

Die Herausforderungen der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben im Berliner Gastgewerbe liegen weniger in der Logistik, sondern eher in der Kommunikation und dem Respekt. Denn nur über wirksame Kommunikation lassen sich Interessen klären und Lösungen finden. Dies ist eine der Erkenntnisse aus dem Projekt HOGALife und Grundlage der HOGALife-Trainingskonzepte.

GESUNDHEITSTAG GESTALTEN – TIPPS ZU ORGANISATION UND MOTIVATION

Ob Zumba, Pilates, QiGong, Trampolinkurs, Rückenfitkurs, Faszientraining, Entspannungskurs oder die selbst gemachte Naturkosmetik: Am Gesundheitstag können die Mitarbeitenden viel Neues zum Thema kennen lernen, Spaß haben und kreativ sein. Den ganzen Tag über finden sie Angebote zum Ausprobieren im Haus, Gesundheit wird ohne erhobenen Zeigefinger näher gebracht – eine gute Möglichkeit, den Mitarbeitenden Wertschätzung zu zeigen. Lesen Sie hier in zwei Interviews, was bei der Organisation beachtet werden sollte und warum Blütenblätter ein wichtiges Motivationsinstrument sein können.

Einführung des Gesundheitstages

Ziel festlegen

Gesundheitstage können darauf abzielen, ganz allgemein das Thema Gesundheit im Unternehmen virulent zu halten. Sinnvoll ist aber sicher, Neuerungen und Hilfestellungen vorzustellen: rüchenschonende Bewegungsabläufe, Änderungen beim Pflegegesetz, Möglichkeiten für Mitarbeitende aus dem Service, sich Einlagen von der Krankenkasse finanzieren zu lassen, Ernährungstipps, Rezepte (am besten direkt mittags serviert!) etc.. Weiterhin können Mitarbeitende unterschiedliche Kursangebote ausprobieren und bewerten – um die beliebtesten Angebote dann in ein regelmäßiges Gesundheitsprogramm zu übernehmen. Das Ziel sollte klar sein, bevor die Organisation beginnt.

Externe Unterstützung

Um das Programm eines Gesundheitstages zu gestalten, kann die Hilfe von Krankenkassen oder der Berufsgenossenschaft für Nahrungsmittel und Gastgewerbe (BNG) genutzt werden. Sie vermitteln beispielsweise Trainerinnen und Trainer, messen BMI oder Sehstärke u. ä. – und übernehmen die Kosten für die Angebote. Der Nachteil: Eine werbliche Wirkung, vor allem bei der Zusammenarbeit mit Krankenkassen, lässt sich nicht vermeiden. Unser Tipp: Wenn Sie auf die Unterstützung von Krankenkassen zurückgreifen, entscheiden Sie sich jedes Jahr für eine andere.

Die richtigen Angebote finden

Stellen Sie im Vorfeld die Angebote einer ausgewählten Gruppe von Mitarbeitenden vor und erfragen Sie das Interesse. Die Erfahrung zeigt: Angebote wie Rückenfitness oder Stressmanagement sind sehr gefragt. Die hohe körperliche Belastung im Alltag sorgt dafür, dass viele Mitarbeitende unter Rückenproblemen leiden. Auch Zeitdruck ist ein Thema im Gastgewerbe, das schnell zu einer psychischen Belastung werden kann.

Dienstplangestaltung erleichtert die Anmeldung

Die Herausforderung am Gesundheitstag: Das Haus bleibt offen, die Gäste werden weiterhin versorgt, gleichzeitig soll jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter 2 bis 3 Stunden für den Gesundheitstag frei gestellt werden. Daher ist die Dienstplanung eine entscheidende Stellschraube, um den Erfolg des Gesundheitstages zu sichern. Empfehlenswert ist eine verbindliche Anmeldung der Mitarbeitenden – in Absprache mit der Abteilungsleitung. Die Angebote wiederholen sich, so dass viele Mitarbeitende die Möglichkeit haben, teilzunehmen.

Mövenpick Hotel Berlin - Gesundheitstag rechnet sich nur, wenn viele teilnehmen

Amanda Zerban, Human Resources & Training Manager des Mövenpick Hotels, hat im Jahr 2019 den Mövenpick-Gesundheitstag organisiert. Ihr Partner: Die Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe (BGN)

HOGALife: Welches Ziel möchten Sie mit dem Gesundheitstag erreichen?

Zerban: Wir wollen die Bedarfe unserer Mitarbeitenden erheben. Stress- und Rückentrainings über das Jahr hinweg anzubieten ist immer sinnvoll, aber vielleicht gibt es ja Wünsche, die wir noch nicht kennen, die wir an diesem Tag herausfinden können und die nicht nur einen Einzelnen betreffen, sondern mehrere. Durch den Gesundheitstag wollen wir ein Angebot schaffen, das auf die Bedürfnisse unserer Mitarbeitenden zugeschnitten ist. Dazu nutzen wir eine Befragung. Die BGN, die uns über den Tag begleitet, unterstützt uns auch in der Erhebung und Auswertung der Befragung.

HOGALife: Wie gewährleisten Sie, dass die Mitarbeitenden am Gesundheitstag teilnehmen können?

Zerban: Was nicht passieren darf ist, dass die Abteilungsleitung sagt: Nein, derzeit kann ich niemanden entbehren. Dann kippt natürlich der ganze Gesundheitstag. Daher planen wir kleine Gruppen mit je 5 bis 8 Leuten, und in diese Gruppen muss die Abteilungsleitung die Mitarbeitenden eintragen und ihnen natürlich auch Zeit verschaffen, um daran teilzunehmen. So ist auch eine gewisse Verbindlichkeit gewährleistet. Wir können zeitnah nachvollziehen, welche Mitarbeitenden nicht erschienen sind und haken nach. Diese Verbindlichkeit ist notwendig, um eine hohe Teilnehmerzahl zu gewährleisten, denn sonst ist der Aufwand einfach zu groß. Wir blockieren Räume, beschäftigen eine Mitarbeiterin für drei Monate mit der Organisation, holen und koordinieren externe Trainerinnen und Experten. Der Tag rechnet sich nur, wenn so viele wie möglich teilnehmen.

Holiday Inn Berlin City East – Bemühung ist wichtig

Katrin Wildau-Wiedstruck, Personalleiterin des Holiday Inn Berlin City führt seit vielen Jahren Gesundheitstage im Hotel durch. Ihr Partner: Jedes Jahr eine andere Krankenkasse.

Welches Ziel möchten Sie mit dem Gesundheitstag erreichen?

Während des Gesundheitstages können die Mitarbeitenden in verschiedene Kurse reinschnuppern. Im Anschluss entscheiden sie, welcher im Hotel 10 Wochen lang durchgeführt wird. Einen kompletten Kurs im Hotel anzubieten, kostet uns im Prinzip nichts, denn im Rahmen des BGMs kann man bis zu 500 Euro von der Steuer abziehen, pro Jahr, pro Mitarbeitenden.

HOGALife: Wie gestalten Sie den Kurs im Hotel?

Ende des Jahres führen wir den Kurs durch. Dann kommt einmal die Woche ein Trainer oder eine Trainerin, wir blocken den Raum gegen 16:00 Uhr, so dass alle Interessierten auch teilnehmen können. Die Teilnehmerzahl liegt zwischen 8 und 10, was erstmal nicht viel ist. Aber allein das Bewusstsein, dass der Arbeitgeber sich um die Belegschaft bemüht, reicht schon, dass alle sich wohler und aufgehobener fühlen, was wiederum einen sehr positiven Einfluss auf die Krankmeldungsquote hat.

HOGALife: Wie motivieren Sie die Mitarbeitenden, die Angebote zum Gesundheitstag zu nutzen?

Jeder, der zum Gesundheitstag erscheint, bekommt eine Papierblume mit 6 Blütenblättern auf die er seinen Namen schreibt. Für jede Teilnahme an einem Angebot darf ein Blütenblatt in den Lostopf geworfen werden. Je mehr Angebote man wahrnimmt, desto höher ist die Chance, dass der eigene Name bei der Auslosung gezogen wird. Ausgelobt werden drei Preise. Beispielsweise ist der 1. Preis 2 Nächte in Paris, der 2. Preis Amsterdam und der 3. Preis Hamburg. Ich frage deutsche und europäische Hotels nach Gutscheinen für den Gesundheitstag an, und die kriegen wir in der Regel auch.