSI

Die Kosten für das Präventionsprogramm werden von der Deutschen Rentenversicherung übernommen. Zusätzlich werden den Teilnehmern die Fahrtkosten in Form einer Fahrtkostenpauschale erstattet.

Der Arbeitgeber stellt seinen Mitarbeiter für insgesamt vier Tage zur Teilnahme am BETSI-Programm frei (Initial- und Auffrischungsphase). Die Trainingsphase findet außerhalb der Arbeitszeit statt.

#### Dauer und Ablauf von BETSI

BETSI ist in vier Phasen aufgeteilt und wird in Gruppen von maximal 15 Personen durchgeführt.

#### Initialphase

Programmeinführung, ärztliche Eingangsuntersuchung, trainingsmedizinischer Test, aktive Bewegungsprogramme, Seminare zu Stressbewältigung, Ernährung und Bewegung.

#### Ambulante Trainingsphase

Jede Trainingseinheit ist zweigeteilt in ein allgemeines Fitnessprogramm mit dem Ziel, Ihre individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern sowie in ein Gruppentraining, in dem Elemente aus der Rückenschule, der Koordination, Beweglichkeit und Gelenkstabilität auf dem Programm stehen.

#### Eigentrainingsphase

Anwendung der erworbenen Trainingskenntnisse in Eigenregie, Einübung Ihres zukünftigen gesundheitsorientierten Alltags:

#### Auffrischungsphase

Abschlussveranstaltung mit Erfahrungsaustausch, ärztlichem Abschlussgespräch und einer Auffrischung des Erlernten. Sie erhalten weiterführende Impulse zur Festigung eines gesunden Lebensstils.

**Wir stellen Ihnen dieses Präventionsprogramm gerne ausführlich bei einem Termin in Ihrem Unternehmen vor.**



## Prevention First

Prevention First ist ein Programm zur betrieblichen Gesundheitsförderung, das von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst wird.



### Organisation:

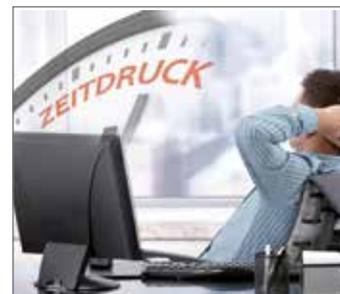
- Programm über 3 Monate (13 Wochen)
- Gruppentraining à 12 bis 15 Personen
- 26 Trainingseinheiten, einmal wöchentlich Training im Milon Zirkel sowie einmal wöchentlich Teilnahme am Kurs „Rücken mit Herz“ (zertifiziert nach § 20 Abs.1 SGB V)
- Trainingsdauer beträgt 60 Minuten
- Trainingssteuerung erfolgt über durchgeführte Testverfahren

### Beispiel für ein Kostensplitting für 3 Monate Prevention First:

- Eigenanteil des Mitarbeiters: 20 %
- Anteil der Krankenkasse: 40 %
- Anteil des Arbeitgebers: 40 %

## Weitere Module des BGM

Neben dem Programm „Prevention First“ bieten wir Ihren Mitarbeitern eine Reihe weiterer Kurse an. Diese können sowohl in der Firma als auch bei ORTEMA Medical Fitness stattfinden. Je nach Betriebsgröße sowie den Voraussetzungen und Zielen des Unternehmens erarbeiten wir mit Ihnen ein individuelles Konzept.



### Weitere Module:

- Physische Gesundheit – z.B. verschiedene Gesundheitskurse
- Psychische Gesundheit – z.B. interessante Vorträge zu Themen wie Entspannung oder Burnout
- Seminare und Workshops zu gesunder Ernährung
- Haltungs- und Arbeitsplatzanalyse



## Organisation eines Gesundheitstages

Um das Thema Gesundheit im Betrieb in den Fokus zu rücken, bietet sich die Ausrichtung eines Gesundheitstages an. Wir unterstützen Sie bei der Organisation bzw. übernehmen die komplette Gestaltung und Umsetzung eines solchen Tages in Ihrem Unternehmen.

Der Tag kann auch unter ein ganz bestimmtes Motto gestellt werden, beispielsweise:

- „Gesund und aktiv bis ins Alter“
- „Psychische Gesundheit“

### Mögliche Angebote:

- Vorträge (Arzt, Psychologe, Sportwissenschaftler, Ernährungsberater)
- Einfacher, aber informativer Gesundheits-Check
- „Das Alter erleben“ - die Veränderungen des Alters in einem Altersparcours erfahren und erspüren
- Bewegungsstationen, z. B. Koordinations- und Balancetraining
- Blutdruckmessung, Blutzuckermessung

## Die vielen Vorteile der PLUSCARD

Die PLUSCARD von „Wir für Gesundheit“ enthält eine in den Partnerkliniken gültige betriebliche Krankenzusatzversicherung des Partners Debeka Krankenversicherungsverein a.G. mit vielen Vorteilen. Diese betriebliche Krankenzusatzversicherung können Unternehmen bereits ab 20 Mitarbeitern abschließen, der günstigste Tarif kostet pro Mitarbeiter fünf Euro im Monat. Eine Gesundheitsprüfung entfällt.

Weitere Informationen unter [www.wir-fuer-gesundheit.de](http://www.wir-fuer-gesundheit.de)

### Vorteile der PLUSCARD

#### Für Mitarbeiter

- Privatpatientenkomfort im Ein- und Zweibettzimmer
- Ggf. Chefarzt-/Wahlarztbehandlung
- Facharzt-Terminservice
- Langfristig hohe Behandlungsqualität
- Besonderer Beratungsservice über Hotline

#### Für Unternehmen

- Positionierung als attraktiver Arbeitgeber
- Motivation für Mitarbeiter
- Sinnvolles Rekrutierungstool
- Ein ganzes Kliniknetzwerk als Partner
- Zusätzlich buchbare Versorgungspakete

# MEDICAL FITNESS



- 1** ORTEMA - Orthopädie-Technik & Sanitätshaus, Sport Protection
- 2** OKM - Orthopädische Klinik Markgröningen  
Spezialklinik für Sportorthopädie, Endoprothetik, Neuro-Orthopädie,  
Handchirurgie, Konservative Orthopädie und Schmerztherapie
- 3** ORTEMA - Medical Fitness & Gesundheit, Rehabilitation & Therapie

Stand: 5/17



## Parkplätze im Parkhaus



### ORTHOPÄDIE TECHNIK

- Orthopädie-  
Schuh-Technik
- Einlagen-Technik
- Bandagen-Technik
- Rumpforthesen-Technik
- Prothesen-Technik
- Orthesen-Technik
- Knieorthesen-Technik
- Sport-Orthopädie



### REHABILITATION & THERAPIE

- Ambulante  
Rehabilitation
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Medizinische  
Trainingstherapie
- Rehasport
- Nachsorge
- Bewegungsbad



### MEDICAL FITNESS & GESUNDHEIT

- Medical Fitness
- Gesundheitskurse
- Aqua Fitness
- Betriebliches  
Gesundheits-  
management
- Leistungsdiagnostik &  
Trainingsplanung
- Wellnessmassagen



### SPORT PROTECTION

- Entwicklung
- Protektion &  
Prävention
- Motobike
- Eishockey
- Ski
- Ballsport
- Bike
- Behindertensport



®

**ORTEMA GmbH · Medical Fitness & Gesundheit**

Kurt-Lindemann-Weg 10 · 71706 Markgröningen

Tel. +49 7145 - 91 53 770 · Fax 07145 91 53960 · [medicalfitness@ortema.de](mailto:medicalfitness@ortema.de)

[www.ortema-medicalfitness.de](http://www.ortema-medicalfitness.de)