

Inhaltsverzeichnis

1	Grundlagen und Entwicklungen	1
	<i>Julia Dördelmann, Melvin Mohokum</i>	
1.1	Grundbegriffe und Definitionen	3
1.1.1	Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)	3
1.1.2	Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)	3
1.1.3	Prävention	4
1.1.4	Betriebliche Prävention	4
1.1.5	Gesundheitliche Ressourcen	5
1.1.6	Verhaltensprävention (Interne Ressourcen)	5
1.1.7	Verhältnisprävention (Externe Ressourcen)	5
1.1.8	Resilienz	6
1.1.9	Präsentismus	7
1.1.10	Absentismus	7
1.2	Wichtige Meilensteine in der Entwicklung der betrieblichen Gesundheitsförderung	7
1.2.1	1986 Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung	8
1.2.2	1989 EU-Rahmenrichtlinie über die Durchführung von Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes der Arbeitnehmer bei der Arbeit (89/391/EWG)	8
1.2.3	1989 Gemeinschaftscharta der sozialen Grundrechte der Arbeitnehmer	9
1.2.4	1989 Gesundheitsreformgesetz (GRG)	9
1.2.5	1996 Gründung des Europäischen Netzwerks für Betriebliche Gesundheitsförderung (European Network For Workplace Health Promotion, kurz ENWHP)	9
1.2.6	1997 Luxemburger Deklaration zur Betrieblichen Gesundheitsförderung	9
1.2.7	1998 Cardiff-Memorandum	10
1.2.8	2005 Bangkok-Charta zur Gesundheitsförderung in einer globalen Welt	10
1.2.9	2007 GKV-Wettbewerbsverstärkungsgesetz	11
1.2.10	2009 Jahressteuergesetz	11
1.2.11	2015 Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (Präventionsgesetz, PräVG)	11
1.3	Zukünftige Entwicklungen	11
1.4	Vorteile der BGF	12
1.4.1	Vorteile für Physiotherapeuten	12
1.4.2	Vorteile für Arbeitgeber	13
1.4.3	Vorteile für Arbeitnehmer	13
1.4.4	Vorteile für Krankenkassen	13
1.4.5	Vorteile für die Gesellschaft	13
1.5	Die Rolle der Physiotherapie in der BGF	14
1.5.1	Physiotherapeuten als prädestinierte Berufsgruppe in der BGF	14
1.5.2	Notwendige Kompetenzen für die BGF	16
1.6	Analyse der Tätigkeitsbereiche/Befundaufnahme/Feststellung des Ist-Zustandes	18
1.7	Beweggründe für und gegen die Implementierung von BGM	20
1.7.1	Beweggründe für die Einführung eines BGM aus Unternehmenssicht	20
1.7.2	Beweggründe gegen die Einführung eines BGM aus Unternehmenssicht	21
1.8	Bisherige Barrieren und wie diese abgebaut werden können	21

5	Angebotsunterbreitung und Vertragserstellung	111
	<i>Julia Dördelmann</i>	
5.1	Aufbau eines Angebots	112
5.1.1	Ausgangslage	112
5.1.2	Leistungen	113
5.1.3	Teilnahme- und Kursbedingungen	113
5.1.4	Exemplarisches Angebot mit pauschaler Preisangabe	113
5.2	Kosten im Angebot	115
5.2.1	Beispiel eines Angebots mit aufgeschlüsselten Kosten	115
5.3	Vertrag	115
5.3.1	Fixe und variable Kosten	115
5.3.2	Break-even-Analyse als Entscheidungshilfe	118
5.3.3	Merkliste Preiskalkulation	120
5.3.4	Beispiel einer Preiskalkulation	123
5.3.5	Weitere Einflussfaktoren	123
5.4	Verhandlungen richtig führen	125
5.5	Berufshaftpflicht	128
5.6	Schweigepflicht	129
	Literatur	129
6	Marketing	131
	<i>Julia Dördelmann</i>	
6.1	Marketing in der betrieblichen Gesundheitsförderung	132
6.2	Begriffsdefinitionen	133
6.2.1	Definition Marketing	133
6.2.2	Definition Werbung	134
6.2.3	Definition Public Relations (PR)	134
6.2.4	Definition Medien	134
6.2.5	Definition Marketing-Mix	136
6.3	Heilmittelwerbegesetz (HWG)	136
6.4	Gesetz gegen den unlauteren Wettbewerb (UWG) § 4 Mitbewerberschutz	138
6.5	Leitfaden Akquisegespräch	138
6.5.1	Telefonakquise	138
6.5.2	Persönliche Akquise im Direktkontakt	142
6.6	Innerbetriebliches Marketing	144
6.6.1	Exemplarische E-Mail	144
6.6.2	Exemplarische Powerpoint-Präsentation	145
6.6.3	Plakat	148
6.6.4	Intranet	149
6.6.5	Flyer und Visitenkarten	150
6.7	Teilnahme an Ausschreibungen	150
6.8	Präsentieren vor der Zielgruppe	150
6.8.1	Arbeits- und Zeitplanung für eine Präsentation	151
6.8.2	Präsentationsmedien	153
6.9	Weitere Informationen	153
	Literatur	153

7	Finanzierungshilfen	155
	<i>Julia Dördelmann</i>	
7.1	Sozialgesetzbuch V §§ 20a und 20b	156
7.1.1	§ 20a SGB V – Leistungen zur Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten . .	158
7.1.2	§ 20b SGB V – Betriebliche Gesundheitsförderung	158
7.2	Leitfaden Prävention	160
7.2.1	Aufbau des Leitfadens	160
7.2.2	Setting-Ansatz	161
7.2.3	Individueller Ansatz	166
7.2.4	Qualitätssicherung/Qualitätsmanagement	170
7.2.5	Antrag auf Bezuschussung	170
7.3	Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen individuellem und Setting-Ansatz .	172
7.4	Kostenübernahme durch den Arbeitgeber	172
7.5	Weitere Informationen	173
	Literatur	173
8	Ergonomie am Arbeitsplatz mit Praxisbeispielen	175
	<i>Melvin Mohokum, Julia Dördelmann</i>	
8.1	Ergonomie	178
8.1.1	Teilbereiche der Ergonomie	179
8.2	Ergonomische Gestaltung am Beispiel von Bildschirm- und Büroarbeitsplätzen . .	179
8.2.1	Die Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV)	180
8.2.2	Bildschirmgeräte	181
8.2.3	Merkmale eines ergonomischen Bürostuhls	181
8.2.4	Demonstration Funktionsweise Bürostuhl	182
8.2.5	Sitzposition	182
8.2.6	Dynamisches Sitzen	183
8.2.7	Arbeitstisch	184
8.2.8	Einstellung des Bildschirms	184
8.2.9	Sehabstand	185
8.2.10	Zeichenschärfe, Zeichenhöhe, Schriften	185
8.2.11	Bildschirmkontrast (Positiv- und Negativdarstellung)	186
8.2.12	Blendungen und Spiegelungen	186
8.2.13	Tastatur	187
8.2.14	PC-Maus	188
8.2.15	Notebook	189
8.2.16	Verwendung von Tablet-PCs	189
8.2.17	Greifraum, Gesichtsfeld, Blickfeld	190
8.2.18	Bein- und Fußraum	190
8.2.19	Freie Bewegungsfläche am Arbeitsplatz	190
8.2.20	Beleuchtung	190
8.2.21	Schalldruckpegel/Geräusche/Lärm	191
8.2.22	Verkehrswege	193
8.2.23	Klima	193
8.3	Ergänzende Möglichkeiten der Arbeitsplatzgestaltung	194
8.3.1	Sitz-/Pezzibälle am Büroarbeitsplatz	194
8.3.2	Sitz-/Kniemöbel am Büroarbeitsplatz	194
8.3.3	Fußstütze	195

8.3.4	Vorlagenhalter	195
8.3.5	Doppelmonitor (Doppelbildschirm)	195
8.3.6	Sitzkissen bzw. Sitzkeil	195
8.3.7	Sitz-Steh-Arbeitsplatz	196
8.3.8	Büropflanzen	196
8.4	Ergänzende Hinweise für Erwerbstätige an Bildschirmarbeitsplätzen	197
8.4.1	Bildschirmpausen	197
8.4.2	Augenvorsorgeuntersuchung	197
8.4.3	Bildschirmbrille	198
8.5	Augen- und Ausgleichsübungen am Büroarbeitsplatz	198
8.5.1	Palmieren	198
8.5.2	Blinzeln	198
8.5.3	Der Links-Rechts-Blick und der Oben-Unten-Blick	198
8.5.4	Kreis	199
8.5.5	Die liegende und die stehende Acht	199
8.5.6	Grimassieren	199
8.5.7	Recken und Strecken	199
8.5.8	Selbstmassage an der Nasenwurzel und Stirn	200
8.5.9	Selbstakupressur an der Stirn-Ohren-Linie	200
8.5.10	Fernblick	200
8.5.11	Weitblick	200
8.5.12	Mobilisieren des Nackens	201
8.6	Eindrücke physiotherapiebasierter BGF vor Ort	202
8.6.1	Tätigkeitsfeld Fräsen	202
8.6.2	Tätigkeitsfeld Fensterputzen	205
8.6.3	Einsatz ergonomischer Hilfsmittel	208
8.7	Settingbeispiele für den Einsatz ergonomischer Hilfsmittel	209
8.7.1	Bildschirmarbeitsplatz	209
8.7.2	Kindertagesstätte	209
8.7.3	Zahnarztpraxis	209
8.8	BGF-Projekt in Ausbildung und Studium	210
8.9	Weitere Informationen	211
	Literatur	211
	Internetseiten	212
	Technische Regeln für Arbeitsstätten	212
	Sonstiges	213
9	Kommunikation	215
	<i>Melvin Mohokum</i>	
9.1	Einleitung	216
9.2	Sender-Empfänger-Modell von Shannon und Weaver	216
9.2.1	Übertragung des Sender-Empfänger-Modells in die BGF am Beispiel	217
9.3	Das 4-Ohren-Modell mit praktischen Beispielen aus der betrieblichen Gesundheitsförderung	217
9.4	Nonverbale Kommunikation	220
9.5	Aktives Zuhören	221
9.6	Positiv-Botschaften senden	223
9.7	Umgang mit Killerphrasen	223

9.8	Abgrenzung in der BGF	224
9.9	Weitere Informationen	224
	Literatur	224
	Internetseiten	225
10	Recherche und Informationsbeschaffung in der BGF	227
	<i>Melvin Mohokum</i>	
10.1	Einleitung	228
10.2	Wissenschaftliche Fragestellung in der BGF	228
10.3	Sprachkompetenzen bei der Literaturrecherche	229
10.4	Die Suche richtig operationalisieren	230
10.4.1	Unterschied zwischen Schlagwort und Stichwort	230
10.4.2	Schnellsuche/Detailsuche	230
10.4.3	Boolesche Operatoren	230
10.4.4	Trunkierung, Maskierung und Phrasensuche	232
10.4.5	Bibliografischer Eintrag	233
10.5	Welche Informationsquellen stehen mir grundsätzlich zur Verfügung?	233
10.5.1	Fachzeitschriften	233
10.5.2	Fach- und Lehrbücher	235
10.5.3	Experteninterview	235
10.5.4	Elektronische Datenbanken	235
10.5.5	Bibliothekskataloge	237
10.5.6	Freie Suche im Internet	238
10.6	Informationsbeschaffung	238
10.6.1	Fernleihe	238
10.6.2	Nationallizenzen	238
10.6.3	Autoren direkt anschreiben	238
10.6.4	Dokumentenlieferdienste	238
10.6.5	Subito	239
10.7	Weitere Informationen	239
	Literatur	239
11	Business-Knigge	241
	<i>Melvin Mohokum</i>	
11.1	Verhaltens- und Benimmregeln im Berufsleben	242
11.2	Empfehlungen für den Praxisalltag der BGF	243
11.2.1	Eigenes Verhalten	243
11.2.2	Äußeres Erscheinungsbild	247
11.3	Weitere Informationen	248
	Literatur	248
	Internetseiten	248
	Serviceteil	249
	Stichwortverzeichnis	250