

Das Magazin für Unternehmen und Selbstständige ●

praxis + recht

Wichtig bei Beitragszahlung

Betriebsnummer ersetzt
Arbeitgebernummern

Moderne Arbeitswelt

Agil, innovativ und digital:
Chancen erkennen und
Veränderungen annehmen

Azubis: Teamgeist und Gesundheit spielerisch trainieren

Selbstständige: Günstigere Beiträge für Firmeninhaber

BGM-Förderpreis: Mit innovativen und kreativen Ideen gewinnen

Erstmal durchatmen.



1

Der XA PRO 3D GTX W lädt ein, Outdoor-Spaß zu erleben und mit den Elementen zu spielen. Dieser ultimative Abenteuer Schuh macht dir jedes Terrain zugänglich!

2

Warme, angeraute Innenseite kombiniert mit dem METALLIC THERMAL TECH Material für angenehme Wärme bei gleichzeitig hoher Atmungsaktivität und Winddichtigkeit.

3

Leichter Running Rucksack mit stabilem Rücken- teil, kleiner innenliegender RV-Meshtasche und Hauptfach mit 2-Wege-Reißverschluss und Kordelzipper.



21run – klare Fokussierung auf den Lauf-, Rad- und Triathlonsport sowie auf ein breites Sortiment für aktive und angehende Sportler. Der Online-Shop bietet eine große Auswahl an Laufprodukten zu attraktiven Preisen, darunter bekannte Marken wie z. B. ASICS, adidas, Garmin oder New Balance. Unser Motto: Von Läufern für Läufer!

Geschäft ist Geschäft und Zeit ist Geld.

Trotzdem: Einfach in der Mittagspause im Team loslaufen und alles loslassen – das macht Laune, den Kopf frei für gute Ideen und schweißst zusammen. Apropos „gute Ideen“: Wenn Sie wieder durchatmen können, berichten Sie Ihren Kollegen einmal von den Spitzenleistungen der DAK-Gesundheit.

Für Sie läuft Ihre erfolgreiche Empfehlung auf eine schöne Prämie hinaus!

Mit Teamgeist Prämie sichern!

www.dak-kundenwerben.de

Diese Aktion gilt bis zum 31.12.2018.

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.





Andreas Storm

Vorsitzender des Vorstandes der DAK-Gesundheit

Digital sein Welt im Wandel

Das Smartphone in der Hand – ein gewohntes Bild im Alltag: Viele Dinge erledigen wir digital. Ob in der Arbeitswelt, in der Freizeit oder beim Einkaufen – überall wird unser Leben vom technischen Fortschritt beeinflusst und häufig auch erleichtert. Unsere Versicherten können zum Beispiel ab sofort die digitale Gesundheitsakte „Vivy“ nutzen.

Auch in unserem Arbeitsumfeld spüren wir die rasante Veränderung besonders. Digitalisierung und Agilität sind zwei Begriffe, die viele Unternehmen umtreiben, um den Anschluss an die moderne Arbeitswelt nicht zu verpassen. Unsere Titelgeschichte „Welt im Wandel“ greift diese Themen auf. Warum wird es immer wichtiger, innovativ zu sein, neue Organisationsstrukturen aufzubauen und die Mitarbeiter einzubinden? Lesen Sie die Antworten ab Seite 8.

Die DAK-Gesundheit will Sie als Arbeitgeber begleiten und unterstützen. In diesem Heft stellen wir Ihnen neue Angebote vor – vom Bonusprogramm über Gesundheitsprämien bis hin zu individuellen Maßnahmen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM). Lernen Sie zum Beispiel die „Retter der Zukunft“ kennen, ein spannendes Online-Spiel zum Thema Computersucht bei Auszubildenden.

Nutzen Sie unsere vielfältigen BGM-Angebote und sprechen Sie uns gerne an. Unsere Experten erreichen Sie unter der bundesweiten DAK Hotline 040 325 325 720.

ZU DIESER AUSGABE

Mit unserem neuen Bonusprogramm „Firmen werben Kunden“ können Sie jetzt Punkte sammeln und Ihre Mitarbeiter mit kleinen Aufmerksamkeiten überraschen unter www.dak-firmenwerbenkunden.de



Hier geht's zum
Online-Magazin:



Noch mehr Infos
im Netz – lesen
Sie unser Magazin
auch unterwegs

www.dak.de/magazine



**Offen für
Veränderungen** *in der
neuen Arbeitswelt*

08 Titelgeschichte *Welt im Wandel*

Das Rad der neuen Technologie dreht sich immer schneller, starre Abläufe passen nicht zum rasanten technischen Wandel, sie gehören der Vergangenheit an. In vielen Unternehmen ist der Wunsch groß, mit neuen Methoden, Strukturen und Verhaltensweisen an die moderne Entwicklung der Arbeitswelt anzuknüpfen und so flexibel, dynamisch, reaktionsfähig – kurz: agil zu werden. Agilität umfasst nicht nur die Digitalisierung bestehender Arbeitsprozesse und eine technische Aufrüstung,

sondern zielt auch auf eine neue Unternehmenskultur, die von Vertrauen, Wertschätzung und Selbstorganisation geprägt ist. Um innovative Entwicklungen voranzutreiben und Veränderungen anzunehmen, bedarf es einer offenen Kommunikation. Außerdem erfahren Sie auf Seite 11, wie der Geschäftsführer der Hamburg School of Business Administration (HSBA) mit Mittelständlern Projektteams bildet, um innovative Ideen zu testen und voranzutreiben.

arbeit & gesundheit



12

Teambuilding im Escape Room: Denksport mit Azubis aus der Pflege

06 News

Vivy Gesundheitsakte/Neue Leistung: HPV-Impfung bei Jungen/ Fernbehandlung: docdirekt/Krankenstand/Sieger „bunt statt blau“

12 4, 3, 2 ... frei!

Teambuilding mal anders: Im Escape Room werden in kleinen Gruppen und im geschlossenen Raum spannende Rätsel rund um eine gesunde Lebenswelt gelöst

14 Gemeinsam topfit

Mit dem Leuchtturmprojekt der REWE Group wird betriebliche Gesundheitsförderung zusammen mit der DAK-Gesundheit neu gedacht und dezentral umgesetzt

arbeit & recht



18

Günstigere Beiträge für Selbstständige: Gesetzgeber senkt Mindesteinkommen

16 News

Maschinelle Beitragsabbuchung/ Umstellung: Betriebsnummer ersetzt Arbeitgebernummern/Mindestlohn 2019/Minijob: Checkliste

17 Impressum

18 Beiträge für Selbstständige

Die Bundesregierung senkt zum 1. Januar 2019 das unterstellte Mindesteinkommen für Selbstständige und halbiert damit die Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung

20 Rückkehr garantiert

Ab Januar 2019 gilt das neue Brückenteilzeitgesetz: Wer seine Arbeitszeit reduziert, kann künftig auf eine Vollzeitstelle zurückkehren

arbeit & personal



24

BGM-Förderpreis: Innovative Ansätze für die betriebliche Gesundheit werden belohnt

22 News

Zeitmstellung/Homeoffice/ Verzicht auf Bewerbungsschreiben/ DAK-Urlaubsreport

24 Von Siegern lernen

Mit innovativen und kreativen Ideen den BGM-Förderpreis gewinnen und in die Gesundheit investieren

26 Firmen werben Kunden

Belohnen Sie Ihre Mitarbeiter oder spenden Sie für einen guten Zweck mit den Bonuspunkten der DAK-Gesundheit

28 Gesundheit hilft sparen

Gesundheitsbewusstes Verhalten mit den DAK-Prämientarifen und Geld-zurück-Garantie

30 Retter der Zukunft

Mit einem Seminarprogramm und neuer DAK-App junge Arbeitnehmer vor Computerspiel- und Online-Sucht schützen

UNSER SERVICE

DAK-Fachexperten informieren und beraten Firmen kompetent bei allen Fragen zum Versicherungsrecht, Beitragsrecht und Aufwendungsausgleichsgesetz. Rufen Sie uns an unter **DAK Arbeitgeber-Hotline** 040 325 325 810. 24 Stunden an 365 Tagen – zum Ortstarif.

Digitalisierung

DAK-Gesundheit startet elektronische Gesundheitsakte

Die DAK-Gesundheit startet Vivy, eine neue elektronische Gesundheitsakte für ihre 5,8 Millionen Versicherten. Mit der App „Vivy“ können alle Gesundheitsdaten gesammelt und gebündelt werden und sind somit jederzeit für den Patienten verfügbar. Durch die Nutzung der Gesundheitsakte lassen sich Mehrfachbehandlungen vermeiden, Unverträglichkeiten erkennen oder auch Medikationspläne ganz einfach aufrufen. Die Hoheit über die Nutzung der Daten liegt allein bei den Versicherten. Weder Leistungserbringer wie Ärzte oder Therapeuten noch die Krankenkasse selbst haben Zugriff auf die Daten. „Vivy“ wird gemeinsam mit dem IT-Dienstleister BITMARCK sowie anderen gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen realisiert und vom Berliner Start-up Vivy GmbH betrieben.

Die Vivy-App ist im App Store und bei Google Play bereits erhältlich und kann von unseren Versicherten genutzt werden unter www.dak.de/vivy



HPV-Impfung bei Jungen

Neue Leistung erweitert den Schutz vor Krebs



Die DAK-Gesundheit übernimmt als freiwillige Leistung seit 1. Juli die Impfung gegen humane Papillomviren (HPV) bei Jungen im Alter von neun bis 14 Jahren und bis zum vollendeten 18. Lebensjahr

auch die Kosten für die Nachholimpfung. Bisher war die sogenannte „Anti-Krebs-Impfung“ nur für Mädchen eine allgemeine Kassenleistung. Studien belegen jedoch, dass die Impfung auch Jungen schützt. Humane Papillomviren sind weit verbreitet und können unterschiedliche Krebsarten auslösen.

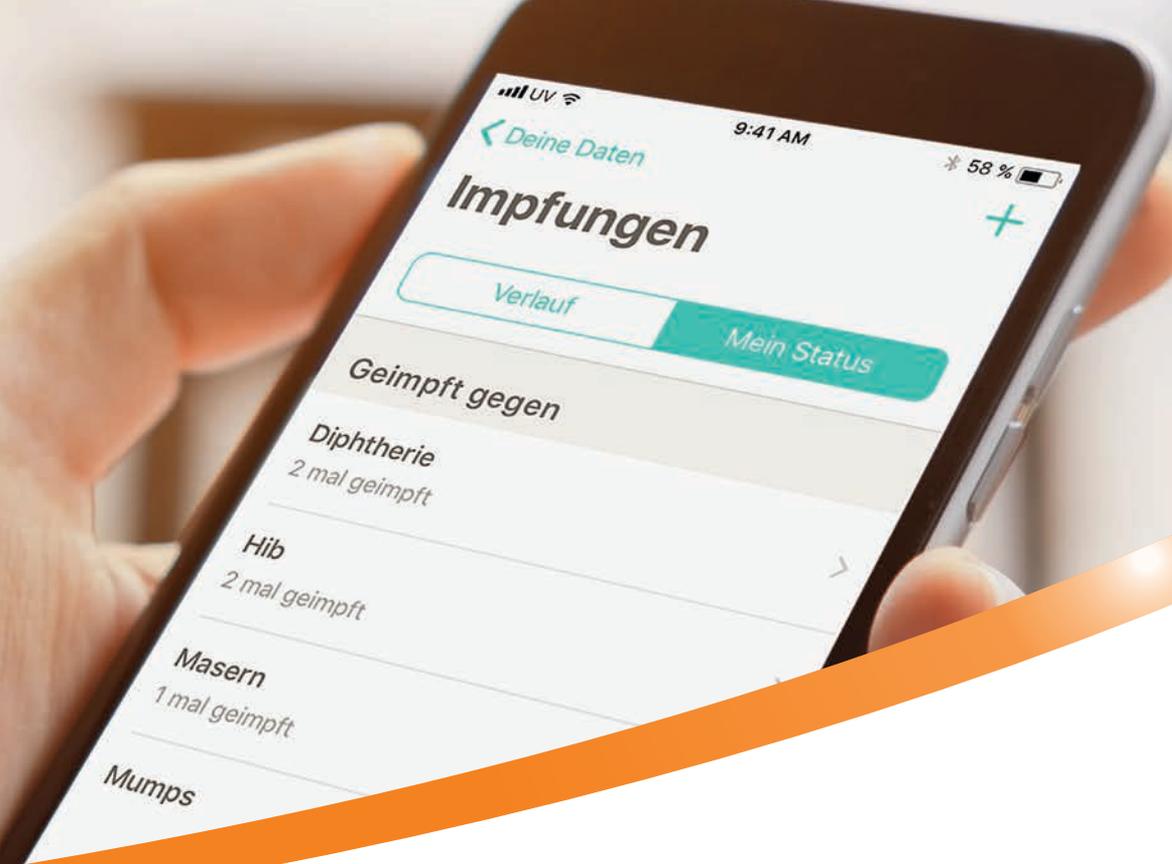
Mehr Informationen unter www.dak.de/impfungen

Fernbehandlung

Teleprojekt docdirekt

Die deutsche Ärzteschaft macht den Weg frei für die Online-Behandlung ohne persönlichen Kontakt. Ärztinnen und Ärzte dürfen im Einzelfall nun ausschließlich via Video-, Online-Chat oder Telefon behandeln. Bisher waren sogenannte Fernbehandlungen hierzulande nur erlaubt, wenn Arzt und Patient zuvor persönlichen Kontakt hatten. Beim 121. Deutschen Ärztetag am 10. Mai 2018 in Erfurt hatten die Delegierten diese Regelung gekippt. Einige Landesärztekammern, zum Beispiel Baden-Württemberg, haben die Änderung schon übernommen. Seit April beteiligt sich die DAK-Gesundheit am Modellprojekt docdirekt. Praxen auf dem Land und möglichst auch die überlasteten Notambulanzen der Krankenhäuser sollen damit entlastet werden. Angeboten wird docdirekt zunächst nur in den Modellregionen Stuttgart und im Landkreis Tuttlingen.

Mehr Informationen gibt es unter www.docdirekt.de



Krankenstand Stärkste Grippewelle seit Jahren

Die heftige Grippewelle zu Beginn dieses Jahres hinterlässt Spuren beim Krankenstand. Mehr als jeder fünfte Fehltag im Job ist auf Influenza und Erkältungen zurückzuführen (21 Prozent). Die Ausfalltage stiegen im Vergleich zum Vorjahr um 14 Prozent an. Auch die Dauer der Fehlzeiten war in diesem Jahr mit durchschnittlich 7,2 Tagen besonders hoch. Das zeigt die aktuelle DAK-Auswertung des ersten Halbjahres 2018. Der Krankenstand insgesamt blieb jedoch stabil bei 4,3 Prozent. Grund ist unter anderem ein leichter Rückgang von Rückenschmerzen und anderen Muskel-Skelett-Erkrankungen sowie psychischen Leiden.

FOTOS: FOLITOLIA



bunt statt blau

Das beste Plakat gegen Komasaufen

Den Kreativwettbewerb der DAK-Gesundheit gegen das Komasaufen – „bunt statt blau“ 2018 – gewinnt die Berliner Abiturientin Nina Mitzschke (2. v. li.). Im Frühjahr hatten bundesweit rund 8.000 Schülerinnen und Schüler teilgenommen und Plakate gegen Alkoholmissbrauch entworfen. Die Sieger wurden von der Bundesdrogenbeauftragten Marlene Mortler (3. v. li.), DAK-Vorstandsmitglied Thomas Bodmer (4. v. li.) und Sänger Emree Kavás (1. v. li.) im Bundesministerium für Gesundheit in Berlin geehrt. Der Plakatwettbewerb wird auch 2019 wieder stattfinden und dann sein zehnjähriges Jubiläum feiern.

Lesen Sie mehr zu unserer Aktion und den Gewinnern und lassen Sie sich jetzt gleich für die Aktion 2019 vormerken unter

www.dak.de/buntstattblau



Digitalisierung
verändert die Arbeitswelt



Welt im Wandel

Technologien verändern die Arbeitswelt rapide, sie erfordern neue Strukturen und Formen der Zusammenarbeit – Agilität ist gefragt

Schneller, immer schneller dreht sich das Rad der neuen Technologien. Schlagwörter wie Digitalisierung, Vernetzung, Automatisierung, künstliche Intelligenz oder auch Globalisierung kennzeichnen den rasanten Wandel, der die Arbeitswelt so stark verändert wie kaum jemals zuvor. Ist es wirklich erst gut zehn Jahre her, dass das iPhone auf den Markt kam?

Starre Abläufe, strenge Hierarchien oder Arbeit nach Plan in den zementierten Grenzen der Abteilungen passen nicht zu der digitalen Ära. Die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit verschwindet und mit ihr vertraute Gewissheiten über feste Arbeitszeiten und -orte. Dank Smartphones, Laptops und Videokonferenzen ist es zunehmend egal, wo gearbeitet wird. Gefragt sind flexible, dynamische, vernetzte Strukturen, die unmittelbar reagieren auf die Veränderungen. Gefragt ist: Agilität.

Was bedeutet Agilität?

Das Konzept, das ursprünglich aus der Welt der Softwarehersteller stammt und gerne mit Start-ups in Verbindung gebracht wird, ist zum Zauberwort geworden. Es steht für neue Formen der Arbeitsorganisation in Unternehmen, aber auch für neue Denk- und Handlungsmuster. Mit „wendig“, „beweglich“, „gewandt“ oder „flink“ lässt sich der aus dem Englischen stammende Begriff „agile“ übersetzen. Der Ansatz beschreibt die Fähigkeit von Menschen und Organisationen, rasch und effektiv auf Veränderungen zu reagieren, sowohl hinsichtlich der Strukturen als auch mit

Blick auf Serviceleistungen und Produkte. Und das permanent, denn die einzige Konstante heißt: Veränderung. Die agile Organisation ist die Organisationsform, die am ehesten in der Lage ist, den digitalen Wandel zu stemmen, so die Autoren des HR-Reports 2018 der Personalberatung Hays und des Instituts für Beschäftigung und Employability (IBE). „Unternehmen müssen sich mit Agilität auseinandersetzen“, sagt Jutta Rump, Professorin für Allgemeine Betriebswirtschaftslehre an der Hochschule Ludwigshafen am Rhein und Direktorin des Instituts.

Mitsprache ist gefragt

Die Zeiten, in denen nur der Chef „top down“ entscheidet und die Mitarbeiter nicht über den eigenen Tellerrand blicken, sind in agilen Organisationen vorbei. Müssen Entscheidungen erst durch mehrere Hierarchie-Ebenen gereicht werden, ist die Reaktionszeit womöglich zu lange. Mehr Tempo lässt sich nur mit flachen und durchlässigen Strukturen und unkomplizierten Prozessen erreichen. Ein Ziel ist also, hierarchische Strukturen abzubauen zugunsten einer schlanken, projektorientierten Arbeitsorganisation mit einer ausgeprägten Kundenorientierung.

Das verändert auch die Rolle der Mitarbeiter. Agiles Arbeiten setzt eine Vertrauenskultur mit einem hohen Maß an Selbstorganisation voraus. Die Eigenverantwortlichkeit der Mitarbeiter wird gestärkt, sie sind stärker gefordert mitzudenken, sich einzubringen, ihre Verantwortung wächst.

Ein Eckpfeiler des Konzeptes ist die

Projektarbeit, sie umfasst kurze, überschaubare Planungs- und Umsetzungszyklen mit konkreten, überprüfbaren Ergebnissen. Für das Team ist nicht länger eine disziplinarische Führungskraft verantwortlich, sondern die klassischen Führungsaufgaben verteilen sich auf mehrere Rollen. Um überzeugende Lösungen zu entwickeln, sind die Teams möglichst heterogen zusammengesetzt, Personen mit unterschiedlichen Kompetenzen und einem breiten Wissenshorizont suchen gemeinsam nach neuen Wegen. So sollen eingefahrene Denkmuster gesprengt, so soll kreativer und kunden-näher gearbeitet werden.

Neue Rolle für den Chef

Dies bedingt ein verändertes Führungsverständnis. Es braucht Führungskräfte, die ihre Mitarbeiter ermutigen, neue Wege zu gehen, die motivieren, Menschen miteinander verknüpfen, das Finden von Lösungen organisieren. Mal treten sie als Kollege auf, mal als Coach, Mentor oder Moderator. Fehler werden von ihnen nicht verdammt, sondern als Teil eines Lern- und Entwicklungsprozesses anerkannt. Um dies sicherzustellen, sind in agilen Organisationen Dialog und Feedback grundlegend – ebenso wie der Zugang zu allen relevanten Informationen für die Bearbeitung des Projekts.

Agilität ist also weit mehr als die Digitalisierung bestehender Arbeitsweisen, mehr als eine technische Aufrüstung. Mit ihr geht ein Kulturwandel einher, sind neue Denk- und Arbeitsweisen auf allen Ebenen des Unternehmens verbunden. Führungskräfte und Mitarbeiter müssen ...

& Kurz und kompakt

Gesundheit digital

Unsere Online-Coachings tragen zu einem gesünderen Leben in Balance bei. So können Sie und Ihre Beschäftigten jederzeit aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun:

Rücken@Fit: Ein virtueller Coach befragt zu Schmerzen und Lebenssituation, empfiehlt passende Übungen für zu Hause oder das Büro. Bewegung, Dehnung und Kräftigung der Muskeln stehen auf dem Plan, aber auch Entspannungsübungen.

Antistress-Coaching: Wir unterstützen Sie mit unserem kostenlosen Online-Coaching dabei, Ihre persönlichen Stressursachen zu erkennen, zu verstehen und die Ursachen zu beheben.

Fitness-Coaching: Wer regelmäßig Sport treibt, fühlt sich fitter und tut seiner Gesundheit und seinem Wohlbefinden etwas Gutes. Acht Kurseinheiten halten Sie mit einer ausgewogenen Mischung aus Theorie und Praxis in Schwung.

Schlaf-Coaching: Wer Probleme beim Ein- oder Durchschlafen hat, ist oft müde und erschöpft. Das Programm hilft, Schlafstörungen in den Griff zu bekommen und zu einer gesunden Nachtruhe zu finden.

Ernährungs-Coaching: Um gesund und leistungsfähig zu bleiben, ist eine ausgewogene Ernährung sehr wichtig. In unserem Coaching erhalten Sie detaillierte Informationen über Nährstoffe, lösen kleine Aufgaben und Quizfragen. Kochvideos leiten zum Nachmachen an.



Mehr
Informationen



Die DAK-Coachings begleiten Sie jederzeit online in ein gesünderes Leben unter www.dak.de/coaching



Neues
Führungsverständnis:
Mitarbeiter ermutigen,
neue Wege zu gehen

... ihre Rollen überdenken und anpassen, um innovativ zu sein. Diese agilen Strukturen lohnen sich. Laut einer Studie der Strategieberatung goetzpartners und der NEOMA Business School sind agile Unternehmen im 10-Jahres-Vergleich 2,7 Mal erfolgreicher als ihre nicht-agilen Wettbewerber. Agiles Arbeiten eignet sich nicht für jeden Unternehmensbereich und für jedes Unternehmen. In der Produktion braucht es feste Strukturen, nicht immer passen die Kundenanforderungen zum agilen Denken. Am agilsten ist laut einem Ranking von goetzpartners und der NEOMA Business School die Reise- und Transportbranche, am unflexibelsten sind die Finanzdienstleister.

Der Wandel bringt Stress

Für die Mitarbeiter bedeuten die agilen Methoden Chance und Risiko zugleich. Sie können mehr Sinn und Qualifizierung im lernenden Team, mehr Freiheiten, mehr Gestaltungsmöglichkeiten bringen. Aber eben auch mehr Druck und Tempo, ständige Erreichbarkeit, mehr Verantwortung und ein Aufweichen traditioneller Sicherheiten. Und das Arbeits- und Veränderungstempo ist schon jetzt hoch. Im diesjährigen DAK-Gesundheitsreport „Rätsel Rücken – warum leiden so viele Menschen unter Schmerzen?“ sagen 29 Prozent der 5.224 Befragten,

dass sie mehrmals täglich schnell arbeiten, und 35 Prozent, dass sie dies einmal täglich bis mehrmals die Woche tun.

Veränderungen können im Menschen Stress, Unsicherheit und Ängste auslösen, das gilt auch für den digitalen Wandel. Dies hat auch Auswirkungen auf die Gesundheit, wie der DAK-Report zeigt. Denn der zunehmende Termin- und Leistungsdruck ist ein Faktor bei der Entstehung von Rückenschmerzen.

Nach den Reportergebnissen stehen 23 Prozent der Befragten mehrmals täglich unter Termin- und Leistungsdruck, weitere 34 Prozent mehrmals die Woche. 26 Prozent gaben an, mehrmals pro Woche die Grenze ihrer Leistungsfähigkeit zu erreichen, 64 Prozent berichteten davon, länger zu arbeiten als vorgesehen, und 42 Prozent nehmen ihre Pausen nicht. Dennoch zeigte sich die überwiegende Mehrheit, nämlich 62 Prozent, zufrieden mit der Balance zwischen Arbeit und Privatleben.

Möglichkeiten und Gefahren der modernen Arbeitswelt liegen also eng beieinander. Nicht alles wird besser, nur weil man es digitalisiert, aber es wird auch nicht alles schlechter. Es kommt darauf an, genau hinzugucken, Altes wie Neues zu hinterfragen und dann zu entscheiden: Was ist sinnvoll?

Rainer Busch

Alles verändert sich

Es ist nur ein kleiner Schritt von Agilität zu Innovation. Allerdings sind Innovationen stets mit einer gewissen Unsicherheit behaftet: Ist der neue Weg auch der richtige? Neue Ansätze ganz ohne Denkschranken in einem geschützten Raum einfach einmal durchspielen, ist in einem Labor der Hamburg School of Business Administration (HSBA) möglich

+ Interview



Dr. Uve Samuels, Geschäftsführer der HSBA und Initiator des Digital-Labors (DI-Lab), erklärt im Interview mit praxis+recht, warum das Ausprobieren von innovativen Ideen wichtig ist

praxis+recht: Dr. Samuels, wo stehen wir aktuell im viel diskutierten digitalen Wandel?

Dr. Uve Samuels: Wir stehen mittendrin und erleben, wie einige die damit verbundenen Herausforderungen aktiv angehen und Erfolge verzeichnen, während andere diese Veränderungen erst noch akzeptieren und diese Akzeptanz in positive Energie umwandeln müssen.

p+r: Ist die digitale Welt wirklich so wichtig?

Dr. U. S.: Wenn Sie mit Ihren Produkten und Dienstleistungen weiterhin wettbewerbsfähig bleiben möchten, dann ja.

p+r: Wo wird unsere digitale Reise noch hingehen?

Dr. U. S.: Aktuell hat die Vernetzung der Systeme ihren Anfang genommen, das ist ein Wesensmerkmal unserer Zeit. Wir können durch das Internet zunehmend alles miteinander vernetzen und sehen damit eine Weiterentwicklung vom Internet der Dinge (IoT) hin zum Internet von Allem (IoE), also der Verknüpfung zwischen Menschen, Prozessen, Daten und Gegenständen. Und die ungeheure Fülle an Daten, die wir durch die Vernetzung generieren können, erlaubt es uns beispielsweise, optimal auf Kundenbedürfnisse reagieren zu können.

p+r: Optimal auf Kundenbedürfnisse zu reagieren, setzt eine große Flexibilität voraus. Wie wichtig ist Agilität, um im digitalen Wandel zu bestehen?

Dr. U. S.: Agilität, also die Bereitschaft, die eigenen Produkte und Dienstleistungen permanent den Kundenbedürfnissen anzupassen, ist ausgesprochen wichtig. Der technologische Fortschritt wird neue Produkte und Dienstleistungen ermöglichen und die Innovationszyklen werden immer kürzer, darauf müssen Unternehmen reagieren können. Vor allem, da der Wandel exponentiell abläuft.

p+r: Wie gehen wir mit Ängsten um?

Dr. U. S.: Wir müssen uns darauf einlassen. Die Einstellung zum digitalen Wandel ist wichtig: Mit Freude Neues auszuprobieren und Unbekanntes zu erforschen, um wegzukommen von eingefahrenen

Denkmustern, hin zu mehr Kreativität und Kundennähe.

p+r: Wie stellen wir das an – und wie hilft uns das DI-Lab dabei?

Dr. U. S.: Indem wir uns erlauben, so kreativ zu sein, wie wir es als Kinder alle einmal waren. Indem wir uns trauen, uns Sachen vorzustellen, die es noch gar nicht gibt. Denn das ist die gute Nachricht: Für alles, was wir uns vorstellen, lässt sich eine technische Lösung finden. Es geht darum, grenzenlos zu denken, ohne uns von Überlegungen bremsen zu lassen, ob eine Idee umzusetzen ist oder ob sich ein Markt dafür findet. Das DI-Lab bietet eine Umgebung, die Neugier, Verrücktheit, Fantasie und Improvisation zulässt und unterstützt.

p+r: Wie werden verrückte Ideen denn im DI-Lab ganz konkret unterstützt?

Dr. U. S.: Wir setzen auf Kreativ- und Innovations-Methoden, um innovative Ideen zu generieren, zu verwerfen, neu zu denken und bis zum Prototyp weiterzuentwickeln. Und dieser Prototyp wird dann in den Unternehmen realisiert. Manche Unternehmen gründen dafür eine eigene Abteilung, was im Unternehmen oft neue Strukturen und eine neue Unternehmenskultur auslöst. Schlicht, weil sich das neue Produkt oder die neue Dienstleistung mit alten Kompetenzen gar nicht umsetzen lässt. Und das ist auch ganz richtig so, denn spätestens in diesen digitalen Zeiten wissen wir: Alles verändert sich! Interview: Yvonne Scheller

4, 3, 2 ... frei!

Schnitzeljagd mal anders: Ein Raum, viele Rätsel, wenig Zeit – Escape Rooms stehen für Spannung und Nervenkitzel. Neun Auszubildende aus der Pflege haben sich auf diese neue Teambuilding-Maßnahme der DAK-Gesundheit eingelassen



So gelingt die Flucht
Raffinierte Rätsel gemeinsam knacken – so entkommt man dem Escape Room

Rumms. Mit einem hörbar dumpfen Ton fällt die Tür des Raums ins Schloss. Ein Schlüssel dreht sich. Von außen. Jetzt ist es so weit: Sie sitzen fest. Andrea schaut skeptisch, ist ein wenig blass um die Nase. Schulterzuckend blickt sie ihre Mitspieler an: Auch die wirken irritiert. Lukas lächelt nervös, während Laura sich suchend umschaut.

Der Raum ist abgedunkelt, hier und da stehen Lavalampen, deren schwabbelige Blasen sich auf und ab bewegen, Stroboskoplicht flackert. Einige Tische sind im Raum verteilt. Auf ihnen stehen Gläser, Gehirne und Herzen schwimmen darin, das macht die Sache hier nicht besser ...

Ganz schön gruselig wirkt der Raum gerade auf die neun Auszubildenden, die sich mutig auf dieses Szenario eingelassen haben. Ihre Aufgabe: In diesem inszenierten „Escape Room“ sind sie als Team die Überbleibsel der Menschheit.

Sie sollen mithilfe von komplizierten Rätseln und komplexen Aufgaben die Welt retten.

Eine Stunde Zeit bleibt ihnen, um den Code zu knacken, der die Tür, die gerade hinter ihnen ins Schloss fiel, wieder öffnet und sie aus ihrem Gefängnis befreit. Die Uhr tickt. Jetzt heißt es, sich zu organisieren.

Die neun kennen sich eigentlich nicht. Sie alle befinden sich in der Ausbildung zur Pflegefachkraft in

der Pflegeeinrichtung Marienkloster in Dremmen, kommen aber aus unterschiedlichen Ausbildungsjahrgängen und hatten kaum Kontakt miteinander.

„Wir hatten vorher nur ein gemeinsames Azubi-Treffen mit allen Auszubildenden“, so Ute Timm, Einrichtungsleiterin des Marienklosters. „Da setzen sich dann die Leute zusammen an einen Tisch, die sich eh schon kennen. Zu weiteren Kontakten untereinander kommt es in der Regel nicht.“ Ruhig sei dieses Treffen gewesen, meint Ute Timm.

Und jetzt? Entspannt sieht hier im Escape Room, der übrigens die umgestaltete Kantine der Einrichtung ist, gerade niemand aus, sondern aufgeregt und, nun ja, eher angespannt. Denn gerade hat die „Professorin“ von außerhalb des Raums die erste Aufgabe gestellt. Sieben Stationen wollen bespielt sein. An jeder ein Rätsel, eine Aufgabe, die zu einer weiteren führt.

Will man dem Raum entkommen, heißt es gedanklich Gas zu geben. Eine Stunde kann kurz sein. Und man sollte sich gut organisieren. Nicht ganz einfach, wenn man sich kaum kennt. Dean und Julia haben sich schnell an die Mystik des Raums gewöhnt und konzentrieren sich voll auf den Inhalt der Aufgabe. Ablenken lassen sie sich nicht mehr.

Auch die anderen Gruppenmitglieder tauchen jetzt in die Story ein. Lückentexte müssen ergänzt, Zahlenkombinationen erraten werden. Mittels Schwarzlicht lässt sich der Code auf der Unterseite eines Koffers knacken. In Nullkommanichts sind alle neun Azubis im Thema, ziehen an einem Strang, arbeiten zusammen. Jeder redet mit, gibt Input, ergänzt, korrigiert – die Spannung steigt. Werden sie es schaffen?

Wer macht was? Wie organisieren wir uns?

Fragen, die im Escape Room schnell geklärt und gezielt angegangen werden müssen, will man entkommen. Je besser die Zusammenarbeit, desto schneller gelingt die „Flucht“. Einzelkämpfer können hier nicht punkten: Die Vielfalt der Aufgaben erfordert unterschiedliche Fähigkeiten, ein Einzelner ist dabei recht chancenlos.

Dass jeder Mitspieler spezifische Kompetenzen mitbringt, die dann in der Summe zum Erfolg führen, ist eine Erkenntnis dieser Teambuilding-Maßnahme der DAK-Gesundheit. Darüber hinaus aber können Rätsel und Setting eines solchen Events, das im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements stattfindet, auf die Themen Bewegung, Ernährung oder Entspannung ausgerichtet sein, sind also individualisierbar.

„Im Marienkloster stand inhaltlich die Stressprävention im Vordergrund“, so Rainer Koenen, Firmenkundenberater der DAK-Gesundheit. „Aus diesem Format haben die Azubis inhaltlich vieles mitgenommen, mehr, als hätten wir dort einen einstündigen Vortrag zum Thema präsentiert.“

„Der Escape Room hat die einzelnen Spieler zu einem Team gemacht“, ergänzt Ute Timm. „Klar sind die angehenden Pflegekräfte zuerst sehr skeptisch gewesen, besonders als sie hörten, sie müssten Aufgaben gemeinsam lösen.“ Die Resonanz aber sei eindeutig positiv: Spaß und Spannung pur!

Sigrid Rahlfes



Mehr
Informationen

Neugierig geworden? Sprechen Sie uns gerne an. Sie erreichen unsere Fachexperten unter **DAK BGM-Hotline 040 325 325 720** zum Ortstarif

+ Zusatzwissen

Weitere DAK-Angebote für Ihre Azubis

Carrera-Bike Lust auf eine Challenge? Je zwei Teilnehmer radeln auf einem Sportfahrrad und treiben damit ein Modellauto auf einer Carrera-Rennbahn an. Je schneller man radelt, um so rasanter fährt der Sportwagen.

Prüfungsvorbereitung Wer kurz vor einer Prüfung steht, ist meist sehr im Stress. Hier lernt man Entspannungstechniken und trainiert seine Konzentration. Tschüss, Denkblockaden!

ICAROS Hier ist der Name Programm: Mittels einer Segelfliegeraufhängung und ausgestattet mit einer Virtual-Reality-Brille schwebt man durch eine animierte Spielwelt und bewältigt verschiedene Spielsituationen. Der Rücken wird trainiert, ebenso wie Balance und Beweglichkeit.

Rauschbrille Wer genau wissen möchte, wie sich eine Blutalkoholkonzentration von 1,3 Promille anfühlt, der kann dies austesten: Die „Rauschbrille“ simuliert diesen Zustand. Jetzt geht es darum, einen Parcours zu absolvieren, der im Grunde genommen nur Alltagshandlungen widerspiegelt. Ein irres Gefühl.

Twall Schnelle Hände gefragt! Auf einer Reaktionswand leuchten verschiedene Felder auf. Durch das schnelle Drücken dieser Felder werden Töne erzeugt. Ein Eye- und Earcatcher, der das Reaktionsvermögen stärkt.

Gemeinsam topfit

Die REWE Group und die DAK-Gesundheit präsentieren ein Konzept, um langfristige Gesundheitsförderung in allen Sparten und Märkten der Unternehmensgruppe zu installieren. „Gemeinsam.topfit“ ist ein Beispiel für gelungene Digitalisierung

Ein Quantensprung im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM), freut sich Dr. Daniela Büchel, Bereichsvorstand für die Bereiche Human Resources und Nachhaltigkeit bei der REWE Group, über das Vorhaben mit der DAK-Gesundheit. Für die Kasse zählt es zu den größten BGM-Projekten der letzten Jahre. Über ein REWE Group-exklusives Online-Portal bringt „Gemeinsam.topfit“ Gesundheitswissen zu den Beschäftigten. Außerdem werden bis zum Jahr 2020 insgesamt 9.000 Führungskräfte und Mitarbeiter als Multiplikatoren ausgebildet. Ihre Aufgabe ist es, sich für einen gelebten Umgang mit dem Angebot einzusetzen.

Maßgeschneidertes BGM

Schulungen, Gesundheitstage – solche im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gängigen Maßnahmen eignen sich für einen dezentralen Großkonzern wie die REWE Group nur sehr begrenzt. Ihre rund 250.000 Beschäftigten verteilen sich deutschlandweit auf oft sehr kleine Organisationseinheiten. Mit „Gemeinsam.topfit“ wird künftig ihnen allen zeit- und ortsunabhängig ein maßgeschneidertes Gesundheitsprogramm zur Verfügung stehen. Die Digitalisierung erweist sich dabei als gutes Instrument, um BGM in die Fläche zu bringen. Das innovative Projekt stärke wichtige Säulen der Mitarbeiterbindung,

betont Dr. Daniela Büchel: Gesundheit, Zufriedenheit sowie Vereinbarkeit von Arbeit und Familie. „Gerade angesichts des demografischen Wandels haben wir das stets im Blick.“ Auch Lionel Souque,

„Gemeinsam.topfit‘ lässt sich wunderbar in die Freizeit einbinden.“

Vorstandsvorsitzender der REWE Group, und Dr. Hajo Hessabi, der stellvertretende Vorsitzende des Vorstands der DAK-Gesundheit, machen sich für das Vorhaben stark. „Prävention – also Menschen gesund zu erhalten, statt Krankheit zu behandeln – hat für uns einen hohen Stellenwert“, so Hessabi.

Fitte Multiplikatoren

Das Projekt setzt auf besonders geschulte Multiplikatoren, die den Gebrauch des „Gemeinsam.topfit“-Portals und das Gesundheitsbewusstsein in ihren Teams kontinuierlich fördern. So werden sie mit Aktionen und Übungen vor Ort zum Mitmachen motivieren. Diejenigen, die zugleich Führungskräfte sind, sichern dafür die Rahmenbedingungen. Die Multiplikatoren werden in Präsenzveranstaltungen sowie via E-Learning ausgebildet; langfristig sollen an allen

Standorten der REWE Group Multiplikatoren eingesetzt werden. Zu den Inhalten der von der DAK-Gesundheit kofinanzierten Ausbildung gehören – neben der Funktionsweise des Portals – Themen wie Gesundheitskompetenz in Theorie und Praxis, Motivation, Gesprächsführung und Teambuilding. Das Portal wartet zudem mit speziellen Impulsen, Tools und Materialien für die Multiplikatoren auf.

Die Rolle des Multiplikators lässt sich auch als Antwort auf das Berufsbild des „Feelgood-Managers“ („Chief Culture Officer“, „Chief Happiness Officer“) verstehen. Dieses entwickelte sich hierzulande in Start-ups, die so den Geist und die Kultur ihrer Gründerjahre erhalten wollten. Fachkräftemangel, die steigende Bedeutung von Work-Life-Balance und eine Sensibilisierung für psychische Gesundheit haben dazu beigetragen, dass auch Unternehmen wie Lufthansa Systems, die Deutsche Investitions- und Entwicklungsgesellschaft und die Hamburger Sparkasse mit eigenen Wohlfühl-Experten arbeiten. Diese analysieren die Bedürfnisse der Belegschaft mit dem Fokus auf effizientes Arbeiten und kooperieren in Sachen BGM mit den Krankenkassen.

In Abgrenzung dazu tragen die Multiplikatoren der REWE Group das Thema Gesundheit neben ihrer sonstigen Tätigkeit in ihr Team.



Dr. Hajo Hessabi, stellvertretender Vorsitzender des Vorstands der DAK-Gesundheit, und Lionel Souque, Vorstand der REWE Group, zum Auftakt des neuen BGM-Projekts (v. li.)

Gelungene Digitalisierung

Das projekteigene Informationsportal wendet sich mit zahlreichen Tipps und Videos zu Bewegung, Entspannung und Ernährung an alle Beschäftigten der REWE Group. Basis sind neueste sportwissenschaftliche und medizinische Erkenntnisse. Über einen freiwilligen Einstiegsfragebogen bietet das Portal jedem die Möglichkeit, seine individuellen Gesundheitsziele zu verfolgen und sich über die Themen zu informieren, die für ihn interessant sind. Weitere Inhalte richten sich nach den Tätigkeitsfeldern der Unternehmensgruppe: Lebensmitteleinzelhandel, Lager, Verwaltung, Baumärkte oder Reisebüros. Eine passgenaue Ansprache

berücksichtigt beispielsweise in der Logistik den hohen Männeranteil und die kulturelle Vielfalt.

Für Nachhaltigkeit sorgt auch die attraktive, an Online-Games angelehnte Gestaltung des Portals. Das macht Lust auf die Rückenübung in der Pause und mehr: „Gemeinsam.topfit“ lässt sich auch wunderbar in die Freizeit einbinden“, so Büchel. Das Training zu Hause vor dem Fernsehbildschirm sei beispielsweise für Teilzeitbeschäftigte ideal, die vielleicht wegen der Kinder oder der Pflege von Angehörigen nicht mal eben ins Fitnessstudio können. Letztlich helfe das Projekt auch, wirtschaftliche Ziele zu erreichen: „Gesunde Mitarbeiter können unsere Kunden weiter begeistern.“

Offen für neue Projekte

„Mit der Kombination von Schulungen und Digitalisierung gehen wir im BGM einen neuen und überzeugenden Weg“, so Dr. Hajo Hessabi. „Wir wünschen ‚Gemeinsam.topfit‘, dass der Funke für mehr Gesundheit auf viele Kolleginnen und Kollegen überspringt.“ Die DAK-Gesundheit sei stets offen dafür, mit Arbeitgebern bedarfsgerechte Projekte zur Gesundheitsförderung zu erarbeiten. Der Startschuss für „Gemeinsam.topfit“ fällt im Herbst zunächst in der Sparte „Touristik“. Die Zeitpunkte für den Roll-out in die Geschäftseinheiten sind aktuell in der Abstimmung. Das Projekt wird von einer Wirksamkeitsstudie begleitet.

Annemarie Lünig

Maschinelle Beitragsabbuchung DAK-Gesundheit stellt Verfahren um

Bei der Abbuchung der Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung kommt es ab dem Beitragsmonat September 2018 zu einer Änderung im zeitlichen Ablauf des Einzugs. Grundsätzlich bucht die DAK-Gesundheit die gesamten Beiträge zur Sozialversicherung zum drittletzten Bankarbeitstag für den laufenden Monat ab. Neu: Beiträge für freiwillig Versicherte werden künftig wegen einer technischen Umstellung bei der DAK-Gesundheit erst zum 15. des Folgemonats abgebucht. Das bedeutet für Beitragsnachweise, die sowohl Beiträge für versicherungspflichtige als auch für freiwillig Versicherte enthalten, zwei unterschiedliche Abbuchungstermine.

Termine für Ihre Planung finden Sie unter www.dak.de/faelligkeitstermine



Geringverdiener Mindestlohn steigt 2019 auf 9,19 Euro

Arbeitnehmer in Deutschland sollen künftig einen höheren gesetzlichen Mindestlohn bekommen. Die Lohnuntergrenze soll in zwei Stufen Anfang 2019 von 8,84 auf 9,19 Euro und ab 2020 auf 9,35 Euro steigen. Das legte die Mindestlohnkommission Ende Juni 2018 fest. Die Bundesregierung muss die künftige Höhe des Mindestlohns noch per Verordnung umsetzen. Es ist allerdings davon auszugehen, dass sie der Empfehlung der Kommission folgt. Das Gremium aus Gewerkschaften, Arbeitgebervertretern und Wissenschaftlern prüft alle zwei Jahre die Höhe des Mindestlohns. Generell orientiert sich das Gremium dabei an der Entwicklung der Tariflöhne. Es hat allerdings einen gewissen Spielraum, da es den Mindestschutz der Arbeitnehmer, faire Wettbewerbsbedingungen und den Erhalt von Arbeitsplätzen gleichermaßen im Blick haben soll.



Minijob Checkliste

Mit Beginn der Beschäftigung hat der Arbeitgeber zu überprüfen, ob sein Arbeitnehmer versicherungspflichtig ist. Um die versicherungsrechtliche Beurteilung zu erleichtern, hat die Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände einen Fragebogen entwickelt, der von geringfügig Beschäftigten bei Beginn der Einstellung ausgefüllt und mit weiteren Nachweisen für die Betriebsprüfungen zu den Personalunterlagen gelegt werden kann. Diese Checkliste ist nur ein Anhaltspunkt für die versicherungsrechtliche Beurteilung und keinesfalls bindend.

Den Personalfragebogen finden Sie auf www.minijob-zentrale.de

Mehr Freiheit für Selbstständige

Die Bundesregierung senkt zum 1. Januar 2019 das unterstellte Mindesteinkommen für hauptberuflich Selbstständige zur Berechnung der Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge um die Hälfte und entlastet dadurch viele kleine Unternehmer erheblich

Ihr eigener Chef sein, auf eigenen Füßen stehen – für Katrin Martens war das ein Traum. Weil ihr Job als Krankenschwester parallel zur Betreuung ihrer zwei Kinder zu unflexibel war, kündigte sie und startete als mobile Fußpflegerin in die Selbstständigkeit. Keine Schichtdienste, kein Klinik-Stress und viel Zeit, wenn die Kinder aus der Schule kommen: Wann Katrin Martens arbeitet, bestimmt sie seither selbst.

Doch mehr als 300 bis 400 Euro im Monat steuert die 37-Jährige nach Abzug der Kosten nicht zum Familieneinkommen bei. Denn dass Katrin Martens trotz eines treuen Kundenkreises und zunehmender familiärer Freiheiten ihr Geschäft nicht ausweitet, hat mit ihrer Krankenversicherung zu tun: „Sobald ich mehr als 450 Euro verdiene, muss ich mich selbst versichern und das wird sofort teuer“, erklärt sie. „Da bleibe ich lieber in der Familienversicherung meines Mannes.“

Hohe Hürde für Kleinverdiener

Tatsächlich müssen gesetzlich Versicherte für den Schritt in die hauptberufliche Selbstständigkeit eine hohe Hürde nehmen: Sie werden als freiwillig versicherte Mitglieder eingestuft und müssen den Beitrag allein schultern. Einen Beitragszuschuss wie bei Arbeitnehmern gibt es nicht. Hinzu kommt:

Wenn die tatsächlichen Einnahmen einen gewissen Betrag unterschreiten, wird zur Berechnung des Kranken- und Pflegeversicherungsbeitrags ein unterstelltes Mindesteinkommen herangezogen, das 3/4 der monatlichen Bezugsgröße entspricht. Die bundesweite monatliche Bezugsgröße liegt in diesem Jahr bei 3.045 Euro. Somit liegt die gesetzlich festgelegte Grenze für das Mindesteinkommen bei 2.283,75 Euro mit einem monatlichen Beitrag zur Krankenversicherung von mindestens 353,99 Euro und zur Pflegeversicherung von mindestens 58,24 Euro.

Mindesteinkommen halbiert

Ab dem 1. Januar 2019 wird diese Regelung gelockert: Die Bundesregierung hat das unterstellte Mindesteinkommen für hauptberuflich Selbstständige halbiert und monatlich auf 3/8 der monatlichen Bezugsgröße herabgesetzt. Damit wird der Mindestbeitrag zur Kranken- und Pflegeversicherung um die Hälfte gesenkt. Gerade Selbstständige mit geringen Einnahmen werden spürbar entlastet, heißt es beim Bundesministerium für Gesundheit. Zusätzlich würden auch die Krankenkassen profitieren, weil Kosten wegfallen, die durch den Bearbeitungsaufwand für Härtefälle und Existenzgründer entstehen. Zugleich werden aber Mindereinnahmen von

etwa 800 Millionen Euro bei den Krankenkassen und von etwa 135 Millionen Euro bei den Pflegekassen erwartet.

Ein Dorn im Auge

Die hohe Mindestbezugsgröße war Politikern und Gründerverbänden seit Jahren ein Dorn im Auge – nicht zuletzt deshalb, weil viele „Solo-Selbstständige“ ihre Beiträge bei Einnahmeschwankungen nicht zahlen konnten. „Durch die Veränderungen des Arbeitsmarktes in den letzten Jahren hat sich auch die selbstständige Tätigkeit verändert. Viele Kleinunternehmerinnen und Kleinunternehmer sind daher mit dem derzeitigen Mindestbeitrag überfordert“, lautet die Begründung im Gesetzentwurf der Bundesregierung. Die Regelung sollte ursprünglich vermeiden, dass Selbstständige ihren Verdienst kleinrechnen und so das solidarisch finanzierte System der Krankenversicherung ausnutzen. Außerdem ging man in der Vergangenheit eher von Gutverdienern unter den Selbstständigen aus.

Für Katrin Martens kommt die gesetzliche Neuerung ohnehin zu spät. Inzwischen hat sie ein attraktives Angebot eines nahe gelegenen Krankenhauses für einen Teilzeitjob erhalten und angenommen. Die Selbstständigkeit ist für sie aber nicht ganz vom Tisch. „Vielleicht überlege ich es mir später ja noch. Die Freiheit habe ich ja jetzt.“ *Reinhild Haacker*



**Günstigere Beiträge
für Selbstständige:**
*Gesetzgeber senkt das unter-
stellte Mindesteinkommen*

& Kurz und kompakt

Die neue Regelung ab 1. Januar 2019:

- Bisherige monatliche Mindestbeitragsbemessungsgrundlage zur Berechnung des KV- und PV-Beitrages: $\frac{3}{4}$ der monatlichen Bezugsgröße (entspricht dem 30-fachen des 40.Teils)
- Monatliche Grundlage ab 1. Januar 2019: $\frac{3}{8}$ der monatlichen Bezugsgröße (entspricht dem 30-fachen des 80.Teils)
- Bisherige Regelungen für Härtefälle und Existenzgründer ($\frac{1}{2}$ der monatlichen Bezugsgröße) entfallen
- Erwartete Mindereinnahmen für Kranken-/und Pflegekassen: 800/135 Millionen Euro

Bei den Einkommen zeigt sich eine breite Streuung:

- Ein eher kleiner Teil erreicht hohe Einkünfte.
- Bezieher geringer und mittlerer Einkommen verdienen je Stunde weniger als entsprechende Arbeitnehmer.
- In vielen Berufen mit hoher Qualifikation kommen „Solo-Selbstständige“ oft nur auf niedrige Einkünfte. Mitunter sind sie so gering, dass sie allein kaum zum Leben ausreichen dürften.

Rückkehr garantiert

Ab Januar gilt das neue Brückenteilzeitgesetz. Wer seine Arbeitszeit reduziert, kann künftig auf eine Vollzeitstelle zurückkehren. Das soll vor allem Frauen helfen

Der Teilzeitwunsch des Angestellten an den Personalchef, über den die Süddeutsche Zeitung kürzlich berichtete, war speziell: montags ins Büro, dienstags frei, mittwochnachmittags zwei Stunden arbeiten, donnerstags Homeoffice, freitags frei. Auch nach der Verabschiedung des neuen Brückenteilzeitgesetzes wird es mit der Erfüllung dieses Wunsches wohl nichts werden. Aber es eröffnet Arbeitnehmern neue Möglichkeiten.

Recht auf Teilzeit

Schon bislang hatten Arbeitnehmer einen Rechtsanspruch auf Teilzeit, sofern sie länger als sechs Monate in der Firma arbeiten, das Unternehmen mehr als 15 Beschäftigte hat und keine betrieblichen Gründe dagegen sprechen. Nur gab es, bis auf die Eltern- und Pflegezeit, keinen Anspruch auf die Rückkehr in einen Vollzeitjob.

Das ändert sich mit dem sogenannten Brückenteilzeitgesetz. Die Regelung soll eine Brücke von der Teilzeit in die Vollzeit bauen. Ab 1. Januar 2019 haben Arbeitnehmer das Recht, ohne Angabe



von Gründen für einen Zeitraum von mindestens einem Jahr bis maximal fünf Jahre in Teilzeit zu arbeiten – und anschließend zu ihrer vorherigen Arbeitszeit zurückzukehren.

Betriebsgröße entscheidet

Auch hier gelten einige Einschränkungen. Der Betrieb muss mindestens 45 Mitarbeiter beschäftigen. Hat ein Unternehmen bis zu 200 Mitarbeiter, darf nur einer von 15 die Regelung in Anspruch nehmen. Ab 200 Mitarbeitern gibt es keine Beschränkungen mehr. Der Antragsteller muss länger als sechs Monate im Betrieb beschäftigt sein, der Antrag ist schriftlich drei Monate vor Beginn zu stellen. Abgelehnt werden darf er nur, wenn nachgewiesen werden kann, dass die Brückenteilzeit die

Arbeitsabläufe und die Sicherheit im Betrieb wesentlich beeinträchtigt und unverhältnismäßig Kosten verursachen würde.

Auch für die aktuell Teilzeitbeschäftigten, die ihre Arbeitszeit aufstocken wollen, sieht das Gesetz Erleichterungen vor. Bisher galt, dass Arbeitgeber den Wunsch der Teilzeitbeschäftigten bei der Neubesetzung einer Stelle zwar berücksichtigen müssen, ihn aus dringlichen betrieblichen Gründen aber auch ablehnen konnten. Jetzt ist eine Beweislastumkehr festgeschrieben. Der Arbeitgeber muss nachweisen, dass keine geeignete Stelle zur Verfügung steht.

Schluss mit der Teilzeitfalle

Insbesondere mehr Frauen will der Gesetzgeber durch die Neuregelung den



Brückenteilzeit:
Rückkehrrecht vereinbart

Zugang zu einer vollen Stelle ermöglichen – und damit auch einen Beitrag zur Bekämpfung des Fachkräftemangels leisten. Von den mehr als zehn Millionen Beschäftigten, die in Deutschland in Teilzeit arbeiten, sind die allermeisten Frauen, die ihre Arbeitszeit aus Rücksicht auf ihre Familie reduzieren. So arbeiten 70 Prozent der Mütter mit Kindern unter 18 Jahren in Teilzeit. Das Gesetz soll ihnen die Unsicherheit nehmen und verhindern, dass sie in der „Teilzeitfalle“ stecken bleiben. Mit dem Wissen, wieder auf eine volle Stelle zurückkehren zu können, dürfte auch bei Männern in der Familienphase die Bereitschaft steigen, in Teilzeit zu arbeiten.

Kritik aus der Wirtschaft entzündet sich vor allem wegen des erhöhten planerischen Aufwands für Unternehmen. Die

aufgrund der Arbeitszeitreduzierung nicht erfolgte Arbeitsleistung müsse anderweitig erbracht werden, entweder durch Mehrarbeit der bestehenden Belegschaft oder durch eine befristete Einstellung von neuem Personal, das nicht einfach zu finden sein dürfte. Auch sei angesichts sich schnell verändernder Märkte der lange Zeithorizont von bis zu fünf Jahren kaum zu kalkulieren. Während die Arbeitnehmer an Sicherheit gewinnen, ist die Regelung für manche Unternehmen also zunächst mit mehr Unsicherheit verbunden.

Montags ins Büro, donnerstags Homeoffice, freitags frei: Für manche ist das eine schöne Vision. Wer in Teilzeit arbeiten will, muss allerdings mit seinem Chef eine einvernehmliche Lösung über die Verteilung der Zeit finden. Daran ändert sich auch künftig nichts. *Rainer Busch*

60 Sekunden Wissen

Teilzeitarbeit in Deutschland

Rund **15,7 Millionen** Menschen arbeiteten 2017 in Teilzeit. Der Anteil der Arbeitnehmer, die in Teilzeit arbeiten, ist in den vergangenen 20 Jahren von etwa 24 Prozent auf fast **40 Prozent** gestiegen.

Fast **jede zweite** Frau arbeitet in Teilzeit, aber nur gut jeder zehnte Mann.

70 Prozent aller Mütter mit Kindern haben ihre Arbeitszeit reduziert, aber nur fünf Prozent der Väter.

Nach Zahlen des Arbeitsministeriums würden **1 Million** Beschäftigte gerne ihre Arbeitszeit reduzieren. Zugleich gibt es **1,8 Millionen** Teilzeitbeschäftigte, die gerne mehr arbeiten würden.

Die **höchsten** Frauenanteile bei Teilzeitbeschäftigung gibt es in der Finanzbranche, im Gesundheits- und Sozialwesen, in der öffentlichen Verwaltung sowie im Bereich Erziehung und Unterricht.

Die meisten Beschäftigten in Teilzeit befinden sich im Alter von **35 bis 44 Jahren**, in dem besonders viel Zeit für familienbezogene Aufgaben aufgewendet wird.

Zeitumstellung **EU-Befragung**

Am 28. Oktober ist es wieder so weit: Die Uhren werden von drei auf zwei Uhr zurückgestellt. Es beginnt die Normalzeit – die Winterzeit. Bei der im Juli gestarteten Umfrage der Europäischen Kommission für oder gegen die Sommerzeit haben sich 4,6 Millionen Menschen beteiligt. Die Entscheidung steht noch aus. Nach jüngster repräsentativer DAK-Umfrage im März 2018 sind 73 Prozent der Befragten für ein Ende der Zeitumstellung. Bei den gesundheitlichen Beschwerden wurden vor allem Schlafstörungen genannt. Vor diesem Hintergrund begrüßt die DAK-Gesundheit den Schritt der Europäischen Union als richtungsweisend und hofft auf eine Neuregelung.

Lesen Sie mehr zur Zeitumstellung in unserem fit-Online-Magazin unter www.magazin.dak.de



Arbeiten von zu Hause **Immer mehr Homeoffice**



Homeoffice verbreitet sich immer mehr: Laut einer Bitkom-Umfrage erlauben 39 Prozent der deutschen Unternehmen ihren Beschäftigten, teilweise oder permanent von zu Hause aus zu arbeiten. Das sind 9 Prozent mehr als im Vorjahr und der Trend scheint sich fort-

zusetzen. Bei der Umfrage gaben 51 Prozent der Unternehmen an, dass sie davon ausgehen, dass innerhalb der nächsten fünf bis zehn Jahre noch mehr Beschäftigte im Homeoffice arbeiten werden. Damit diese Arbeitsform zu einem sicheren und gesunden Standard werden kann, müssen dafür klare Regeln ausgehandelt werden.

Personalauswahl **Bahn verzichtet auf** **Bewerbungsschreiben**

Wer einen Job sucht, verbringt meist eine ganze Weile mit dem Schreiben von Bewerbungen. Selbst was ausdenken oder kopieren? Die Deutsche Bahn will das sogenannte Motivations-schreiben bei Bewerbungen um Ausbildungs-plätze in Zukunft abschaffen. Ab Herbst soll es möglich sein, über eine Online-Plattform lediglich Lebenslauf und Zeugnisse einzureichen. Alles, was Motivation und spezifisches Interesse am Unternehmen betrifft, soll hingegen direkt im Bewerbungsgespräch abgefragt werden. Auch andere Unternehmen verzichten bereits auf den Begleitbrief. Aus diversen Umfragen ist bekannt, dass das Anschreiben eine Hürde für Bewerber darstellt – nicht zuletzt, weil eine schnelle, mobile Bewerbung mit einem Social-Media-Profil eben daran scheitert.



DAK-Urlaubsreport

Mehrheit der Deutschen erholte sich

Die große Mehrheit der Deutschen hat in diesem Jahr die Sommerferien richtig genossen. Neun von zehn Urlaubern erholten sich gut oder sehr gut. Jeder Achte musste allerdings über das Handy erreichbar sein und konnte sich deshalb nicht richtig entspannen. Das zeigt der DAK-Urlaubsreport. Mehr als 1.000 Urlauber nahmen an der repräsentativen Umfrage teil. Sonne und Natur sowie Zeit mit der Familie waren und sind die wichtigsten Erholungsfaktoren. Die Befragung zeigt auch: In den großen Ferien sind besonders viele junge Menschen erkrankt – fast jeder Siebte von ihnen. Insgesamt hatten nur sechs Prozent der Urlauber gesundheitliche Probleme. Die meisten litten an einer Erkältung (41 Prozent). 31 Prozent hatten einen Unfall oder sind gestürzt, etwa jeder Siebte hatte einen Magen-Darm-Infekt.



**Bis 31.10.2018
ohne Gesundheitsfragen!**

Jetzt Zahnarztkosten bis auf 0 Euro senken!

Sie strahlen, wir zahlen

Trotz bester Zahnpflege wird es beim Zahnarzt häufig teuer. Ihre DAK-Gesundheit darf wegen gesetzlicher Vorgaben nur einen Teil übernehmen. DAK Plus Zahn mit Topschutz schützt Sie vor hohen Eigenanteilen – damit sparen Sie bares Geld!

- **Exklusiv für Sie: bis 31.10.2018 Abschluss ohne Gesundheitsfragen**
- Schutz vor hohen Zahnersatz-Rechnungen
- Ausgezeichnet von der Stiftung Warentest

Jetzt online abschließen!

Stiftung Warentest	SEHR GUT (1,1)
Finanztest	DAK Plus Zahn + ZahnTOP
	Baugleich mit EZ + EZT
	Ausgabe 05/2018 www.test.de

180V04

+++ www.dak.de/zusatz-zahn +++

Kooperationspartner DAK Zusatzschutz

HanseMerkur
Versicherungsgruppe



Fragen beantwortet Ihnen gerne die

HanseMerkur Hotline
040 4119-2999

Montag bis Freitag von 8.00 bis 20.00 Uhr

**Gute Ideen im
Betrieblichen Gesundheits-
management werden belohnt**



Von Siegern lernen

Viele innovative Ansätze im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM): 350 Bewerbungen nach bislang vier Jahren Deutscher BGM-Förderpreis. Wer BGM neu denken möchte, kann sich von den Siegern des Wettbewerbs manches abschauen

Arbeit kann beflügeln, aus den unterschiedlichsten Gründen aber auch belasten und sogar krank machen. Verdichtung und Beschleunigung schreiten stetig fort, in vielen Bereichen herrschen starker Termin- und Leistungsdruck. Insbesondere psychische Leiden können dadurch begünstigt werden. Damit Beschäftigte dennoch gesund und leistungsfähig bleiben, werden im Betrieblichen Gesundheitsmanagement immer wieder neue Ansätze ent-

wickelt. „Die Möglichkeiten für innovative und nachhaltige Projekte sind schier unerschöpflich“, weiß Sebastian Eckert, BGM-Experte bei der DAK-Gesundheit. „Je nach Unternehmen ergeben sich andere Ausgangslagen, auf die das BGM eingehen kann, um die Gesundheit der Beschäftigten zu sichern und zu fördern.“

Wechselnde Schwerpunkte

Eckert kann aus dem Stand von Dutzenden von Vorzeige-Projekten berichten,

und das aus gutem Grund: Seit 2015 findet jährlich ein Ideenwettbewerb statt, mit dem die DAK-Gesundheit und die Kommunikationsberatung MCC sich für gesundes Arbeiten starkmachen. Jedes Jahr gibt es einen inhaltlichen Schwerpunkt. „Die demografische Entwicklung war dabei ebenso schon Thema wie personelle Vielfalt – zwei von vielen Herausforderungen, die die moderne Arbeitswelt mit sich bringt“, sagt Eckert. „Wir verstehen unseren BGM-Förderpreis als Ansporn für Unternehmen, die bei der betrieblichen Gesundheitsförderung neue Wege gehen und sich kreativ und nachhaltig engagieren“, formulierte es DAK-Vorstand Andreas Storm bei der letztjährigen Preisverleihung. Für 2018 ist die Bewerbungsphase bereits abgeschlossen (siehe Kasten).

Preisverdächtige Projekte

Zu den Preisträgern der vergangenen Jahre, die Eckert besonders im Kopf geblieben sind, zählt beispielsweise der kommunale Abfallwirtschaftsbetrieb München: „Das Unternehmen hatte sich vorgenommen, mehr für die in der Belegschaft mit 13 Prozent stark unterrepräsentierten Frauen zu tun.“ Das

„Forum Frauenpower“ wurde entwickelt, eine Plattform für den Austausch zu Themen wie Pflege und Beruf, Resilienz oder sexuelle Belästigung. Das detailliert ausgearbeitete Vorhaben für die multikulturelle Belegschaft überzeugte die Jury aus Vertretern von Politik, Wissenschaft und Arbeitgebern: „Wenn wie hier die Beschäftigten aktiv an der Ausgestaltung ihres Arbeitsumfelds mitwirken können, ist das ein großer Pluspunkt“, betont Sebastian Eckert.

BGM in allen Branchen

350 Bewerbungen für den BGM-Förderpreis sind seit 2015 eingegangen, die laufende Runde des Wettbewerbs nicht eingerechnet. Dabei sind die unterschiedlichsten Branchen vertreten. 2015 stand ein Spezialunternehmen für Lacke auf dem Siegertreppchen: Die BASF Coatings GmbH aus Münster wurde für ihr Konzept zur Förderung der Gesundheit älterer Beschäftigter prämiert. Dabei ging es darum, erfahrene Fachkräfte lange im Job zu halten. Fünf Unternehmen aus dem Kinzigtal in Baden-Württemberg gelang im selben Jahr der Beweis, dass Gesundheits-

förderung auch für kleine und mittelständische Unternehmen möglich ist. Sie bündelten ihre personellen und finanziellen Ressourcen zu einem Netzwerk, um ihren Angestellten sinnvolle Angebote zur Gesundheitsförderung machen zu können.

Maßnahmen kombiniert

„Kombiniert ein Teilnehmer mehrere Maßnahmen, sowohl auf organisatorischer Ebene als auch im Bereich der individuellen Verhaltensänderung, fällt das besonders positiv auf“, so Eckert. In diesem Sinne hatten auch mehrere Teilnehmer aus dem Klinik- und Pflegebereich einen starken Auftritt. Eine diakonische Stiftung für Menschen mit Behinderungen, der „Wittekindshof“ aus Bad Oeynhausen, siegte 2016 ebenso wie im Folgejahr die Uniklinik Hamburg-Eppendorf (UKE). „Der ‚Wittekindshof‘ hat zum Schwerpunkt Diversität ein hervorragendes Pausenkonzept für sein vielfältiges Team entwickelt“, erinnert sich Eckert. Das UKE bestach mit seinem Ansatz für einen patienten- und mitarbeiterfreundlicheren Umgang mit dem Thema Schichtdienst.

Annemarie Lünig

+ Gesunde Psyche im Fokus: BGM-Förderpreis 2018

Die DAK-Gesundheit und die Kommunikationsberatung MCC haben auch 2018 wieder den Deutschen BGM-Förderpreis ausgeschrieben. Die Bewerbungsphase ist bereits abgeschlossen.

Der BGM-Förderpreis geht seit 2015 jährlich an Institutionen, Unternehmen und Dienstleister, die innovative und nachhaltige Projekte im Betrieblichen Gesundheitsmanagement planen. Diesjähriger Schwerpunkt ist die Frage, wie Unternehmen

in der „Arbeitswelt 4.0“ die psychische Gesundheit ihrer Beschäftigten fördern. Die Preisträger werden im Rahmen des Kongresses „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ am 16. Oktober 2018 in Bonn verkündet. Sie erhalten Sachleistungen im Gesamtwert von 60.000 Euro, die sie bei ihren Vorhaben unterstützen.

Nach der Preisverleihung erfahren Sie mehr über die Sieger unter:
www.dak.de/bgm

Ab Frühjahr 2019 können Sie sich zu einem neuen Schwerpunktthema, über das wir rechtzeitig informieren, mit eigenen Vorhaben für den Deutschen BGM-Förderpreis bewerben.



DEUTSCHER | BGM | FÖRDERPREIS

Punkten Sie bei Ihren Mitarbeitern

Mit der DAK-Gesundheit können Sie jetzt Bonuspunkte sammeln: Nutzen Sie unser neues Angebot, um Ihre Mitarbeiter zu motivieren oder mit einer Spende wohltätige Einrichtungen zu unterstützen

Sie haben sich schon lange einmal vorgenommen, Ihren Mitarbeitern danke zu sagen für deren tolle Arbeitsleistung, deren Einsatz und die gute Zusammenarbeit im Team. Der richtige Zeitpunkt und eine passende Idee, wie Sie Ihren Beschäftigten im turbulenten Arbeitsalltag eine Freude machen können, sind bislang immer auf der Strecke geblieben? Ein Kaffeeautomat oder eine Spende für eine gute Sache, mit dem sich Ihr Unternehmen identifizieren kann, wäre eine Idee. Denn: Kleine Aufmerksamkeiten verbinden und stärken das Gemeinschaftsgefühl.

Bonuspunkte sammeln

Mit unserem neuen Angebot „Firmen werben Kunden“ können Sie sich jetzt Ihre Wünsche erfüllen: Für jedes gewonnene neue DAK-Mitglied sammeln Sie Bonuspunkte. Empfehlen Sie die

DAK-Gesundheit weiter und für jeden DAK-Neukundengewinn gibt es 25 Prämienpunkte im Wert von 25 Euro, die auf einem Punktekonto gesammelt und auf vielfältige Art eingelöst werden können.

Vorteile sichern und Gutes tun

Wir haben für Sie die Ideen weiterentwickelt. So können Sie beispielsweise mit einer Geldspende UNICEF, WWF, Plan International, Greenpeace oder andere gemeinnützige Organisationen unterstützen, aber auch regionale Partner wie den örtlichen Kindergarten, die freiwillige Feuerwehr, den Sportverein oder die Kinderkrebstation. Etwas Gutes zu tun für einen guten Zweck stärkt Ihr soziales Engagement im Unternehmen, ohne einen Cent des eigenen Kapitals investieren zu müssen. Und selbstverständlich bekommen Sie einen Spendenbeleg für Ihr Unternehmen.

Aber auch Prämien für die eigenen Mitarbeiter oder Kunden stehen in unserem neuen Angebot zur Auswahl. Von der Einrichtung einer Spielecke im Wartebereich bis hin zum gemeinschaftlichen Event, dem Betriebsausflug oder der Firmenfeier: Für jeden dürfte etwas Passendes dabei sein.

Eine Empfehlung wert

Wir sind wiederholt als „Beste Krankenkasse für Familien“ ausgezeichnet worden. Die Leistungen der DAK-Gesundheit liegen über dem Durchschnitt aller Krankenkassen. Dies bestätigt der aktuelle Krankenkassenvergleich von FOCUS-MONEY in seiner Ausgabe 07/2018 mit der Note „ausgezeichnet“. Auch das Deutsche Finanz-Service Institut (DFSI) und FOCUS-MONEY (Heft 21/2018) kommen im großen GKV-Guide zu diesem Ergebnis.

Auch im Hinblick auf die jüngere Generation hat die DAK-Gesundheit die Tester überzeugt. In dieser Kategorie wurden wir als beste Krankenkasse für junge Leute bewertet. Den Test können Sie auch unter www.dfg-institut.de nachlesen. *Karsten Krötzsch*



**Firmen werben Kunden
und werden von der
DAK-Gesundheit belohnt**



Lesen Sie mehr zum Programm mit seinen Prämien unter www.dak-firmenwerbenkunden.de

Win-win mit Sinn!

Jetzt anmelden bei

www.dak-firmenwerbenkunden.de

+Punkte sammeln, Vorteile sichern und Gutes tun:

Gibt es soziale oder karitative Projekte, die Sie mit Ihrer Firma unterstützen möchten? Den Kindergarten nebenan oder eher eine der vielen überregional tätigen Organisationen?

Wünschen sich Ihre Mitarbeiter eine neue Espressomaschine? Oder möchten Sie gerne mal wieder für die nächste Grillfeier mit den Kollegen einkaufen?

Viele Fragen, die Geld kosten. Eine richtig gute Antwort, die bares Geld wert ist:

Empfehlen Sie die DAK-Gesundheit in Ihrem Unternehmen weiter – für jeden Ihrer Mitarbeiter, der Kunde der DAK-Gesundheit wird, schreiben wir Ihrer Firma +Punkte im Wert von 25 Euro gut. Mit jedem neuen Kunden wächst Ihr +Punkte-Konto.

Und Sie entscheiden ganz individuell, wie das Geld eingesetzt oder gegen welche Sachprämie es eingetauscht werden soll.

Apropos „Win-win mit Sinn“: Nicht nur Ihr Unternehmen profitiert, sondern auch Ihre Mitarbeiter. Sie genießen vom ersten Tag an die Leistungen einer ausgezeichneten Krankenkasse.*

Also jetzt anmelden auf dak-firmenwerbenkunden.de






250€





Björn Schulz
Für eine Zeit voller Leben





Kaffeefüllautomat mit Milchaufschäumer und 2-Tassen-System für köstlichen Cappuccino oder Latte macchiato.



DAK

Gesundheit

Ein Leben lang.

Gesundheit hilft sparen

Mit drei ausgezeichneten DAK-Tarifen können Sie sich und Ihre Mitarbeiter für ein gesundheitsbewusstes Verhalten belohnen



Sie sind gesund und achten darauf, dass es auch so bleibt? Arztbesuche wegen Krankheit kennen Sie deshalb eigentlich nicht! Wir haben Ihnen

drei besondere Tarife herausgesucht, die Sie und Ihre Mitarbeiter anregen, mehr für Ihre Gesundheit zu tun. Sie profitieren von einem gesundheitsbe-

wussten Verhalten und sparen gleichzeitig bares Geld. Die DAK-Wahltarife setzen voraus, dass bestimmte Leistungen gar nicht in Anspruch genommen

DAK Fit & Travel

Sie oder Ihre Mitarbeiter sind jung und reisen gerne, sind bei uns selber versichert oder entscheiden sich in Zukunft für die DAK-Gesundheit. Dann können Sie dieses Rundum-sorglos-Paket kostenlos ab Beginn Ihrer Mitgliedschaft nutzen. Das wichtigste in Kürze:

- Bis zu 240 Euro Zuschuss in drei Jahren für
 - Sportverein oder Fitnessclub
 - Yoga- und Pilateskurse
 - Fitness-Tracker und Thera-Bänder
 - Professionelle Zahnreinigung
- Bis zu 300 Euro für Reiseschutzimpfungen in drei Jahren
- Dreimonats-Auslandsrankenversicherung (auch mehrmals im Jahr)
- Ein- oder Zweibettzimmer, Chefarztbehandlung und Erstattung des gesetzlichen Eigenanteils bei unfallbedingtem Krankenhausaufenthalt



Der Tarif ist ein Selbstbehalttarif. Nur wenn Sie im Krankenhaus stationär behandelt werden, beteiligen Sie sich mit 180 Euro an den Kosten.

DAK Fit & Cash

Ein Jahr lang gesund – ein Monatsbeitrag zurück:

Hört sich einfach an, ist einfach. Sie sind kerngesund, halten sich fit und achten auf Ihre Gesundheit. Wenn ein Jahr lang keine Arzt- oder anderen Gesundheitsleistungen in Anspruch genommen werden, erstatten wir Ihnen einen Monatsbeitrag (Arbeitnehmeranteil). Natürlich können Vorsorgeuntersuchungen und Präventionsmaßnahmen genutzt werden, das hat keine Auswirkungen auf Ihre Prämie.



DAK Garantietarif

Wir sagen Ihnen, was Sie garantiert pro Jahr bekommen, und Sie sagen uns, was Sie bezahlen möchten, wenn Sie ärztliche Leistungen in Anspruch nehmen. Wenn ein Selbstbehalt anfällt, wird er mit der Prämie verrechnet. Auch hier werden Vorsorgeuntersuchungen und Präventionsmaßnahmen nicht berechnet. Hier die Staffelung:



Einkommensgrenze (brutto)	Garantieprämie	Selbstbehalt	Maximaler Eigenaufwand
Unabhängig	60 €	120 €	60 €
Ab 2.000 Euro pro Monat	160 €	300 €	140 €
Ab 3.500 Euro pro Monat	300 €	500 €	200 €
Ab BBG*	600 €	1.200 €	600 €

* BBG (Beitragsbemessungsgrenze) 2018: 4.425 Euro monatlich.

oder bis zu einem bestimmten Betrag selbst bezahlt werden. Ausgenommen davon sind Vorsorgeuntersuchungen und Präventionsmaßnahmen. Durch die Nichtinanspruchnahme reduziert sich der jährliche Arbeitnehmeranteil zum Krankenversicherungsbeitrag. Ihr Vorteil: Gesunde Arbeitnehmer sind seltener krank.

Außerdem können die Tarifteilnehmer auch unsere Bonusprogramme nutzen und darüber zusätzlich Geld zurückbekommen. *Rainer Koenen*

Haben Sie oder Ihre Mitarbeiter Interesse? Wir beraten Sie gerne individuell. Rufen Sie uns an unter **040 325 325 555** oder schreiben Sie uns eine E-Mail an vertrieb@dak.de

Neues DAK-Angebot:

*Mit Seminar und App
gegen Computerspiel-
und Online-Sucht*



Felix und Emma retten die Zukunft

Mit der App „Die Retter der Zukunft“ sensibilisiert die DAK-Gesundheit junge Arbeitnehmer und Azubis für das Thema Computerspiel- und Online-Sucht. Das kommt Ihnen paradox vor? Stimmt – doch dahinter steckt eine fundierte Methode

Wie stellen Unternehmen die Weichen für ein gesundes Arbeitsleben? Was gehört zu einem zeitgemäßen Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)? Auf diese für den neuen Azubijahrgang hochaktuellen Fragen hat die DAK-Gesundheit eine besondere Antwort gefunden: ein Seminarprogramm zur Medienkompetenz mit einer Spiele-App als Highlight. Tatsächlich wirkt sich ein problematischer Umgang mit Medien nicht nur im Privaten aus: Auch bei der Arbeit können mehr Fehlzeiten, Proble-

me mit Aufmerksamkeit und Konzentration gerade bei jungen Mitarbeitern die Folge sein. Einer Umfrage der Technischen Universität München (TUM) für die DAK-Gesundheit zufolge hat das Thema Online-Sucht für rund 60 Prozent der befragten Unternehmen Relevanz. Die Weltgesundheitsorganisation stufte die Computerspiel- und Online-Sucht vor Kurzem als Krankheit ein, die Bundesdrogenbeauftragte Marlene Mortler fordert „neue Wege der Prävention und Behandlung“.

Paradoxe Intervention

Felix ist ein normaler Teenager und eine der beiden Hauptfiguren in „Die Retter der Zukunft“. In letzter Zeit hat er es mit dem Spielen etwas übertrieben. Auf seinem Fernseher flimmert ständig ein Highscore und seine Gitarre hatte er schon länger nicht mehr in der Hand. Eines Tages bekommt Felix Besuch aus der Zukunft: von Emma, die ihn auf eine wichtige Mission schickt.

Ausgerechnet mit einem Computerspiel für mehr Medienkompetenz sorgen zu wollen – auf den ersten Blick wirkt das befremdlich. Tatsächlich hat sich das Prinzip der Paradoxen Intervention in der Psychotherapie aber bewährt. „Mit Verboten und erhobenem Zeigefinger erreicht man wenig. Wir leisten Prävention auf Augenhöhe und holen junge Menschen wirklich ab“, erläutert die DAK-Expertin für BGM Sabine Winterstein. „Die Retter der Zukunft“ ist ein „Serious Game“. Bei dieser Spielform werden ernste Inhalte attraktiv verpackt, von der Englischvokabel bis zum Gedächtnistraining. „Das ist wie bei der Schluckimpfung: Die eigentliche Medizin wird versüßt.“

Erfolgreicher Praxistest

Steven (18) ist seit 2017 angehender Einzelhandelskaufmann in einem REWE-

Markt in Rheinland-Pfalz. Er hat „Die Retter der Zukunft“ auf Empfehlung seines Seminarleiters getestet. Nach vier Tagen, an denen er immer mal wieder „ein Stündchen oder auch mal nur dreißig Minuten“ gespielt hat, waren Felix und Emma am Ziel. Das Spiel mit seiner ausgeklügelten Story und vielen popkulturellen Anspielungen hat Steven gut gefallen. „Sehr vielseitig“ sei es, besonders durch kleine „Spiele im Spiel“, angelehnt an klassische Videospiele wie Pac-Man. In einem der Spielchen galt es etwa zu beweisen, wie gut man priorisieren kann: Steven musste immer neu aufpoppende Nachrichten („Schau mal, das süße Kätzchen!“, „Was geht morgen?“) wegstreichen, um zu einer wichtigen Botschaft zu gelangen.

Nebenbei hat sich Steven bei „Die Retter der Zukunft“ quasi eine digitale Broschüre für mehr Medienkompetenz erspielt: Für gemeisterte Aufgaben gab es kurze Infotexte. Braucht er die Tipps? Seiner Meinung nach eher nicht: „Ich spiele maximal zwei bis drei Stunden am Tag.“ In der Schulzeit sei mehr Zeit draufgegangen, gerade an den Wochenenden. Seine Mutter, bei der er lebt, hat das toleriert: „Hauptsache, meine Leistungen in der Schule haben gepasst.“

Nicht ohne Seminar

„Die Retter der Zukunft“ kann kostenfrei in den App Stores von Android und Apple heruntergeladen werden. Den vollen Nutzen bietet das Spiel zusammen mit dem begleitenden Seminarprogramm für Firmenkunden, das nach Zielgruppen differenziert: Azubis, Führungskräften und Multiplikatoren wie BGM-Beauftragten und Personalleitern. Derzeit wird mit einer Wirksamkeitsstudie ermittelt, wie die App als Präventionsleistung wirkt.

„Die Retter der Zukunft“ ist von Medien- und Suchtexperten geprüft und für gut befunden worden; suchtfördernde

Elemente seien nicht vorhanden. „Ich halte es für konsequent und vielversprechend, mit einem mobilen Serious Game für einen Innovationsschub im BGM zu sorgen“, sagt Professor Volker Nürnberg, der an der TUM lehrt und das Projekt von Beginn an unterstützt hat. In einer Paradoxen Intervention sieht er „gerade im Bereich Medienkompetenz viel Potenzial“.

69 Prozent von knapp über hundert 16- bis 24-jährigen Testern gaben an, die App habe sie angeregt, über ihr Spielverhalten nachzudenken. Die DAK-Gesundheit hat die exzessive Nutzung von Computerspielen und Social-Media-Angeboten bereits vor Jahren als Problem identifiziert. Zusammen mit Professor Rainer Thomasius, dem Leiter des Deutschen Zentrums für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, hat sie die unterschiedlichen Aspekte des Themas wissenschaftlich untersucht.

Annemarie Lünig



Mehr
Informationen

Einen Trailer für „Die Retter der Zukunft“ können Sie sich ansehen unter:

<https://youtu.be/7ui2wjJRLyg>

Sie möchten das Paket aus Seminar, App und weiteren Kommunikationshilfen oder auch nur das Seminar in Ihrem Unternehmen einsetzen?

Unser Mitarbeiter Gerrit Rohde hilft Ihnen gerne weiter:

gerrit.rohde@dak.de,
Tel.: 040 2396 2446.

Über unsere Studien zur Computerspiel- und Social-Media-Sucht, Symptome und Wege aus der Abhängigkeit informieren wir Sie unter:

www.dak.de/internetsucht





Die DAK-Gesundheit unterstützt die nachhaltige Kompensation von Treibhausgasen

GOGREEN

Die DAK-Gesundheit liefert klimafreundlich und umweltbewusst

Klimaneutraler Versand mit der Deutschen Post

DAK Arbeitgeber-Hotline
040 325 325 810*

*24 Stunden an 365 Tagen, zum Ortstarif

Die neue DAK App.

BONUSPROGRAMM

**AKTUELLE
GESUNDHEITSTIPPS**

**DOKUMENTEN-
VERWALTUNG UND
-VERSAND**

24/7 ERREICHBARKEIT



**DIE NEUE
INNOVATIVE
GESUNDHEITS-
AKTE FÜR Z. B.:**

- Arztbefunde
- Impfpass
- Medikamentenplan
- und vieles mehr

Sicher, persönlich, mobil.

Von Arztberichten über Services bis Fitness: Mit der neuen DAK App haben Sie Ihr digitales Servicezentrum und Ihre Gesundheitsdaten immer dabei. Nur für Sie einsehbar! Dazu können Sie viel „Papierkram“ einfach digital erledigen – mit schnellem Kontakt zu uns.

Mehr unter www.dak.de/dak-app oder gleich gratis herunterladen!



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.