

Das Magazin für Unternehmen und Selbstständige ●

praxis + recht

Kompetente Beratung **DAK Business Consulting**

Was Sie erwartet:

Gesundheitsangebote für Ihren Betrieb

- Unterstützung beim Aufbau zum BGM
- Ausbildung zum Betrieblichen Gesundheitsmanager
- Qualifizierung Ihrer Führungskräfte

Gesundheitsaktionen für Ihre Mitarbeiter

- Arbeitsplatzprogramme
- Teambildungsmaßnahmen
- Seminare zur Medienkompetenz

Neu: Webinare

- Beitragsrecht
- Versicherungsrecht
- Meldungen und Entsendungen

Pflegeberatung

- Vereinbarkeit von Pflege, Familie und Beruf
- Hilfreiche Online-Angebote wie Pflegelotse
- Praxisorientierter Pflegekurs

Beschäftigung ausländischer Mitarbeiter

- Fachkräfte binden
- Optimierte Abwicklungsprozesse über die DAK-Gesundheit
- Infos und Hotline in verschiedenen Sprachen



Arbeitgeber-Service nach Maß

Informationen aus der Praxis, Aktuelles rund ums Thema Sozialversicherung und dazu jede Menge Tipps für Ihre täglichen Aufgaben als engagierter Arbeitgeber.

Mit unserem Arbeitgeber-Service halten wir Sie nicht nur auf dem Laufenden, sondern leisten auch wertvolle Unterstützung mit kompetenten Ansprechpartnern, die telefonisch oder persönlich gerne für Sie da sind. Übrigens auf Wunsch auch mit einer fremdsprachigen Beratung, sowie mit vielen wertvollen Werbemitteln und informativen Broschüren.

Mitarbeitergesundheit

Gesund bleiben und im Falle eines Falles schnell gesund werden: Für Ihre Mitarbeiter und natürlich auch für Sie als Arbeitgeber – sind das die entscheidenden Ziele.

Mit Präventionsmaßnahmen, Gesundheitsaktionen und vielseitigen BGF-Modulen bei Ihnen vor Ort im Unternehmen tragen wir gerne unseren Teil zum Erreichen dieser Ziele bei.

Leistungen für Ihre Mitarbeiter

Auf die Leistung kommt es an. Das gilt auch und gerade bei der Wahl der Krankenkasse. Keine Frage, dass wir hier für Ihre Mitarbeiter eine ganze Menge zu bieten haben.

Egal ob es um die Behandlungen beim Arzt geht, um besondere Zusatzleistungen oder um kompetente Beratung – wir setzen die Maßstäbe. Und bieten dazu auch individuelle Tarife und Bonusprogramme, bei denen sich eine gesunde Lebensweise buchstäblich bezahlt macht.

Das Magazin für Unternehmen und Selbstständige ●

praxis + recht

Pluspunkte für Arbeitgeber

Profitieren Sie von unserer
Stärke und Ihrem individuellen
Gesundheits- und Servicepaket

Seele im Streik:

Schnelle Unterstützung bei psychischen Erkrankungen

Gesundheit digital:

Viele praktische Tools im Netz

Beruf und Pflege:

Hilfe anbieten und Mitarbeiter entlasten



DAK BUSINESS
CONSULTING

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.



Alle sind gut drauf



2

Der **OUR PLANET CRUCERO** 3-in-1-Funktionsparka für Herren besteht aus einer wasserdichten, atmungsaktiven und winddichten Außenjacke und einer warmen Innenjacke.



1

Der **LOWA RENEGADE GTX MID** mit innovativer Sohlenkonstruktion bietet einen optimalen Gehkomfort und eine durchgehend homogene Dämpfung.

3

JACK WOLFSKIN RICHMOND Mantel für Damen mit hoher Atmungsaktivität und winddichtem, wasserabweisendem sowie besonders glattem Gewebe.



McTrek Outdoor Sports – Prämien für alle!

Für jedes neue Mitglied gibt es einen 25-Euro-Gutschein von **McTrek Outdoor Sports**, dem Fachhändler für Ihre sportlichen Aktivitäten in der Natur. Ob für den Kletter- oder Bergsport, für Fahrradtouren, Radsport, Ski- oder Wassersport, fürs Wandern, Trekking, Trail Running oder Nordic Walking sowie auch für den Campingausflug – unter www.McTrek.de oder in einer der über 40 McTrek Filialen finden Sie unter 20.000 Produkten von mehr als 260 Top-Outdoormarken mit Sicherheit das Passende für sich.

Auch im Job läuft's vorbildlich!

Wer sich mit den Kollegen auch privat gut versteht, hat gut lachen: weniger Stress im Job, bessere Performance, mehr Spaß. Es lebt sich einfach gesünder. Und mit der DAK-Gesundheit im Rücken wird das Bild vom starken Team für alle richtig rund. Also: Seien Sie der Auslöser für den Wechsel in eine bessere Absicherung. Noch ein Vorteil: Das nächste „Selfie“ zeigt Sie im neuen Outfit von **McTrek**.

Mit dem richtigen Klick zur Prämie:

www.dak-kundenwerben.de



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.



Andreas Storm

Vorsitzender des Vorstandes der DAK-Gesundheit

DAK Business Consulting

Gebündelte Kompetenz

Eine der größten Herausforderungen der deutschen Wirtschaft ist der branchenübergreifende Fachkräftemangel. Für Unternehmen wird es zudem immer schwieriger, offene Ausbildungsplätze zu besetzen. Mit attraktiven und innovativen Angeboten können Sie bei Ihren Arbeitnehmern punkten. Die DAK-Gesundheit ist Ihr kompetenter Partner. Mit unseren Pluspunkten im neuen DAK Business Consulting unterstützen wir Sie dabei, Mitarbeiter zu gewinnen, zu halten und zu motivieren.

Lesen Sie auf den folgenden Seiten, was wir Ihnen 2019 bieten, und lassen Sie sich Ihr individuelles Service- und Gesundheitspaket zusammenstellen.

Mit dem Versichertenentlastungsgesetz wird der Beitrag zur gesetzlichen Krankenversicherung ab 1. Januar wieder zu gleichen Teilen von Arbeitgeber und Arbeitnehmer finanziert. Wir begrüßen die Beitragsparität, denn sie sorgt für mehr Gerechtigkeit im deutschen Gesundheitssystem.

Für kleinere Selbstständige sieht das Gesetz zur Beitragsentlastung eine Senkung des Mindesteinkommens vor – praxis + recht berichtete in der letzten Ausgabe. Nun ist diese Grenze im Gesetzgebungsverfahren noch weiter reduziert worden und verringert den Beitrag der DAK-Gesundheit für Kleinstunternehmen deutlich.

Starten Sie mit uns auch in das neue Jahr – mit den besten Wünschen für Ihren Erfolg und Ihre Gesundheit.

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



Kompetente Beratung zu vielen Angeboten im neuen DAK Business Consulting

08 Titelgeschichte

Pluspunkte für Arbeitgeber

Was wäre ein Unternehmen ohne seine Mitarbeiter? Diese sind sein wertvollstes Kapital. Bestens ausgebildete und erfahrene Mitarbeiter sind ein Gewinn für jedes Unternehmen. In Zeiten des Fachkräftemangels und des demografischen Wandels sind gute Arbeitskräfte begehrt am Markt. Um qualifiziertes Personal zu halten und ans Unternehmen zu binden, müssen Sie als Arbeitgeber sich anstrengen – denn der Wettbewerb schläft nicht. Mit attraktiven und innovativen Angeboten machen Sie

nicht nur auf sich aufmerksam, Sie stärken auch die Motivation Ihrer Beschäftigten. Investitionen in die Gesundheit sind zum Beispiel eine Möglichkeit, Ihren Mitarbeitern Wertschätzung entgegenzubringen. Mit unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting möchten wir Sie dabei unterstützen, Ihre Attraktivität zu steigern. Lassen Sie sich Ihr individuelles Gesundheits- und Servicepaket erstellen. Vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung unter der DAK-Hotline 040 325 325 750.

arbeit & gesundheit



12

Depressionen und Burn-out: *Wie Unternehmen helfen können*

06 News

So gesund sind unsere Kinder/Innovationsfonds für DAK-Pflegeprojekt/Ärztlicher Notdienst/Erinnerungscoach

07 Impressum

12 Wenn die Seele streikt

Immer mehr Ausfalltage im Job durch psychische Probleme

14 So wird Gesundheit digital

Eine Auswahl an digitalen Angeboten der DAK-Gesundheit auf einen Blick

24 Abheben und eintauchen

Spielerisch mit einer Flugsimulation Beweglichkeit und Rücken stärken

26 Kantinen gesund fördern

Mit dem richtigen Konzept Betriebsverpflegung und Mitarbeitergesundheit verbessern

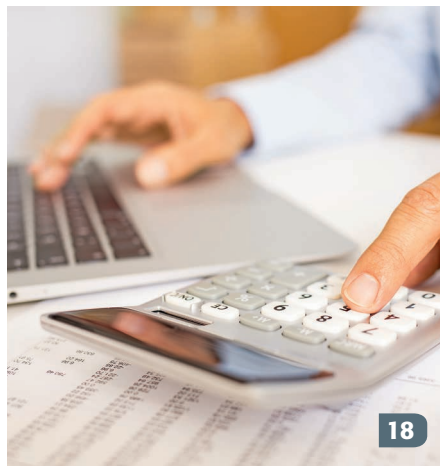
28 Stütze in der Pflege

Wie Mitarbeiter in Pflegesituationen unterstützt werden können

30 Gesund arbeiten

Auszeichnungen für innovative Projekte mit dem BGM-Förderpreis

arbeit & recht



18

Wissen, was kommt: *Das ändert sich 2019 in der Sozialversicherung*

16 News

Gleitzone/regelung/Kurzfristige Beschäftigung: Drei-Monats-Grenze/AAG-Verfahren/Auslandsentsendung: Umsetzung A1-Verfahren/Beitrag für Selbstständige deutlich gesenkt

18 Wissen, was kommt

Ein Überblick über die Änderungen zum Jahreswechsel

19 Beitragstabelle

Umlage- und Beitragssätze sowie die neuen Rechengrößen für 2019 in der Sozialversicherung in einer Übersicht zum Heraustrennen

23 Eine Frage der Gerechtigkeit

Die Parität kommt: Beiträge zur gesetzlichen Krankenversicherung werden wieder zu gleichen Teilen von Arbeitgeber und Arbeitnehmer getragen. Einschätzungen vom Vorstand und Verwaltungsrat der DAK-Gesundheit

arbeit & personal



34

Die Kraft des Kopfes: *Warum mentale Stärke ein Erfolgsfaktor ist*

32 News

DAK-Urlaubsplaner für 2019/Rentner mit Job: Geld zurück/Fälligkeitstermine/Neue Sachbezugswerte

34 Erfolg beginnt im Kopf

Mentale Stärke: Was wir von Spitzensportlern für den Job lernen können

36 Firmen werben Kunden

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

38 Die Kehrseite des Booms

Fachkräftemangel in vielen Branchen: Die Bundesregierung plant ein Gesetz zur Zuwanderung. Arbeitgeber sollen unterstützt werden

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.

DAK-Report

So gesund sind unsere Kinder

Karies, Übergewicht, Sprachstörungen – bei diesen Diagnosen gibt es enge Zusammenhänge zwischen Elternhaus und Kindergesundheit. In Familien mit niedrigerem Bildungsstatus sind Jungen und Mädchen bis zu dreimal häufiger von bestimmten Erkrankungen betroffen als Kinder akademisch gebildeter Eltern. Das zeigt der neue Kinder- und Jugendreport der DAK-Gesundheit, für den die Krankenkasse Versichertendaten von fast 600.000 Kindern und 430.000 Eltern ausgewertet hat. Laut Studie sind 90 Prozent aller Kinder wenigstens einmal im Jahr beim Arzt oder im Krankenhaus. Jedes vierte Kind ist körperlich und jedes zehnte psychisch chronisch krank. Für die Versorgung aller Minderjährigen gibt die Kasse im Jahr 527 Millionen Euro aus. Die Hälfte der Kosten entfiel auf nur drei Prozent der versicherten Kinder.

Eine Themenübersicht zu den Reportergebnissen und zur Kinder- und Jugendgesundheit finden Sie unter www.dak.de/kinder-und-jugend-report



Innovationsfonds

DAK-Projekt zur Pflege wird gefördert



Mit zehn Millionen Euro fördert der Innovationsfonds das Konzept regionaler Kompetenzzentren der DAK-Gesundheit. Als Pilot entsteht das erste Zentrum in der niedersächsischen Modellregion Landkreis Graftschaft Bentheim/ Landkreis Emsland. Es soll dort die Zusammenarbeit aller Akteure der Pflege unterstützen und durch ein gezieltes Case Management die Situation für

Pflegebedürftige und deren Angehörige vor Ort verbessern. Die DAK-Gesundheit ist Konsortialführerin des Projekts. Partner sind die Gesundheitsregion EUREGIO e. V., die Universität Osnabrück und die Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar. Darüber hinaus beteiligen sich zahlreiche Kooperationspartner. Der Innovationsfond wurde 2016 von der Bundesregierung geschaffen, um neue Versorgungsformen und Forschungsprojekte zu fördern.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116117: Bei Anruf Arzt

Sie haben außerhalb der Praxisöffnungszeiten gesundheitliche Beschwerden, aber die Behandlung kann nicht bis zum nächsten (Werk-)Tag aufgeschoben werden? Dann wählen Sie die 116117, die bundesweite Rufnummer für den ärztlichen Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen. Über diese kostenfreie Nummer werden Sie direkt mit einer Leitstelle, einer Bereitschaftsdienstpraxis oder einem Arzt in Ihrer Nähe verbunden.

Mehr Infos dazu lesen Sie in unserem fit!-Online-Magazin unter magazin.dak.de/notruf





DAK Erinnerungs-Coach Erster Sprachassistent für Demenzranke

Die DAK-Gesundheit hat als erster Anbieter einen Alexa Skill zum Thema Demenz entwickelt. Der DAK Erinnerungs-Coach aktiviert spielerisch das Gedächtnis von Menschen mit beginnender oder leichter Demenz. Ein Skill ist eine digitale Anwendung für sprachgesteuerte Geräte wie das Amazon Echo. Der DAK Erinnerungs-Coach steht Kunden aller Krankenkassen kostenlos zur Verfügung.

Mehr Informationen finden Sie unter www.dak.de/erinnerungs-coach



praxis+recht 01/2019

Das Magazin der DAK-Gesundheit für Unternehmen und Selbstständige

Herausgeber

DAK-Gesundheit – Gesetzliche Krankenversicherung, Nagelsweg 27–31, 20097 Hamburg, www.dak.de

Verantwortlich

Jörg Bodanowitz (V. i. S. d. P.),
Leiter Unternehmenskommunikation
Rüdiger Scharf, Leiter Public Relations

Redaktion

Sabine Langner
Postfach 10 14 44, 20009 Hamburg
Telefon 040-2396 1466,
Fax 040-2396 3466
E-Mail: sabine.langner@dak.de

Herstellung & Versand

Marco Heitböhrer-Wünsch
E-Mail: marco.heitboehmer-wuensch@dak.de

Redaktionelle Mitarbeit

Rainer Busch, Thomas Corrinth, Uwe Dresel,
Marlies Fürste, Reinhild Haacker, Sabine Henning,
Karsten Kroetzsch, Katja Clausen, Katrin Lahn,
Annemarie Lüning, Sigrid Rahlfs, Renate Schäfer,
Märthe Walden, Dorothea Wiehe

Produktion & Gestaltung

Luisa Kimse (Grafik)
Litho Service Lübeck

Litho

Litho Service Lübeck

Druck

Evers Druck, Meldorf
Gedruckt auf 100 Prozent Recyclingpapier

Verantwortlich für Anzeigen: G+J e|MS,
Direct Sales, Brieffach 11, 20444 Hamburg
Director Brand Solutions: Jan-Eric Korte (V. i. S. d. P.),
Telefon 040-3703 5310

Es gilt die gültige Anzeigenpreisliste.
Infos hierzu unter www.guj.media.de
Alle Anzeigen G+J e|MS, außer Seite
2, 37 und 40

Redaktionsschluss dieser Ausgabe ist der
13.12.2018. Diese Zeitschrift informiert zu
Themen aus Sozialversicherung und Gesund-
heitsförderung. Sie erscheint drei Mal im Jahr
und wird kostenlos verschickt. Keine Verant-
wortung für unverlangte Einsendungen. Nach-
druck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet
sowie Vervielfältigung auf Datenträgern nur
mit schriftlicher Zustimmung der Redaktion.



Individuelle Beratung:
*Die DAK-Gesundheit unterstützt
Arbeitgeber mit zahlreichen Angeboten*

Pluspunkte für Arbeitgeber

Ihre Mitarbeiter sind Ihr wertvollstes Kapital. Wer sich wertgeschätzt fühlt, ist produktiver und seltener krank. Als Experte für gesundes Arbeiten hält die DAK-Gesundheit vielfältige Angebote für Ihr Unternehmen bereit

Immer mehr leisten, jedem Wandel flexibel begegnen, und ob der Job morgen noch sicher ist, steht in den Sternen: Das moderne Arbeitsleben verlangt uns viel ab. Umso wichtiger ist es, dass Arbeitgeber die Belastung für ihre Mitarbeiter mit attraktiven und innovativen Angeboten abfedern. Dies fördert neben der Gesundheit auch die Motivation und die Bindung an das Unternehmen und lässt potenzielle Bewerber aufhorchen – klare Pluspunkte in Zeiten von hoher Fluktuation, Nachwuchs- und Fachkräftemangel.

Versierte Unterstützer

Viele Unternehmen nutzen professionelle Hilfe, um sich unter anderem für den Wettbewerb um die besten Arbeitskräfte fit zu machen: 16.000 Consultingfirmen unterstützen in Deutschland Arbeitgeber dabei. Kleine und mittelständische Unternehmen haben dabei aus Kostengründen oft das Nachsehen. An diesem Punkt setzt jetzt die DAK-Gesundheit an und baut ihre bewährten Dienstleistungen weiter aus. Unter dem Label „DAK Business Consulting“ bündelt die Kasse Angebote gerade für kleinere Unternehmen, die nicht zuletzt durch Herausforderungen wie den digitalen Wandel und die Globalisierung unter Druck stehen. So ermöglicht die DAK-Gesundheit kompetente Beratung durch ihre Kooperationspartner – kostenfrei

für die Unternehmen – beispielsweise zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder zum Thema Rente. Auch das Betriebliche Gesundheitsmanagement zählt als zentrales Instrument für den Erhalt der Wettbewerbsfähigkeit zu den Schwerpunkten des neuen DAK Business Consultings.

Zehn Beispiele

1 Gesundbleiben im Job

Die DAK-Experten stehen Unternehmen mit ihrem Know-how und Organisationstalent im BGM zur Seite. Sie analysieren die Situation, machen Vorschläge, unterstützen bei der Integration in betriebliche Abläufe und evaluieren die Wirkung. Es gibt Themenpakete zu den gesundheitlichen Herausforderungen der Arbeitswelt, von „Fit Food“ über „Ein starker Rücken“ bis zu „Leben im Gleichgewicht“, jedoch keine Lösungen von der Stange: „Die Maßnahmen werden individuell angepasst“, so Uwe Dresel, DAK-Experte für Betriebliches Gesundheitsmanagement. Die Kasse arbeitet dabei mit erfahrenen Kooperationspartnern zusammen.

2 Direkter Ansprechpartner

Personalverantwortlichen steht ein DAK-Bezirksleiter als Ansprechpartner zur Verfügung. Dieser beantwortet Fragen zum Sozialversicherungsrecht, vermittelt DAK-Experten oder

entwirft firmenspezifische Gesundheitspläne. Vorgeschaltet ist die kostenlose DAK Business Consulting Hotline unter 040 325 325 750 als erste Anlaufstelle. Auch Arbeitgeber, deren Mitarbeiter nicht bei der DAK-Gesundheit versichert sind, können anrufen, um sich über die Möglichkeiten der Beratung und Unterstützung zu informieren.

3 Pflege und Beruf

Ein Pflegefall in der Familie – das wirft Mitarbeiter aus der Bahn und kann zu einer langfristigen Doppelbelastung führen. Hier setzt die DAK-Gesundheit an: mit Beratung und Pflegekursen in Kooperation mit dem Pflegedienstleister WDS.eldercare. Mit dem Pflegelotsen als Suchmaschine für die Pflege unterstützt die Kasse zudem beim Finden der passenden ambulanten oder stationären Einrichtung.

4 Guter Start für Azubis

Willkommensveranstaltungen für Azubis sorgen für einen optimalen Start in den Job. Die DAK-Gesundheit trägt mit verschiedenen Eventmodulen dazu bei, dass die ersten Tage zum besonderen Erlebnis werden. Angesagt ist beispielsweise der „Escape Room“, in dem die Teilnehmer gemeinsam Aufgaben und Rätsel zu den Themen Bewegung, Ernährung, Stress und Sucht lösen sowie ihre Teamfähigkeit trainieren.

5 Spielend lernen

Ein spielerisches Herangehen bewirkt, dass Themen eher aufgenommen werden. Die DAK-Gesundheit setzt dieses Prinzip bei „Icaros“ für Azubis ein, einem auf Gesundheitstagen eingesetzten Flugsimulator, der Rücken, Balance und Beweglichkeit trainiert. Seit 2018 bietet die Krankenkasse außerdem die Spiele-App „Die Retter der Zukunft“ an. Mit diesem sogenannten „Serious Game“ und dem dazugehörigen Seminar steigern junge Mitarbeiter ihre Medienkompetenz.

6 Vernetzt fürs Gesundwerden

Die Spezialisten-Netzwerke der DAK-Gesundheit tragen dazu bei, dass erkrankte Mitarbeiter schnell wieder

gesund werden. Mediziner und Kliniken, die sich auf bestimmte Erkrankungen spezialisiert haben, arbeiten dabei Hand in Hand. Feste Ansprechpartner helfen den Patienten bei der Terminorganisation. Oftmals gibt es Extra-Services wie eine kürzere Wartezeit, Einzelzimmer oder kostenlosen TV-Anschluss am Krankbett.

7 Zusatzschutz für alle

Den Versicherungsschutz optimal ergänzen, von A wie Auslandskrankenschutz bis Z wie Zahnzusatzversicherung – das ermöglicht die Zusammenarbeit der DAK-Gesundheit mit der HanseMerkur. Für Firmenkunden gibt es günstige Gruppentarife. Diese schließen auch Beschäftigte mit ein, die nicht bei der DAK-Gesundheit versichert sind.

8 Laufen in Serie

Ein Firmenlauf fördert Teamgeist und Gesundheit gleichermaßen. Die DAK-Gesundheit unterstützt deshalb seit 2010 Deutschlands größte Firmenlaufserie B2Run. Dabei gibt es von der Kasse diverse Extras für Teilnehmer wie Foto-Aktionen oder auch Workshops und Kurse zur Vorbereitung.

9 Infos via Web-Seminar

Die DAK-Gesundheit bietet 2019 erstmals Webinare für Fachkräfte im Personalbereich an. Zum Start geht es um die zum Jahreswechsel hochaktuellen Themen Beitragsrecht, Versicherungsrecht sowie Meldungen und Entsendungen bis hin zum Stichwort Brexit.



Vollumfängliche Beratung durch direkte Ansprechpartner

10 Mehrsprachige Beratung
Immer öfter kommen neue Mitarbeiter aus anderen Sprach- und Kulturräumen. Als persönliche Unternehmensberatung unterstützt die DAK-Gesundheit Arbeitgeber dabei, ausländische Beschäftigte zu integrieren: mit einem optimierten Abwicklungsprozess und Hotlines in verschiedenen Sprachen.

Die Angebote stehen Ihnen und Ihren Beschäftigten bundesweit zur Verfügung. Sprechen Sie uns gerne an und lassen Sie sich Ihr individuelles Gesundheits- und Servicepaket erstellen.

Annemarie Lüning



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

+ Interview – Fünf Fragen an Uwe Dresel, BGM-Experte bei der DAK-Gesundheit



Uwe Dresel,
Experte für
Betriebliches
Gesundheits-
management

praxis + recht: Warum ist die Einführung einer Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) heute mehr denn je von Bedeutung – gerade für kleine und mittelständische Firmen?

Uwe Dresel: Der Wandel der Arbeitswelt – mit Aspekten wie Digitalisierung, Arbeitsverdichtung, älter werdenden Belegschaften oder Fachkräftemangel – treibt alle um, große Unternehmen ebenso wie kleine. Auch für den Handwerksbetrieb oder die Anwaltskanzlei ist es wichtig, ein attraktiver Arbeitgeber zu sein und durch ein gesundes Arbeitsumfeld Erkrankungen vorzubeugen. Insbesondere Muskel-Skelett-Erkrankungen und psychische Belastungen sind seit Jahren für hohe Fehlzeiten verantwortlich, wie auch der DAK-Gesundheitsreport belegt. Für kleinere Unternehmen stellen Maßnahmen zur Gesundheit im Betrieb oder die Wiedereingliederung von Mitarbeitern nach Krankheit eine besondere Herausforderung dar, weil sich bei ihnen oft niemand hauptamtlich um diese Dinge kümmern kann. Hier springt die DAK-Gesundheit mit ihrem Know-how ein.

p+r: Warum müssen Unternehmen sich permanent für die BGF einsetzen?

Dresel: BGF ist ein kontinuierlicher Prozess. Sich einmalig oder nur wenige Monate für die Gesundheit stark zu machen, genügt nicht, der Effekt würde schnell verpuffen. Es ist wichtig, dass die Betriebsleitung voll hinter den Maßnahmen steht und dafür intern die Werbetrommel rührt. Auch um nicht nur „die üblichen Verdächtigen“, sondern möglichst auch Mitarbeiter zum Mitmachen zu motivieren, die bislang noch nicht dabei waren.

p+r: Worin liegen die Anreize für Unternehmen?

Dresel: Zunächst einmal auf der finanziellen Seite: Fehlzeiten erzeugen Kosten. Dasselbe gilt für Fluktuation, die Suche nach neuen Mitarbeitern und deren Einarbeitung. Mindestens ebenso wichtig sind psychische Aspekte. Wer sich wohlfühlt und gelernt hat, gut mit Stress umzugehen, erledigt neue Aufgaben weitaus besser als ein Mitarbeiter, der physisch und psychisch am Limit ist. Das kostenlose DAK Business Consulting unterstützt Unternehmen dabei, ein zukunftsweisendes Themenfeld anzugehen. Nicht zuletzt helfen wir dabei, in puncto Qualifikation und Wirksamkeit geprüfte und qualifizierte Präventionsangebote auszuwählen, die durch die DAK-Gesundheit gefördert werden können – hier haben wir langjährige Erfahrung und ein umfangreiches Netzwerk, auch regional.

p+r: Warum engagiert sich die DAK-Gesundheit in dieser Form für die BGF?

Dresel: Es ist unser gesetzlicher Auftrag, das Thema Gesundheit in die Arbeitswelt zu bringen und so Erkrankungen zu verhindern. Die Vermeidung von Kosten kommt allen zugute, den Unternehmen ebenso wie der Gemeinschaft der Versicherten. Die DAK-Gesundheit leistet bei Unternehmen schon seit vielen Jahren Hilfe zur Selbsthilfe. Es geht dabei nicht um eine langfristige Versorgung, sondern um einen Anschub für einen begrenzten Zeitraum, in dem wir die Unternehmen bei der Einführung begleiten.

p+r: Nicht alle Mitarbeiter sind bei derselben Kasse versichert. Gelten die Angebote für alle Beschäftigten?

Dresel: Ja, sicher. Wenn ein Unternehmer oder Personalverantwortlicher sich an unser Business Consulting wendet und wir nach der Beratung Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung durchführen, können daran alle Mitarbeiter kostenlos teilnehmen, unabhängig von ihrer Krankenkassenzugehörigkeit.

Annemarie Lüning



Wenn die Seele streikt

Es gibt viele Ursachen, seelisch die Balance zu verlieren. Kein Wunder, dass Fehltag aufgrund psychischer Erkrankungen rasant ansteigen. Gegensteuern lässt sich hier mit betrieblicher Prävention und substanzieller Hilfe

Seit über einem halben Jahr schon kann sie ihre Tätigkeit in der Klinik nicht mehr ausüben. Monika Hesse (Name von der Redaktion geändert) ist bereits monatelang krankgeschrieben. Diagnose: Depression. Die 54-Jährige hat vor acht Monaten ihren Sohn bei einem Motorradunfall verloren. Seitdem ist die gelernte Krankenschwester selbst zur Patientin geworden. Eine Besserung ist aktuell nicht in Sicht, nur Schritt für Schritt gelingt es ihr, wieder im Leben mit all seinen Verpflichtungen und Herausforderungen Fuß zu fassen. So wie Monika Hesse geht es vielen Männern und Frauen in Deutschland.

Fehltag nehmen zu

Die Zahl der Fehltag wegen psychischer Erkrankungen hat sich in den vergangenen 20 Jahren mehr als verdreifacht. 2017 machten psychische Erkrankungen 16,7 Prozent der Ausfalltag im Job aus und standen damit nach den Muskel-Skelett-Erkrankungen an zweiter Stelle des Fehltag-Rankings. Schon damals erklärte Arno Deister, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie

und Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN): „Die Daten der DAK-Gesundheit führen uns deutlich vor Augen, wie einschneidend sich psychische Erkrankungen auf das Leben der Betroffenen auswirken.“ Dass die Belastungen konstant bleiben, zeigt sich auch in den aktuellen Zahlen der DAK-Studie des ersten Halbjahrs 2018: Durchschnittlich 35 Tage fielen Beschäftigte wegen psychischer Belastungen aus.

Kommt jetzt die Teil-AU?

Arbeitsverdichtung, Leistungsdruck, eine Erwartungshaltung, die auf immer größere Flexibilität bei steigender Komplexität setzt – diese Faktoren bestimmen zunehmend den beruflichen Alltag und hinterlassen sichtbare Spuren in der Gesundheit der Beschäftigten. Was den Einzelnen oft für Wochen oder gar Monate komplett aus der Bahn wirft, was Arbeitgeber innerbetrieblich vor immense Probleme stellt, belastet auch die Volkswirtschaft. 2015 beliefen sich die Kosten für psychische Erkrankungen auf 44,4 Milliarden Euro: Damit gehören

diese nicht nur zu den häufigsten, sondern auch zu den kostenintensivsten Erkrankungen.

Wen wundert es da, dass bereits 2016 von der Politik der Vorstoß unternommen wurde, eine Teil-Arbeitsunfähigkeit einzuführen. Inzwischen befürwortet dies auch der Ärzteverband Marburger Bund. Krankschreibungen zu 25, 50 oder 75 Prozent hält auch Dietrich Munz für wünschenswert. Der Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer ist davon überzeugt, dass eine flexible Krankschreibung diverse Chancen für psychisch Erkrankte mit sich bringt. Denn Arbeit und mit ihr die Tagesstruktur „kann zur Gesundung beitragen“. Vorausgesetzt, die Arbeit wird als positiv wahrgenommen. Dann kann sie Stütze sein und der sozialen Isolation vorbeugen. Aspekte, die für seelisch kranke Menschen unverzichtbar sind.

Prävention und Begleitung

Teamwork, Engagement, Freude an Herausforderungen: Arbeit kann Stabilität und positive Gefühle schaffen oder stärken – aber in der sich rasant wandelnden



Psychische Probleme:
Immer mehr Ausfalltage im Job

Welt der Wirtschaft macht der Job zunehmend die Seele krank. Sie bleibt auf der Strecke: Maximierung und Multitasking fordern ihren Tribut. Prävention und Entlastung sind die Stellschrauben der Wahl, mit denen Arbeitgeber gegensteuern können. Unterstützt werden sie dabei von den Programmen der DAK-Gesundheit. Das innovative Versorgungskonzept Veovita etwa kombiniert Verhaltenstherapien mit Online-Angeboten, um die Lebensqualität psychisch erkrankter Mitarbeiter rasch zu verbessern und eine lange Krankheit zu verhindern. In Zusammenarbeit mit Firmen entwickelt die DAK-Gesundheit im Betrieblichen Gesundheitsmanagement passende Angebote für unterschiedliche Zielgruppen von der Produktion bis hin zur Führungsebene. Die DAK-Gesundheit berät zu Präventionsmaßnahmen, sensibilisiert Beschäftigte generell für das Thema Gesundheit und damit auch dafür, Eigenverantwortung zu übernehmen, und unterstützt mit Blick auf das betriebliche Eingliederungsmanagement. So können Fehlzeiten minimiert und die Qualität der Arbeit langfristig sichergestellt werden.

Investition in die Zukunft

Gesundheit und Erfolg, das sind zwei Seiten einer Medaille. Arbeitgeber und Führungskräfte können hier Richtungsgeber sein. Ein gesundes Arbeitsklima ist auch immer eines, in dem auf Augenhöhe kommuniziert wird, in dem Erfolg sich nicht allein an Umsatzzahlen bemisst, sondern auch und vor allem in der Arbeitszufriedenheit, der Motivation und dem psychischen Wohlbefinden der Mitarbeiter.

Märthe Walden



**Mehr
Informationen**

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber



& Kurz und kompakt

Innovative Angebote

Spezialisten-Netzwerk

Psychisch Erkrankte benötigen schnelle und unkomplizierte Hilfe. Veovita, das innovative Versorgungskonzept der DAK-Gesundheit, macht dies möglich. Ein Netzwerk aus Spezialisten steht den psychisch Erkrankten zur Verfügung: Haus- und Fachärzte, Therapeuten und Kliniken arbeiten Hand in Hand, es gibt kaum Wartezeiten, für einen raschen Einstieg in eine Therapie wird gesorgt. Bedarf und Lebensrhythmus der Patienten stehen dabei jederzeit im Fokus. Unterstützt wird der direkte Kontakt mit dem jeweiligen Berater durch Telefonate und Online-Angebote. Schnell, maßgeschneidert und auf den Punkt: Durch verschiedene Maßnahmen soll die Lebensqualität der Erkrankten erhöht und sie sollen in die Lage versetzt werden, zügig wieder ihren normalen Alltag aufzunehmen.

Details zu den DAK-Angeboten finden Sie unter www.dak.de/psyche

Resilienz-Berater

Herausforderungen, Krisen – nahezu jeder wird irgendwann damit konfrontiert. Gut, wenn man gewappnet ist und um seine Stärken weiß. Die Resilienz-Berater der DAK-Gesundheit unterstützen Unternehmen dabei, im Rahmen von Prävention die Resilienz der Mitarbeiter zu fördern, deren Ressourcen zu aktivieren und damit eine aktive Stressbewältigung zu betreiben.

So wird Gesundheit digital

Im Internet bietet die DAK-Gesundheit viele Services für Arbeitgeber und Arbeitnehmer, die helfen gesund zu bleiben und zu werden. Wir präsentieren 13 praktische Tools, die viele wichtige Gesundheitsthemen abdecken



Vivy – die elektronische Gesundheitsakte macht Sie zum Manager Ihrer Gesundheit. Mit der kostenlosen

App können Sie Ihre persönlichen medizinischen Daten einfach sowie sicher bündeln und verwalten. Ob Laborberichte, Röntgenbilder oder Impfpass – Vivy hat stets alles im Blick.

www.dak.de/vivy



Webinare – unsere neuen Online-Seminare zu vielfältigen Themen. Bequem vom PC, Laptop oder mobilen

Endgerät aus kann man dieses praktische Angebot verfolgen. Erste Module beschäftigen sich mit Änderungen im Beitrags- und Versicherungsrecht sowie Meldeverfahren und Entsendungen.

www.dak.de/webinare-ag



Rücken@Fit – das Online-Coaching für ein starkes Kreuz. Rückenprobleme reichen von stechenden Schmerzen

über einen steifen Nacken bis hin zum Hexenschuss. Durch individuelle Bewegungsübungen können akute oder chronische Rückenbeschwerden gemindert und neue Leiden verhindert werden.

www.dak.de/ruecken



Servicezentrum – mit der DAK App haben Sie Ihr ganz persönliches Servicezentrum immer dabei.

Nutzen Sie viele Dienste und Info-Services der DAK-Gesundheit einfach unterwegs. Vereint mit Vivy bietet die DAK App neue Möglichkeiten der Kommunikation.

www.dak.de/apps



Gaming-Coach „Retter der Zukunft“ – die DAK-App gegen Computerspiel- und Online-Sucht. Das Internet erleichtert das Leben – es kann aber auch süchtig machen. Speziell für Azubis hat die DAK-Gesundheit diese App entwickelt, um deren Medienkompetenz zu stärken und Sucht vorzubeugen.

www.dak.de/apps



Schlaf-Coaching – mit dem Online-Programm somnivia. Wer nachts Schlafprobleme hat, ist oft auch am

Tag erschöpft. Somnivia, nach neuesten Erkenntnissen der Schlafforschung entwickelt, hilft: Mit verhaltenstherapeutischen Methoden gelangen Sie wieder zu einer gesunden Nachtruhe.

www.dak.de/somnivia



DAK Scan-App – Dokumente einfach und sicher digital versenden. Ob Krankmeldungen, Verordnungen

oder spezielle DAK-Formulare – mit dieser App sind Sie unabhängig von Zeit sowie Ort und sparen zudem Geld fürs Porto. Die Scans werden natürlich verschlüsselt gespeichert und übertragen.

www.dak.de/scanapp



Antistress-Coaching – das kostenlose Online-Training fürs persönliche Stressmanagement. Unser Coaching hilft,

individuelle Stressgründe zu erkennen, zu verstehen und so auch zu beheben. In neun kompakten Modulen mit interaktiven Übungen gelangen Sie zu mehr Gelassenheit und Ruhe.

www.dak.de/coachings



DAK Pflegecoach – der Online-Kurs für pflegende Angehörige. In diesem kostenlosen Training lernen Sie

alles Wichtige über die Pflege daheim. Dazu zählen die Themen Pflegegeld, Pflegemethoden oder auch Selbstfürsorge. Ein Extra-Abschnitt widmet sich dem Thema „Alzheimer und Demenz“.

www.dak.de/pflegecoach



Aktiv@Fit – das Online-Coaching für ein aktiveres Leben. Bewegung ist der Schlüssel zur Gesundheit. Im Alltag kommt sie allerdings oft zu kurz. Dieses kostenlose Tool der DAK-Gesundheit hilft, wieder in Schwung zu kommen. Optionale Schwerpunkte sind Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit.

www.dak.de/coaching



Ernährungs-Coaching – die digitale Unterstützung für eine gesunde Ernährung. Der kostenlose Service der DAK-Gesundheit vermittelt in acht Kurseinheiten die Grundlagen dafür. Aufgaben und Übungen, Quizfragen und Kochvideos helfen dabei, das Erlernte in die Praxis umzusetzen.

www.dak.de/coaching



Fitness-Coaching – das virtuelle Training für einen aktiven Lebensstil. Tun Sie sich Gutes – wir unterstützen Sie beim Erreichen Ihrer sportlichen Ziele! In acht Kurseinheiten werden Erkenntnisse rund um das Thema Bewegung vermittelt, Aufgaben zur Bearbeitung angeboten und Workout-Videos gezeigt.

www.dak.de/coaching



DAK Pflegeguide – die prämierte App für ehrenamtliche Pflegepersonen und pflegende Angehörige. Sie hilft

zum Beispiel beim Berechnen von Leistungen, Klären von Fachbegriffen oder Erfahrungsaustausch mit anderen Pflegenden. Auch für Versicherte anderer Krankenkassen ist die App nutzbar.

www.dak.de/apps *Thomas Corrinth*



Digital unterwegs:
Die DAK-Gesundheit hat viele verschiedene Angebote im Netz

Geringverdiener

Gleitzoneenregelung bleibt vorerst bestehen

Die Gleitzoneenregelung für Midijobs – Arbeitsentgelt von 450,01 Euro bis 850,00 Euro – bleibt auch über den 1.1.2019 bis 30.6.2019 bestehen. Die geplante Neuordnung, die Gleitzone für Geringverdiener in einen Übergangsbereich weiterzuentwickeln, ist auf den 1.7.2019 verschoben worden. Damit tritt auch die Pflicht zur Abgabe des tatsächlichen Entgelts in den Entgeltmeldungen voraussichtlich zum 1.7.2019 in Kraft.

Mehr Informationen finden Sie unter www.dak.de/beitrag



Drei-Monats-Grenze

Kurzfristige Beschäftigung

Beschäftigungen sind in der Sozialversicherung kurzfristig, wenn sie auf nicht mehr als drei Monate oder 70 Arbeitstage im Kalenderjahr begrenzt sind. Ab 2019 war geplant, die Grenze wieder auf zwei Monate beziehungsweise 50 Arbeitstage abzusenken. Das Bundeslandwirtschaftsministerium und das Arbeitsministerium haben sich nun darauf verständigt, die Grenze für kurzfristige Beschäftigungen branchenunabhängig und dauerhaft auf drei Monate oder 70 Arbeitstage auch über den Jahreswechsel hinaus bestehen zu lassen.



Mehr Informationen zu Geringfügigen Beschäftigungen unter www.dak.de/geringfuegige-beschaeftigungen

AAG-Verfahren

Überweisungen und Datenschutz

Mit der Veröffentlichung der geänderten AAG-Verfahrensbeschreibung durch den GKV-Spitzenverband wurde beschlossen, dass bei der Angabe des Verwendungszwecks die EU-Datenschutzgrundverordnung gilt. Die Inhalte des Überweisungstextes dürfen danach nicht auf natürliche Personen schließen lassen. Deshalb unsere Bitte: Übermitteln Sie Verwendungstexte in Überweisungen datenschutzkonform und verzichten Sie auf Angaben wie beispielsweise Namen, Kranken-, Rentenversicherungs- oder Personalnummern.



Beiträge für Selbstständige Mindesteinkommen weiter gesenkt

Mit dem Gesetz zur Beitragsentlastung der Versicherten in der gesetzlichen Krankenversicherung werden kleinere Selbstständige zum 1.1.2019 noch stärker entlastet, als im Gesetzesentwurf vorgesehen war. Das Mindesteinkommen für hauptberuflich Selbstständige sollte nach bisherigen Plänen halbiert und monatlich auf drei Achtel der monatlichen Bezugsgröße herabgesetzt werden (praxis+recht berichtete in der Ausgabe 3/2018). Kurz vor der Verabschiedung des Gesetzes wurde jedoch noch eine Änderung eingebracht: Künftig wird das fiktive Mindesteinkommen zur Bemessung der Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge auf ein Drittel der Bezugsgröße auf 1.038,33 Euro gesenkt.

Mehr Informationen finden Sie in unserem fit-Online-Magazin unter www.magazin.dak.de/selbststaendige

Auslandsentsendung Umsetzung des A1-Verfahrens

Zum 1.1.2019 wird die Beantragung der A1-Bescheinigungen über das maschinelle Verfahren verbindlich. Nur in begründeten Einzelfällen ist die bisherige Beantragung im Papierverfahren noch möglich, wie beispielsweise bei Problemen mit der Softwarebereitstellung. Diese Übergangsfrist endet zum 30.6.2019. Die Beantragung im maschinellen Verfahren ist nur für Länder in der EU, im EWR und in der Schweiz möglich. Sofern Entsendungen in Abkommensstaaten wie in die Türkei, die USA oder nach China geplant sind, verwenden Sie bitte weiterhin die Anträge für die speziellen Länder beziehungsweise für vertragslose Staaten den Antrag auf Ausstellung einer Ausstrahlungsvereinbarung.



Mehr Informationen bei Entsendungen Ihrer Mitarbeiter ins Ausland finden Sie unter www.dak.de/mitarbeiterentsendung

**DAS ÄNDERT
SICH 2019**

Wissen, was kommt

Mit dem GKV-Versichertenentlastungsgesetz werden die Beiträge zur gesetzlichen Krankenversicherung wieder zu gleichen Teilen von Arbeitgebern und Arbeitnehmern getragen. Selbstständige mit geringem Einkommen werden zudem spürbar entlastet

Paritätische Finanzierung

Mit dem Versichertenentlastungsgesetz (GKV-VEG) wird die vollständige paritätische Finanzierung der Krankenversicherungsbeiträge zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber beziehungsweise Rentnern und Rentenversicherung ab Januar 2019 wieder eingeführt. Dabei bleibt der paritätisch finanzierte allgemeine Beitragssatz in Höhe von 14,6 Prozent erhalten und auch der Zusatzbeitrag der Krankenkassen wird jeweils zur Hälfte zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber aufgeteilt.

Stabiler Beitragssatz

Nach Beschluss des Verwaltungsrates der DAK-Gesundheit vom 13.12.2018 bleibt der Beitragssatz der DAK-Gesundheit ab 1.1.2019 stabil bei 16,1 Prozent.

Die neuen Reformvorhaben im Bereich Gesundheit und Pflege im kommenden Jahr werden deutliche Auswirkungen auf die Finanzarchitektur der Kassen haben und zu erheblichen Mehrausgaben sowie Mindereinnahmen führen. „Mit einem konstanten Beitragssatz bleibt es uns weiter ein wichtiges Anliegen, in die Qualität der Versorgung und in hochwertige Leistungen sowie in den Kundenservice zu investieren,“ so der DAK-Chef Andreas Storm.

Selbstständige

Zur Entlastung hauptberuflich Selbstständiger mit niedrigem Einkommen wird das fiktive Mindesteinkommen zur Bemessung der Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge ab 2019 auf ein Drittel der Bezugsgröße auf 1.038,33 Euro gesenkt – und damit noch weiter reduziert, als im Gesetzgebungsverfahren ursprünglich geplant.

Anhebung des Pflegebeitrags

Mit der Einführung des neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffs wurden die Leistungen der Pflegeversicherung im letzten Jahr verbessert. Mehr Menschen als erwartet haben die damit verbundenen Leistungen in Anspruch genommen. Ab dem kommenden Jahr werden außerdem Mehrausgaben durch das geplante Pflegepersonal-Stärkungsgesetz wirksam. Zum 1. Januar steigt der Beitragssatz zur Pflegeversicherung um 0,5 Punkte auf 3,05 Prozent des Bruttoeinkommens. Beitragszahler ohne Kinder müssen künftig 3,3 Prozent zahlen.

Arbeitslosenversicherung

Zum 1. Januar 2019 sinkt der Beitrag zur Arbeitslosenversicherung stärker

als bisher geplant um 0,5 Punkte auf 2,5 Prozent des Bruttoeinkommens. Die stärkere Senkung beim Arbeitslosenbeitrag soll auch ein Ausgleich für steigende Pflegebeiträge sein.

Durchschnittlicher Zusatzbeitragssatz 2019

Der GKV-Schätzerkreis hat die finanziellen Rahmenbedingungen der gesetzlichen Krankenversicherung für die Jahre 2018 und 2019 turnusgemäß prognostiziert. Für das neue Jahr ergibt sich hieraus eine Absenkung des durchschnittlichen Zusatzbeitrags um 0,1 Punkte auf 0,9 Prozent. Dieser ist eine rein statistische Größe und entspricht ungefähr dem Prozentsatz, der eine gegebenenfalls bestehende Finanzlücke bei den beitragspflichtigen Einnahmen der gesetzlichen Krankenversicherung schließen würde. Unabhängig davon legt dabei jede Krankenkasse ihren eigenen Zusatzbeitragssatz fest.

Die aktuellen Umlage- und Beitragssätze der DAK-Gesundheit und anderer Sozialversicherungsträger sowie die Rechengrößen ab 2019 finden Sie zum Her austrennen auf den vier folgenden Seiten.

Beitragstabelle ab 1.1.2019

- Beitragssatz DAK-Gesundheit bleibt stabil bei 16,1 %
- Paritätisch finanzierte allgemeine Beitragssatz von 14,6 % bleibt erhalten
- Zusatzbeitrag wird ab 1.1.2019 zu gleichen Teilen auf Arbeitnehmer und Arbeitgeber aufgeteilt
- Umlagesätze leicht verändert

Entgeltfortzahlungsversicherung

U1		Ausgleich von Arbeitgeberaufwendungen bei Krankheit
Erstattungssatz	Umlagesatz	
70 %	2,40 %	Allgemeiner Satz (Regelsatz)
50 %	1,70 %	Ermäßigter Satz (wählbar)
60 %	2,10 %	Ermäßigter Satz (wählbar)
80 %	3,90 %	Erhöhter Satz (wählbar)
U2		Ausgleich von Arbeitgeberaufwendungen bei Mutterschaft
Erstattungssatz	Umlagesatz	
100 %	0,47 %	Arbeitgeberzuschuss zum Mutterschaftsgeld (§ 14 MuSchG)
120 %*		Beschäftigungsverbot (§ 11 MuSchG)

*Erstattung von 100% auf das fortgezahlte Brutto-Arbeitsentgelt. Zusätzlich werden die Arbeitgeberanteile am Gesamtsozialversicherungsbeitrag pauschal mit 20% vom fortgezahlten Brutto-Arbeitsentgelt erstattet, höchstens jedoch die tatsächlich zu entrichtenden Beiträge.

Berechnung der Umlagebeträge

Die Berechnung erfolgt vom Arbeitsentgelt bis zur Beitragsbemessungsgrenze der gesetzlichen Rentenversicherung. Einmalig gezahltes Arbeitsentgelt bleibt bei der Berechnung unberücksichtigt.

Wichtige Kennzahlen 2019

Rechengrößen in der Sozialversicherung

Gültig ab 1.1.2019	Monatlich	Jährlich
Beitragsbemessungsgrenzen Kranken- und Pflegeversicherung <ul style="list-style-type: none">• Bundesweit Renten- und Arbeitslosenversicherung <ul style="list-style-type: none">• West• Ost	4.537,50 € 6.700,00 € 6.150,00 €	54.450,00 € 80.400,00 € 73.800,00 €
JAЕ-Grenze/Versicherungspflichtgrenze Allgemein, Kranken- und Pflegeversicherung, bundesweit	5.062,50 €	60.750,00 €
JAЕ-Grenze/Versicherungspflichtgrenze Für Arbeitnehmer, die am 31.12.2002 in der PKV versichert waren, Kranken- und Pflegeversicherung, bundesweit	4.537,50 €	54.450,00 €
Bezugsgrößen Kranken- und Pflegeversicherung <ul style="list-style-type: none">• Bundesweit Renten- und Arbeitslosenversicherung <ul style="list-style-type: none">• West• Ost	3.115,00 € 3.115,00 € 2.870,00 €	37.380,00 € 37.380,00 € 34.440,00 €
Geringverdienergrenze Bis zu der Arbeitgeber den Sozialversicherungsbeitrag für Auszubildende allein tragen	325,00 €	
Entgeltgrenze für geringfügig Beschäftigte	450,00 €	
Mindestbeitragsbemessungsgrundlage In der Rentenversicherung für geringfügig Beschäftigte bei Verzicht auf die Rentenversicherungsfreiheit	175,00 €	

Angaben laut Verordnung über die maßgebenden Rechengrößen der Sozialversicherung für 2019. Alle Angaben ohne Gewähr.

Beitragsätze für versicherungspflichtige Mitglieder

Gültig ab 1.1.2019		
Krankenversicherung		
Allgemein*	16,1 %	<ul style="list-style-type: none"> Für Mitglieder mit mindestens sechs Wochen Anspruch auf Entgeltfortzahlung bei Krankheit und für Beiträge aus Renten sowie Versorgungsbezügen und Betriebsrenten Für Mitglieder ohne Krankengeldanspruch. Bitte beachten Sie unsere Hinweise zum Individualtarif DAKpro Krankengeld auf der Rückseite
Ermäßigt*	15,5 %	
Pflegeversicherung	3,05 % 3,3 %	Mit Beitragszuschlag für Kinderlose
Rentenversicherung	18,6 %	
Arbeitslosenversicherung	2,5 %	
Insolvenzgeldumlage	0,06 %	

Berechnung des Sozialversicherungsbeitrags

Grundsätzlich wird zunächst ein Beitragsanteil errechnet, gerundet und dann verdoppelt:

Sozialversicherungspflichtiges Entgelt
 $\times \frac{1}{2}$ Beitragssatz = $\frac{1}{2}$ Beitrag (gerundet)
 $\times 2$ = Gesamtbeitrag

*Besonderheit in der Krankenversicherung

Mit dem GKV-Versichertenentlastungsgesetz (GKV-VEG) wird der kassenindividuelle Gesamt-krankenversicherungsbeitragssatz ab 1.1.2019 zu gleichen Teilen von Arbeitgeber und Arbeitnehmer getragen. Der paritätisch finanzierte allgemeine Beitragssatz in Höhe von 14,6 % bleibt erhalten.

Besonderheit in der Pflegeversicherung

Für kinderlose Arbeitnehmer gilt ein Beitragszuschlag von 0,25 Prozentpunkten.

Beitragsverteilung für Sachsen:
 Arbeitnehmerbeitragssatzanteil: 2,025 %
 bzw. 2,275 % (Zuschlag für Kinderlose)
 Arbeitgeberbeitragssatzanteil: 1,025 %

Arbeitgeberanteil:

Arbeitsentgelt $\times \frac{1}{2}$ Beitragssatz (1,525 %)

Arbeitnehmeranteil:

Arbeitsentgelt $\times \frac{1}{2}$ Beitragssatz (1,525 %)
 ggf. zuzüglich Beitragszuschlag (0,25 %)

Geringfügige Beschäftigung – Minijob

Versicherungsfrei zur Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung ist ein Minijob, wenn der monatliche Verdienst die Höchstgrenze von 450,00 € nicht überschreitet. In der Rentenversicherung besteht grundsätzlich Versicherungspflicht. Für die Entgegennahme der Meldungen, der Pauschal- und Pflichtbeiträge sowie Steuern des Arbeitgebers ist die Minijob-Zentrale zuständig: (Tel. 0355 2902-70799 oder www.minijob-zentrale.de).

Gleitzone – Arbeitsentgelt von 450,01 € bis 850,00 €**

Die vereinfachte Formel für die Ermittlung der beitragspflichtigen Einnahmen lautet – ausgehend von einem RV-Beitragssatz von 18,6 % und einem durchschnittlichen Zusatzbeitragssatz in Höhe von 0,9 %:

$1,273825 \times$ tatsächliches Arbeitsentgelt
 – 232,75125

Für DV-Anwender: Faktor „F“ = 0,7566

**Ab 1.7.2019 ist geplant, die Gleitzone in einen Übergangsbereich weiterzuentwickeln.

Beitragssätze und Beiträge für freiwillig Versicherte

Gültig ab 1.1.2019	Krankenversicherung		Pflegeversicherung ²	
	Kassen-individueller Beitragssatz ¹	Monatlicher Beitrag	Beitragssatz 3,05 %	Beitragssatz 3,3 %
Personenkreis				
Beschäftigte nach Überschreiten der Jahresarbeitsentgeltgrenze				
Ohne Krankengeldanspruch ³	15,5 %	703,31 €	138,39 €	149,74 €
Mit Krankengeldanspruch	16,1 %	730,54 €	138,39 €	149,74 €
Selbstständige mit Einnahmen über der Beitragsbemessungsgrenze				
Ohne Krankengeldanspruch	15,5 %	703,31 €	138,39 €	149,74 €
Mit Krankengeldanspruch	16,1 %	730,54 €	138,39 €	149,74 €
Selbstständige mit Einnahmen unterhalb der Beitragsbemessungsgrenze, Beitragsbemessung nach beitragspflichtigen Einnahmen von monatlich mindestens 1.038,33 € ($\frac{1}{3}$ der monatlichen Bezugsgröße) ⁴				
Ohne Krankengeldanspruch	15,5 %	mind. 160,94 €	mind. 31,67 €	mind. 34,26 €
Mit Krankengeldanspruch	16,1 %	mind. 167,17 €	bis max. 138,39 €	bis max. 149,74 €
Sonstige Mitglieder (zum Beispiel Beamte oder Nichterwerbstätige)				
Ohne Krankengeldanspruch, Beitragsbemessung nach beitragspflichtigen Einnahmen von monatlich mindestens 1.038,33 € ($\frac{1}{3}$ der monatlichen Bezugsgröße) und höchstens 4.537,50 €	15,5 %	mind. 160,94 € max. 703,31 €	mind. 31,67 € max. 138,39 €	mind. 34,26 € max. 149,74 €

Wissenswertes zu den Beiträgen:

Bemessungsgrundlage sind alle Einnahmen und Geldmittel, die zum Lebensunterhalt verbraucht werden können, bis zur Beitragsbemessungsgrenze. Einmalige Einnahmen gelten mit einem Zwölftel des Jahresbetrages als monatliche beitragspflichtige Einnahmen. Die Bemessungsgrundlage gilt auch für die Pflegeversicherung.

Berechnung der Beiträge

Der monatliche Beitrag wird prozentual von den beitragspflichtigen Einnahmen berechnet.

¹ Für Beiträge aus Renten, Versorgungsbezügen und nebenberuflichem Arbeitseinkommen gilt der allgemeine kassenindividuelle Beitragssatz (16,1 %)*.

*Für Beiträge aus ausländischen gesetzlichen Renten gilt ein besonderer Beitragssatz (8,05 %).

Bei Bezug dieser Einnahmearten kann sich deshalb ein abweichender Mindest- bzw. Höchstbeitrag zur Krankenversicherung ergeben.

² Für Beihilfeberechtigte gilt der halbe Beitragssatz (1,525 %) und gegebenenfalls zusätzlich der Beitragszuschlag für Kinderlose (0,25 %).

³ Eine Versicherung ohne Anspruch auf Krankengeld ist nur möglich, wenn der Krankengeldanspruch gesetzlich ausgeschlossen ist.

Wahltarif – DAK_{pro} Krankengeld

Mit unserem Individualtarif **DAK_{pro} Krankengeld** bieten wir

– freiwillig versicherten hauptberuflich Selbstständigen,

– Arbeitnehmern, die nicht für mindestens sechs Wochen Anspruch auf Entgeltfortzahlung haben, und

– Künstlern und Publizisten, die nach dem Künstlersozialversicherungsgesetz (KSVG) versicherungspflichtig sind,

auf Antrag die Möglichkeit einer individuellen finanziellen Absicherung bei Krankheit.

Eine Frage der Gerechtigkeit

Arbeitgeber zahlen ab 2019 zur gesetzlichen Krankenversicherung paritätisch wieder gleich hohe Beiträge wie ihre Arbeitnehmer. Lesen Sie Einschätzungen dazu vom Vorstand und vom Verwaltungsrat der DAK-Gesundheit

+ Interview



Von links: Andreas Storm, Vorsitzender des Vorstandes der DAK-Gesundheit, Dieter Schröder, Vorsitzender des Verwaltungsrats der DAK-Gesundheit, Horst Zöller, stellvertretender Vorsitzender des Verwaltungsrats der DAK-Gesundheit

praxis+recht: Es war traditionell Kennzeichen des bundesdeutschen Sozialversicherungssystems, dass Arbeitgeber und Arbeitnehmer die Beiträge paritätisch – also je zur Hälfte – schultern. Warum ist man davon abgekommen?

Andreas Storm: Im Jahr 2005 wurde der bis dahin von Arbeitnehmern und Arbeitgebern paritätisch finanzierte allgemeine Beitragssatz um 0,9 Beitragssatzpunkte gesenkt und gleichzeitig ein nur vom Arbeitnehmer zu tragender Sonderbeitrag eingeführt. Begründet wurde dies mit dem Ziel, die Belastung der Arbeitgeber mit Lohnnebenkosten zu reduzieren.

Dieter Schröder: Als Verwaltungsrat haben wir seitdem immer gemahnt, zur Parität zurückzukehren. Das war eine Frage der Gerechtigkeit. Aber 2015 hat die schwarz-rote Bundesregierung die Abkehr erst einmal zementiert: Sie schrieb den von Arbeitgebern und Arbeitnehmern je zur Hälfte zu finanzierenden Beitragssatz fest und bürdete alle Kostensteigerungen im Gesundheitswesen allein den Versicherten auf. Damit ist jetzt Schluss.

p+r: Herr Zöller, als Arbeitgebervertreter im Verwaltungsrat muss es Ihnen doch

nicht unbedingt Sorgen bereiten, wenn Versicherte allein belastet werden.

Horst Zöller: Doch! Wenn Arbeitgeber von allen Kostensteigerungen ausgenommen sind, verringert das ihr Interesse an der Entwicklung der gesetzlichen Krankenversicherung. Deshalb befürworte ich auch als Arbeitgebervertreter die Rückkehr zur Beitragsparität. Die Arbeitgeber sollen ein wahres Mitspracheinteresse entwickeln können. Ich bin davon überzeugt, dass die wiederhergestellte Parität eine leistungsfähigere und effizientere Gesundheitsversorgung befördern wird.

p+r: Effizienter? Inwiefern?

Zöller: Solange die volle Beitragsparität bestand, hatten wir geringere Kostensteigerungen im Gesundheitswesen als heute. Mit Wiedereinführung der vollen Beitragsparität rechne ich mit einer Verringerung der Kostensteigerungen. Stärker finanziell beteiligte Arbeitgeber werden wieder mehr Interesse daran haben, dass Gesundheitsreformen nicht zu kostenintensiv ausfallen.

p+r: Herr Storm, wir sprachen eben von Mitspracheinteresse auf Arbeitgeberseite. Welche Gestaltungsspielräume, die eine Krankenkasse hat, sind für Firmen relevant?

Storm: Für jede Firma geht es erst einmal um Service und Beratung zu Themen wie Beitragsrecht oder Umlagesätze. Wie eine

Krankenkasse diesen Service organisiert, ob sie Arbeitgeber-Hotlines anbietet, Service vor Ort bereithält, Fachzeitschriften auflegt oder Schulungen anbietet – da gibt es Gestaltungsspielräume. Entscheidend ist aber das Leistungsangebot darüber hinaus. Der gesetzliche Rahmen eröffnet Möglichkeiten, die wir ganz gezielt zum Vorteil der Arbeitgeber nutzen. Denken Sie an Wahltarife, an Bonusprogramme oder das Betriebliche Gesundheitsmanagement, kurz BGM: Wir begleiten Firmen, die sich für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter einsetzen wollen, und unterstützen sie beim Auf- und Ausbau des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Bundesweit machen wir das bei vielen hundert Unternehmen.

Schröder: Ganz grundsätzlich sind wir als gesetzliche Krankenkasse nicht nur Partner unserer Versicherten, sondern auch Partner ihrer Arbeitgeber. Sie sind genauso Kunden wie Arbeitnehmer. Auch als Versichertenvertreter wollen wir einen erstklassigen Service für beide.

p+r: Hilft es Firmen bei der Mitarbeitermotivation, wenn sie sich für gesundes Arbeiten einsetzen?

Schröder: Wir wissen aus vielen Gesprächen mit Versicherten: Gerade bei den wichtigen Fachkräften hat Gesundheit Priorität. Deshalb kann eine Firma durchaus punkten, wenn sie beispielsweise ein Online-Programm für aktive Pausen anbietet oder ihre Chefs in gesunder Führung schult.

Zöller: Die Unternehmen in Deutschland sind auch gezwungen, sich verstärkt um das Thema gesundes Arbeiten zu kümmern, damit ihre Beschäftigten längere Lebensarbeitszeiten gesund, motiviert und aktiv durchhalten. **Storm:** Die DAK-Gesundheit will Arbeitgeber dabei begleiten und unterstützen. Wir ermuntern Firmen, insbesondere unsere vielfältigen BGM-Angebote zu nutzen. *Dorothea Wiehe*

Abheben und eintauchen

Was für ein Erlebnis! Durch eine fremde Landschaft fliegen, Hindernisse umschiffen und komplett in die Virtual Reality eintauchen. Flugsimulationen auf dem Icaros machen Spaß und fördern Koordination und Beweglichkeit

Auch wenn es ein wenig an Quiditch erinnert, das Spiel, bei dem sich der Zauberlehrling Harry Potter auf Hogwarts zu höchsten Höhen aufschwung – einen Besenstiel muss sich niemand zwischen die Beine klemmen, um mit dem Icaros durch die Lüfte zu

fliegen. Zwar liegen die Teilnehmer auch bäuchlings auf der Maschine und sie steuern ihren „Besen“ ebenfalls mit ihrem eigenen Körpergewicht, aber Arme und Beine ruhen auf einer Apparatur und eine Brille sorgt für simulierte Landschaften. Gamification werden solche Übertragun-

gen von spielerischen Elementen auf spiel-fremde Kontexte gern genannt. Dabei sind Aufgaben zu bewältigen und es muss eine gewisse Leistung erbracht werden – für all das braucht es Motivation. Und genau die soll über den Einbezug von spielerischen Momenten und Motiven erzeugt werden.



*Spielerisch Rückenstabilität,
Koordination, Balance und
Beweglichkeit trainieren*

Flugsimulation

„Ich war das Versuchskaninchen“, erzählt Andreas Hirsch ganz offen. Das Unternehmen TJX Distribution Ltd. & Co. KG Bergheim hatte das Angebot der DAK-Gesundheit, den Icaros als Attraktion auf ihrem „Tag der offenen Tür“ zu testen, gern angenommen. „Es war ziemlich heiß an diesem Sommertag, neben uns Mitarbeitern waren auch unsere Familien eingeladen“, so Andreas Hirsch. Und um das sprichwörtliche Eis zu brechen, schwang sich der 33-Jährige dann als Erster auf das Fitnessgerät. „Es war mega-witzig! Generell mag ich eh Computerspiele, aber hier habe ich nicht nur mit den Fingern gearbeitet – der ganze Körper war in Action.“ Und genau das ist das Ziel des Icaros, denn der Name ist Programm (Ikarus, der Traum vom Fliegen, griechische Mythologie), das Fliegen wird über die Virtual-Reality-Brille täuschend echt simuliert. Sie ermöglicht einen 360-Grad-Blick, Berge sind am Horizont zu sehen, der Proband fliegt durch eine virtuelle Landschaft und muss sein „Raumschiff“ durch zahlreiche Ringe steuern.

Körperspannung

„Erst mal musste ich mich an die Haltung gewöhnen. Man braucht eine gewisse Körperspannung, um sein Flugobjekt zu steuern“, berichtet der „Cockpit-Kapitän“. „Du musst deine Balance finden, um den Icaros gerade zu halten.“ Und dann geht es ab durch die Ringe. Na ja, wenn man denn seinen Körpermittelpunkt gekonnt verlagert hat. Ansonsten fliegt man vorbei. „Alles funktioniert hier über Körperspannung, das ist absolute Feinarbeit“, weiß der Assistent General Manager.

Und genau darum soll es auch gehen. Der Icaros vereint Spaß und Spiel mit einem Training der Rückenmuskulatur,

kombiniert Koordination mit Balance und Beweglichkeit. Aber auch die Wahrnehmung des eigenen Bewegungsverhaltens wird mit dem Icaros geschärft. Gut so, denn neueste Zahlen zur Rückengesundheit sprechen eine deutliche Sprache: Laut DAK-Gesundheitsreport 2018 sind Rückenschmerzen die zweithäufigste Einzeldiagnose für Krankenschreibungen.

Muskeltraining

„Man braucht schon ein wenig Ehrgeiz und Geduld, um das Ziel, durch alle Ringe zu fliegen, zu erreichen“, so der Mitarbeiter von TJX Europe. „Aber irgendwann denkt man weniger drüber nach und konzentriert sich total auf die virtuelle Welt, durch die man sein Raumschiff steuert.“ Denn Gas zu geben allein reicht nicht. Um sicher durch die Ringe zu gleiten, muss die Geschwindigkeit bestimmt und mittels der eigenen Körperkraft das Fluggerät auch gegebenenfalls verlangsamt werden. Das ist ganz wichtig, soll es nicht zu Kollisionen mit den Ringen kommen.

Dass durch die Verlagerung des Körpers und die Änderung der Körperspannung auf dem Icaros die Muskeln trainiert werden, ist für die Flugschüler zuallererst einmal nur eine unmerkliche positive Begleiterscheinung. Denn während des Flugs „merkt man die Anstrengung kaum, steigt man dann runter, fühlt man schon, dass man auch körperlich etwas getan hat.“ Und nicht nur körperlich: Auch Reflexe und Reaktionen werden trainiert und die Konzentrationsfähigkeit wird verbessert. „Nach mir ist dann eine Kollegin auf den Icaros gestiegen. Zu zehnt haben wir sie umringt und versucht, sie abzulenken. Sie hat nichts mitbekommen, hat die Welt um sich herum total vergessen.“

Sigrid Rahlfs



& Kurz und kompakt

Flugsimulation mit dem Icaros:

ein Angebot der DAK-Gesundheit für Azubis, Mitarbeiter und Führungskräfte. Mittels VR-Brille und einer segelflugähnlichen Aufhängung durchfliegt man eine virtuelle Landschaft mit dem Ziel, etwa sein Fluggerät durch Ringe zu steuern. Rücken-, Bauch- und Schultermuskulatur können so trainiert werden. Zugleich werden Reflexe und Reaktionen verbessert und die Konzentrationsfähigkeit wird geschult. Wie Untersuchungen nachgewiesen haben, wird auch der Kreislauf aktiviert und insgesamt die Rumpfkraft spielerisch trainiert. Verschiedene Spiele-Level sind möglich, angepasst an die jeweils persönlichen Voraussetzungen der Teilnehmer. Im Anschluss erhalten diese in einem Beratungsgespräch Tipps zur individuellen Verbesserung ihrer Kraft und Koordinationsfähigkeit. Zeitaufwand pro Flugschüler: etwa 15 Minuten.



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber



Kantinen gesund fördern

Das Essen aus der Betriebsgastronomie sorgt regelmäßig für Zündstoff innerhalb von Belegschaften. Dabei ist klar: Eine gesunde und ausgewogene Ernährung kann für mehr Produktivität und Zufriedenheit sorgen

Zu fettes Essen, zu wenig Vielfalt, übertriebene Gerichte – der Personalleiter eines Telekommunikationsanbieters in einer deutschen Großstadt hatte die Diskussionen über das Essen im Betriebsrestaurant sprichwörtlich satt. „Natürlich haben wir immer wieder Lob von Mitarbeitern bekommen, aber es blieb immer ein ungutes Gefühl, dass wir es besser machen könnten“, sagt Martin Seidel (Name von der Redaktion geändert).

Förderung von der DAK-Gesundheit

Nach einem Gespräch mit dem Kantinebetreiber entschieden sich die Personalverantwortlichen für einen Kantinecheck in Zusammenarbeit mit der DAK-Gesundheit. Für die drittgrößte deutsche Krankenkasse ist das Kantineprogramm ein wichtiger Baustein im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung. „Gesundes Essen ist nicht nur eine Sache des Wohlbefin-

dens, sondern entscheidend für die Leistungsfähigkeit von Beschäftigten“, erklärt Uwe Dresel, zuständig für den Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements der DAK-Gesundheit. „Eine ausgewogene Ernährung kann das Immunsystem stärken und viele Krankheiten im Vorfeld verhindern.“

Gemeinsam mit unseren erfahrenen Partnern der Kraaibeek GmbH und des Beratungsunternehmens für gesundheitsorientierte Betriebsverpflegung, GESOCA, engagiert sich die DAK-Gesundheit für eine gesunde Ernährung am Arbeitsplatz. Das Unternehmen analysiert die Betriebsgastronomie von Unternehmen auf gesundheitliche Aspekte hin und erarbeitet konkrete Maßnahmen zur Verbesserung. Ein solcher Check wird bundesweit von der DAK-Gesundheit gefördert – in Kombination mit einem Programm zur Verhaltensprävention für die Mitarbeiter.

Von der Currywurst abgelenkt

„Wir haben eigentlich nicht viel geändert, aber es waren schon wichtige Stellschrauben, an denen wir gedreht haben“, zieht Christian Feist, Leiter der GESOCA, Bilanz. Gemeinsam mit dem Kantinenleiter wurden neue Menüangebote geschaffen, Rezepte überarbeitet und die Kunden mit neuen Angeboten von der zu fetten Currywurst abgelenkt. Dass der neue gesundheitliche Aspekt bei den Mitarbeitern gut ankam, freut Feist besonders: „Viele positive Rückmeldungen kamen von den Mitarbeitern, die nach dem Essen nicht mehr in ein Energieloch gefallen sind. Im optimalen Fall fühlen sich Mitarbeiter nach dem Mittagessen leistungsstark und vital und können lang und konzentriert arbeiten.“

Wer denkt, dass es nur um die gesunde Menüauswahl und die Zutatenliste geht, der irrt: „Wir schauen auch auf Aspekte, die im ersten Moment gar nicht in direktem Zusammenhang mit einer gesunden Ernährung zu stehen scheinen“, so Hanna-Kathrin Kraaibeek. So wirke sich zum Beispiel die optisch ansprechende Gestaltung der Gerichte oder Umgebung auf die Zufriedenheit der Besucher aus.

Noten für die gesunde Verpflegung

Zum Programm „Smarte Betriebsverpflegung“ gehört neben einer Mitarbeiterbefragung eine grundlegende Überprüfung der angebotenen Gerichte sowie die Schulung für das Kantinenpersonal. Anhand der Speisepläne wird der aktuelle Gesundheitsgrad des Kantinenangebots bestimmt – eine Art Ampelsystem für den Wert des Essens.

Bei Betreibern von Betriebsrestaurants stößt dieser Kantinen-Gesundheits-TÜV nicht immer gleich auf Begeisterung. „Der Gedanke setzt sich aber zunehmend durch, dass nicht nur die Kosten-Bilanz, sondern auch die Gesundheitsorientierung messbar und vergleichbar werden sollte. In der Folge werden Betreiber kreativer – und damit steigt die Qualität der Gastronomie insgesamt“, sagt Christian Feist. Die anfängliche Skepsis bei den Köchen verfliege in der Regel schnell.

Die Erfahrung zeigt: Bei den Kantinenbesuchern geht der Daumen für das Programm auf jeden Fall nach oben. „Natürlich ist vielfach immer noch die Currywurst gefragt, aber die gesunden Alternativen sind jetzt eine starke Konkurrenz“, so Christian Feist.

Reinhild Haacker



& Kurz und kompakt

Smarte Betriebsverpflegung

Das verbirgt sich hinter dem DAK-Angebot:

- Kantinencheck in Bezug auf Gesundheitsförderung, Rezeptur-Optimierung, Schulung von Küchenpersonal
- Abgleich zwischen den Erwartungen des Auftraggebers, der Kunden und der Herausforderungen des Caterers/Koch
- Erhebung einer speziellen Gesundheitskennziffer
- Beratung mit Blick auf gesunde Zwischen- und Hauptverpflegungen
- Beratung zu Ernährung und Betriebsverpflegung
- Workshops unter anderem zu einer gesundheitsgerechten Ernährung für Schichtarbeit, Essen in Stresssituationen, Brainfood oder Fit-Food im Außendienst

www.dak.de/kantinenprogramm



Mehr

Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

Stütze in der Pflege

Immer mehr Arbeitnehmer pflegen einen Angehörigen. Nicht immer bekommen sie ausreichend Unterstützung

Die Zahlen sprechen eine eindeutige Sprache und die Entwicklung, die sie belegen, ist keineswegs neu: In der alternden deutschen Gesellschaft sind derzeit über drei Millionen Menschen pflegebedürftig, ihre Zahl nimmt weiter zu. In der Mehrheit kümmern sich ihre Angehörigen um sie, von denen die allermeisten berufstätig sind. Etwa 2,6 Millionen Erwerbstätige pflegen nach Schätzungen einen Angehörigen – Tendenz steigend.

Zu wenig Hilfsangebote

Beruf und Familie gut miteinander vereinbaren zu können, wird also immer wichtiger, gerade in Zeiten des Fachkräftemangels, denn selbst in der Alten- und Krankenpflege sind deutschlandweit mehr als 35.000 Fachkraft- und Hilfsstellen nicht besetzt.

Die Arbeitskraft der Pflegenden wird dringend gebraucht, sie ist unverzichtbar. Und doch fehlt es laut einer Umfrage des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP), einer gemeinnützigen Stiftung, vielfach an Unterstützungsangeboten in Unternehmen.

Unterstützung für pflegende Angehörige:
Arbeitgeber können helfen

58 Prozent der Unternehmen gaben in der Umfrage an, dass entsprechende Maßnahmen zur besseren Vereinbarkeit bei ihnen weder etabliert noch geplant seien. 43 Prozent bezeichneten die Umsetzung solcher Angebote als zu aufwendig, 34 Prozent als zu teuer. Weit verbreitet ist in den Betrieben offenbar das Unwissen über die Situation der Betroffenen und über mögliche Hilfsangebote. 62 Prozent der befragten Personalverantwortlichen räumten ein, es fehle an Informationen, welche Mitarbeiter tatsächlich Unterstützungsbedarf haben. 63 Prozent vermissen Kenntnisse darüber, welche konkreten Angebote für Betroffene hilfreich wären.

Mehr Familienzeit

Unterstützend soll etwa das Familienpflegezeitgesetz wirken, das 2015 in Kraft trat. Der Begriff der „nahen Angehörigen“ wurde erweitert, indem auch die Stiefeltern, Partner in einer lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft sowie Ehegatten der Geschwister und Geschwister der Ehegatten, Lebenspartner der Geschwister und Geschwister der Lebenspartner aufgenommen wurden. Etabliert wurde ein Pflegeunterstützungsgeld für eine kurzfristige, zehntägige Auszeit. Kern des Gesetzes aber war die Einführung der Familienpflegezeit.

Seitdem können Arbeitnehmer, die einen nahen Angehörigen pflegen, ihre Arbeitszeit maximal zwei Jahre lang auf bis zu 15 Stunden pro Woche reduzieren. Um die Gehaltseinbußen aufzufangen, können sie ein zinsloses Darlehen in Anspruch nehmen. Doch diese Regelung gilt nur für Betriebe mit mehr als 25 Beschäftigten, das Darlehen muss zurückgezahlt werden, in der Praxis hat sich die Familienzeit als wenig attraktiv erwiesen.

Mitarbeiter stützen

Deshalb sind weitere Maßnahmen gefragt. Um eine für sie schwierige Situation halbwegs zu bewältigen und nicht auszubrennen, brauchen pflegende Angehörige Verständnis und konkrete Hilfe. Unternehmen seien in der Verantwortung, ihren Angestellten in dieser Krise zu helfen, argumentiert das ZQP, auch aus Eigennutz. Denn damit tragen sie auch dazu bei, die Mitarbeiter im Unternehmen zu binden.

Eine Möglichkeit besteht in der Schulung von Mitarbeitern als „Pflege-Lotsen“, die die auftretenden Bedarfe weitergeben und über Hilfsangebote informieren. Firmen könnten sich zu regionalen Netzwerken zusammenschließen und gemeinsame Kooperationen mit Einrichtungen der Tagespflege eingehen. Flexible Arbeitszeitmodelle, die Möglichkeit zum Homeoffice oder zu einer Auszeit tun ein Übriges. Und nicht zuletzt bieten externe Dienstleister wie Eldercare (siehe Randspalte Seite 29) bundesweit ihre Unterstützung an. Des Weiteren unterstützt die DAK-Gesundheit mit Angeboten wie beispielsweise dem DAK-Pflegecoach für pflegende Angehörige oder dem Online-Pflegeberater.

Anerkennung ist wichtig

Manchmal erzeugt schon die Anerkennung der Pflegeleistung Rückenwind. „Wenn Sie am Freitag im Büro früher gehen und sagen, ich muss noch für den Marathon trainieren, dann sind Sie echt der Held“, sagt die Buchautorin Katharina Lukas („Was am Ende übrig bleibt: Tagebuch am Pflegebett“). „Wenn Sie sagen, ich gehe früher, weil ich meinem Vater noch die Windeln wechseln muss, dann stoßen Sie in meinen Augen eher auf Ablehnung.“ Und dies müsse sich so schnell wie möglich ändern.

Rainer Busch



+ Zusatzwissen

Pflege unterstützen: Wie Arbeitgeber helfen können

WDS.eldercare ist ein spezielles Betreuungs- und Pflegekonzept zur Unterstützung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und deren pflegebedürftigen Angehörigen für Unternehmen aller Größenordnungen.

WDS.eldercare ist modular aufgebaut und besteht aus den Bausteinen:

- WDS.telefon
- WDS.sprechstunde
- WDS.zuhause
- WDS.kurs
- WDS.telefon
- WDS.beratungseinsatz

Ob und gegebenenfalls in welcher Form oder mit welcher Intensität ein Unternehmen diese einzelnen Produktbausteine in Anspruch nimmt, entscheidet jedes Unternehmen für sich selbst. Ein Webportal sowie ein Kommunikationspaket ergänzen den Service von WDS.eldercare.



Mehr Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

Gesund arbeiten im digitalen Zeitalter

Beim Deutschen Förderpreis für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) drehte sich in diesem Jahr alles um die digitale Transformation und ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit. Eine kleine Rehaklinik hatte dabei die Nase vorn

Die fortschreitende Digitalisierung der Arbeit berührt Menschen auf ganz unterschiedliche Weise: Während die einen neue Perspektiven sehen, fühlen sich andere unter Druck

gesetzt. Letztere Empfindung kann längerfristig die Gesundheit gefährden. Bereits heute verursachen Depressionen, Angststörungen und Erschöpfungssyndrome DAK-Analysen zufolge dreimal so

viele Fehltag wie vor zwanzig Jahren. Grund genug, die Auswirkungen der „Arbeitswelt 4.0“ zum Schwerpunkt des BGM-Förderpreises 2018 zu machen: „Wir möchten jeden anspornen, der sich



Sieger des BGM-Förderpreises (von links) Alexander Timm, CEO MEDISinn AG, München; Andrea Traub, Geschäftsführerin Klinik am schönen Moos, Bad Saulgau; Professor Rolf Rosenbrock, ehemaliger Vorsitzender des wissenschaftlichen Beirats der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und Jurymitglied BGM-Förderpreis; Dr. Hajo Hessabi, stellvertretender Vorstandsvorsitzender DAK-Gesundheit

dafür engagiert, die digitalen Veränderungen mit gesundheitsförderlichen und motivierenden Arbeitsbedingungen in Einklang zu bringen“, so der stellvertretende Vorstandsvorsitzende der DAK-Gesundheit, Dr. Hajo Hessabi. Aus den mehr als hundert Unternehmen, die sich der Aufgabe stellten, wählte eine Fachjury drei Preisträger aus, laut Dr. Hessabi „Musterbeispiele für ein gelungenes BGM.“

Das Potenzial ausgeschöpft

Die „Klinik am schönen Moos“ aus Bad Saulgau (Baden-Württemberg), mit knapp 200 Beschäftigten einer der kleinsten Finalisten des Wettbewerbs, schaffte es mit ihrem Projekt „Psychische Gesundheit 4.0 in der modernen Arbeitswelt von Kliniken“ auf Platz eins. „Die Mitarbeiter können ihren ‚Resilienzquotienten‘, ihre Widerstandsfähigkeit gegenüber Arbeitsstress, an digitalen Befragungsstationen oder per App ermitteln“, erläuterte Alexander Timm. Der CEO des Münchner BGM-Dienstleisters MEDISinn AG zeichnet für den Wettbewerbsbeitrag verantwortlich. Auf die Ergebnisse des Screenings reagiert die Klinik mit passgenauen Workshops und Schulungen. „Unser Projekt ist auch als Orientierungshilfe für andere Kliniken gedacht, die mit ihrem BGM im digitalen Zeitalter ankommen wollen, ohne sich dabei selbst zu verlieren.“ Dr. Hessabi zeigte sich beeindruckt: „Die Klinik schöpft das Potenzial digitaler Anwendungen auf innovative Weise aus und kann so ihr BGM viel effizienter gestalten.“

Nicht immer erreichbar

Die „Silbermedaille“ ging an das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) aus Köln für seine Kampagne „Ausschalten – Abschalten“ zum Thema „ständige Erreichbarkeit“. „Es geht darum,

Smartphones, Tablets und Notebooks bewusst einzusetzen“, sagte Alessa Reichel, stellvertretende Abteilungsleiterin BGM beim DLR. Eine Mitarbeiterbefragung gab dazu den Anstoß: „Für etliche Kollegen war es Usus und zugleich belastend, nach Feierabend und im Urlaub auf berufliche Mails und Anrufe zu reagieren.“ Zur Kampagne gehört auch eine zehntägige „Detox-Challenge“ für den maßvollen Einsatz von Diensthandys und Co. In der Großforschungseinrichtung sind mehr als 8.000 Menschen beschäftigt. „Der Einsatz mobiler Endgeräte prägt unser Leben, birgt aber auch Fallstricke. Das DLR setzt sich differenziert und praxisnah mit dieser wichtigen Thematik auseinander“, lobte Dr. Hessabi.

Bildung für Resilienz

Im drittplatzierten Projekt schließlich widmete sich ein weiterer Finalist den hohen psychischen Anforderungen in der Gesundheitsbranche: Das Klinikum Itzehoe stärkt mit seinem Projekt „Zukunft durch Bildung – Heute für morgen“ durch spezielle Bildungsmaßnahmen die Selbstfürsorge der Beschäftigten und verändert ihren Umgang mit Stress. In dem Krankenhaus arbeiten mehr als 2.000 Menschen. „Wir haben Seminare für den Umgang mit belastenden Situationen erarbeitet und bilden interne Resilienz-Trainer aus“, fasste die stellvertretende Krankenhausdirektorin und Leiterin Personalmanagement, Gunda Dittmer, zusammen. Kommunikationstrainings, eine Ausbildung für systemische Gesprächsführung und ein Pilotprojekt zur berufsübergreifenden Zusammenarbeit runden das Vorhaben ab, bei dem Dr. Hessabi besonders die „durchdachten, gut ineinandergreifenden Maßnahmen zur Stärkung der Arbeitsfähigkeit“ hervorhob. Dreh- und Angelpunkt bliebe die Patientensicherheit.

Annemarie Lünig



+ Zusatzwissen

Der Deutsche BGM-Förderpreis

Mit dem BGM-Förderpreis zeichnen die DAK-Gesundheit und die Kommunikationsberatung MCC Institutionen, Unternehmen und Dienstleister aus, die innovative und nachhaltige Projekte im BGM planen. Die Preisträger erhalten Sachleistungen im Gesamtwert von 60.000 Euro, die sie bei ihren Vorhaben weiterhin unterstützen sollen.

Seit 2015 sind für den Wettbewerb insgesamt mehr als 450 Bewerbungen aus diversen Branchen eingegangen. Ab Frühjahr 2019 können Sie sich zu einem neuen Schwerpunktthema, über das wir rechtzeitig informieren, mit eigenen Vorhaben für den Deutschen BGM-Förderpreis bewerben.

Weitere Informationen und ein Video zur Preisverleihung und zum Siegerprojekt finden Sie unter: www.dak.de/bgm-foerderpreis



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

DAK-Urlabsplaner 2019

Fürs neue Jahr den Überblick behalten

Schluss mit der Zettelwirtschaft: Egal ob Urlaub, Dienstreise oder Seminare – mit dem elektronischen Urlaubsplaner der DAK-Gesundheit behalten Sie den Überblick und können sofort sehen, welcher Mitarbeiter an welchen Tagen nicht im Betrieb anwesend ist. Schnell und einfach können Sie die Abwesenheitszeiten für bis zu 25 Mitarbeiter eintragen und übersichtlich darstellen.



Jetzt die Datei auf Ihren Rechner herunterladen unter www.dak.de/urlabsplaner



Rentner mit Job Jetzt Geld zurück

Rentner mit einem versicherungspflichtigen Job können sich ihre Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge aus der Rente für das Jahr 2018 teilweise erstatten lassen. Voraussetzung: Die gesamten Jahreseinkünfte – zum Beispiel durch Arbeitsentgelte, Versorgungsbezüge, Leistungen der Arbeitsagentur oder Renten – übersteigen die Beitragsbemessungsgrenze in der Krankenversicherung. Eine Erstattung erfolgt ausschließlich auf Antrag des Arbeitnehmers. Erstattungsfähig sind nur die vom Rentner selbst bezahlten Beiträge für den Teil der Rente, der die Beitragsbemessungsgrenze übersteigt. Das Arbeitsentgelt wird dagegen von der Beitragserstattung nicht berührt. Für das Jahr 2018 beträgt die Beitragsbemessungsgrenze in der Kranken- und Pflegeversicherung 53.100,00 Euro beziehungsweise monatlich 4.425,00 Euro.

Weitere Informationen mit ausführlichen Rechenbeispielen finden Sie unter www.dak.de/rentnerjob
Bei Fragen zum Thema erreichen Sie unsere Fachexperten unter der **DAK Arbeitgeber-Hotline 040 325 325 810**

Termine Für Ihre Planung

Fälligkeitstermine 2019

Monat	Beitragsnachweise übermitteln bis	Fälligkeit GSV-Beiträge
1/19	25.01.2019	29.01.2019
2/19	22.02.2019	26.02.2019
3/19	25.03.2019	27.03.2019
4/19	24.04.2019	26.04.2019
5/19	24.05.2019	28.05.2019
6/19	24.06.2019	26.06.2019
7/19	25.07.2019	29.07.2019
8/19	26.08.2019	28.08.2019
9/19	24.09.2019	26.09.2019
10/19	24.10.2019	28.10.2019
11/19	25.11.2019	27.11.2019
12/19	19.12.2019	23.12.2019

Mehr Informationen unter www.dak.de/faelligkeitstermine



Ihr Vorteil:
ohne Gesundheitsfragen!

Vorsorge für gesunde Zähne.

Bei besonderen Füllungen, z. B. in Zahnfarbe, oder bei der professionellen Zahnreinigung fallen gesetzliche Eigenanteile für Sie an.

Reduzieren Sie Ihre Zahnarztkosten ganz einfach und günstig mit dem Zusatzschutz **DAK Plus Zahnvorsorge**.

Die wichtigsten Vorteile

- **65 Euro** für Zahnprophylaxe und Zahnsteinentfernung – pro Jahr.
- 100% für hochwertige Zahnfüllungen
- 100% für Fissurenversiegelungen
- **Nur 6,90 Euro** im Monat

Stiftung Warentest	SEHR GUT (1,1)
Finanztest	DAK Plus Zahn + Zahn TOP + Zahnvorsorge
	Baugleich mit EZ + EZT + EZP
	Ausgabe 05/2018 www.test.de
	18EY34

Neue Sachbezugswerte 2019

Mahlzeiten und die Bereitstellung einer Unterkunft sind als geldwerter Vorteil bei der Berechnung von Steuer- und Sozialabgaben als Arbeitsentgelt mit den amtlichen Sachbezugswerten zu berücksichtigen. Für die alten und neuen Bundesländer gilt ein einheitlicher Gesamtsachbezugswert.

Ab 1.1.2019 gelten folgende Werte:

Freie Verpflegung	251,00 €
davon	
Frühstück	53,00 €
Mittagessen	99,00 €
Abendessen	99,00 €
€	
Freie Unterkunft	231,00/196,35 €*
Insgesamt	482,00/447,35 €*

* Jugendliche bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres und Auszubildende

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

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.



Erfolg beginnt im Kopf

Ob wir uns beruflich weiter entwickeln oder schwierige Situationen im Job leichter meistern wollen – von Spitzensportlern lässt sich dafür einiges abschauen

Meeting-Marathons, der Sprint zum Projektabschluss oder der Sprung ins kalte Wasser: Herausforderungen gehören zum Berufsalltag. Mentale Stärke bedeutet, Leistung punktgenau abrufen zu können. Das ist in der Arbeitswelt gefragt, ebenso wie im Spitzensport. Mentalcoach Antje Heimsoeth unterstützt

Athleten dabei, ihre Ziele zu erreichen. Sie ist überzeugt, dass die Techniken der Spitzensportler auch im Job weiterhelfen: „Erfolg entsteht im Kopf.“

Selbstvertrauen und Motivation

Nicht nur auf Talent, Disziplin und Beharrlichkeit kommt es an. Sondern auf eine innere Haltung, Selbstvertrauen und Motivation. Doch es ist manchmal nicht leicht, konkret zu formulieren, wohin es gehen soll. Eher fällt einem ein, was man alles nicht will. Doch anstatt uns eine Situation vorzustellen, die wir vermeiden wollen, ist es besser, auf etwas zuzusteuern, das uns freut und Kraft gibt. Dabei denken Spitzensportler eher zu groß als zu klein. Als 15-Jähriger sollte Weltklasse-Tennis-

spieler Roger Federer seine sportlichen Ziele aufschreiben. Seine Mitschüler im Tennisinternat gaben an, Berufsspieler werden oder unter die ersten 100 der Weltrangliste vorstoßen zu wollen. Federer schrieb: „In die Top Ten kommen und dann die Nummer eins werden.“ 2004 hatte er sein Ziel erreicht. Vier Jahre in Folge blieb er die Nummer eins.

Innere Stärke

Ein erster Schritt ist, sich den Ist-Zustand vor Augen zu führen. Sich zu fragen: Wo stehe ich? Wohin will ich? Wofür lohnt es sich, täglich aufzustehen? Wie dringend ist mein Wunsch nach Veränderung? Wie gehe ich mit Niederlagen und Fehlern um? Wo liegen meine Stressquellen?



Mentale Stärke:
Was wir von Spitzensportlern lernen können

Sich innere Stärke zu erarbeiten, bedeutet Übung. Denn unter Druck und Stress greift das Gehirn gern auf altbekannte Muster zurück. Dominieren auf der „Festplatte“ vor allem negative Einstellungen, wird das Unterbewusste entsprechende Reaktionen in Gang setzen. Je häufiger wir neue positive Überzeugungen wiederholen, desto mehr verkümmern die alten neuronalen „Autobahnen“.

Heimsoeth empfiehlt daher, einen wohlwollenden inneren Dialog mit sich zu führen. Statt sich mit einer Negativ-Überzeugung wie „Ich bin nicht gut genug“ zu hemmen, kann man sich mit dem bejahenden Satz „Ich glaube an mich und meine Möglichkeiten“ motivieren. „Wenn Sie eine positive Affirmation zu

einem Ohrwurm werden lassen, desto wirkungsvoller“, schreibt sie in ihrem Buch „Mentale Stärke. Was wir von Spitzensportlern lernen können“.

Stabilität schaffen

Hilfreich ist auch, sich sein Ziel in allen Details vorzustellen. Eine selbst geklebte Collage trägt dazu bei, zu visualisieren, wohin der Weg führen soll. „Mit der Macht der inneren Bilder ebnen Sie den Weg zur realen Umsetzung“, schreibt Heimsoeth. Diese pushen die Leistungsfähigkeit und helfen in der herausfordernden Situation unmittelbar dabei, Störendes auszublenden und sich auf das Wesentliche zu konzentrieren.

Auch ein unterstützendes Umfeld ist ein wichtiger Nährboden für Erfolg. Spitzensportler planen daher ganz bewusst Zeit für Beziehungen ein, zu ihren Partnern, Freunden und der Familie. „Im privaten Umfeld liegt die Quelle für Stabilität und Sicherheit, Ruhe und Verlässlichkeit. Gerade in Krisen finden Sie hier Zuspruch und Bestätigung“, sagt Heimsoeth.

Denn Risikofreude gehört zu Spitzenleistungen ebenso dazu wie Niederlagen. Diese zeigen, wo wir stehen und was es zu verbessern gilt. Wer nach dem „Triple-A-Prinzip“ vorgeht, bewältigt Fehler leichter. Es besagt, die Niederlage zu akzeptieren, sie zu analysieren und sie dann abzuhaken. Gelingt das nicht, beherrscht der Rückschlag weiter das Denken und beeinträchtigt das Selbstwertgefühl.

Wenn man Herausforderungen meistern möchte wie ein Spitzensportler, sollte man genügend Regenerationsphasen einplanen. Denn eines dürfe man niemals vergessen, sagt Heimsoeth: „Ohne Spaß an dem, was wir tun, sind wir nicht zu Höchstleistungen fähig. Glück und Zufriedenheit sind die Basis für Erfolg, nicht umgekehrt.“

Sabine Henning



& Kurz und kompakt

B2Run Gemeinsam aktiv

„Runter vom Bürostuhl, rein in die Laufschuhe“: Der deutsche Firmenlauf B2Run bringt alle gemeinsam zum Laufen, vom Azubi bis zum Unternehmensvorstand. Teamspirit zählt! In siebzehn deutschen Großstädten werden ab Mai 2019 über 200.000 Teilnehmer aus tausenden Unternehmen erwartet, von geübten Läufern bis Nordic Walkern. Die Strecke von rund sechs Kilometern ist für jeden machbar. Neben den schnellsten Läufern und Teams werden die fittesten Unternehmen mit den meisten Teilnehmern ausgezeichnet. Bei der dritten Kategorie „Die Originellsten“ geht es nicht um die Laufleistung, sondern um das kreativste Laufoutfit. Die Läufe enden mit einem spektakulären Zieleinlauf in Deutschlands größten Stadien. Alle Städte-Gewinner werden zum großen B2Run-Finale im September 2019 nach Köln eingeladen. Seit 2010 unterstützt die DAK-Gesundheit den B2Run.

www.dak.de/b2run



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

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) kommt 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. *Karsten Kröttsch*



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber



Win-win mit Sinn!

Jetzt anmelden bei

Beispiele für mögliche Spendenempfänger

www.dak-firmenwerbenkunden.de

Sie wollen Punkte sammeln und Vorteile sichern – dann haben wir eine Lösung!

Sie müssen dafür, auch als Mitarbeiter, gar nicht viel tun: Einfach die DAK-Gesundheit im Unternehmen als ausgezeichnete Krankenkasse* bekannt machen. Mit jedem neuen DAK-Mitglied aus Ihrer Firma wird auch Ihr Punktekonto prächtig wachsen.

Und Sie entscheiden dann, ob die Punkte gegen Sachprämien getauscht oder als Spendenzahlung für einen guten Zweck eingesetzt werden.

Also: Sprechen Sie mit Ihren Kollegen, geben Sie ihnen die Chance auf eine optimale Absicherung und punkten Sie für die gute Sache – ganz nebenbei.



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.



Fachkräftemangel:
*Arbeitnehmer werden in vielen
Branchen dringend gesucht*

Die Kehrseite des Booms

Viele Unternehmen suchen händeringend nach qualifiziertem Personal. Das Fachkräftezuwanderungsgesetz soll helfen, den Mangel zu lindern

Mit rund 45 Millionen hat Deutschland mehr Erwerbstätige als je zuvor. Die Zahl der offenen Stellen hat mit 1,2 Millionen ein Rekordniveau erreicht, die der Arbeitslosen sinkt seit Langem. Dem Land geht es so gut wie lange nicht und doch hat der Boom eine Schattenseite. In ihrem Herbstgutachten sagten führende Forschungsinstitute für 2019 einen Rückgang der prognostizierten Wirtschaftsleistungen voraus – und begründeten dies auch mit dem Fehlen von Fachkräften.

Viele Ältere, zu wenig Junge

Ob im IT-Bereich, in der Pflege oder der Gastronomie, ob in der Verwaltung, der Metall- und Elektroindustrie oder auf dem Bau: Überall sind Fachkräfte rar. Zwei Drittel aller offenen Stellen sind nach einer Studie des Instituts der deutschen Wirtschaft Köln (IW) schwer zu besetzen. Besonders kleine Unternehmen haben es zunehmend schwer, passende Mitarbeiter zu finden. In Süddeutschland ist der Mangel besonders ausgeprägt. 1,6 Millionen Fachkräfte

fehlen, beklagte kürzlich der Deutsche Industrie- und Handelskammertag.

Die Ursachen für diese Entwicklung liegen nicht nur im anhaltenden Wirtschaftswachstum. Durch den demografischen Wandel scheiden immer mehr ältere Arbeitnehmer aus dem Beruf aus, viel zu wenig junge folgen nach. Diese zieht es zudem in die Großstädte, in den ländlichen Regionen und kleineren Städten nimmt der Fachkräftemangel zu. Statt für eine Ausbildung entscheiden sie sich immer öfter für ein Studium – mit entsprechenden Folgen für das Handwerk. Und dann ist da noch die Digitalisierung. Diese verlangt bestimmte Qualifikationen. Wer sie besitzt, ist gesucht – von vielen Firmen gleichzeitig.

Kreativität ist gefragt

Die Unternehmen müssen sich etwas einfallen lassen und das tun sie auch. Schulpatenschaften, Praktikumsmöglichkeiten für Schüler und Studenten, Azubis als Ausbildungsbotschafter oder die Nutzung von sozialen Netzwerken zählen zu den Maßnahmen der Nachwuchsgewinnung. Um als attraktiver Arbeitgeber zu gelten, braucht es jedoch mehr: das Aufzeigen von Aufstiegs- und Entwicklungschancen etwa, flexible Arbeitszeiten oder eine ansprechende Unternehmenskultur. Auch bislang Vernachlässigte geraten ins Blickfeld: Frauen, Ältere – und Zuwanderer.

Neue Möglichkeiten

Mit dem Fachkräftezuwanderungsgesetz will die Bundesregierung die Erwerbsmigration für qualifizierte Fachkräfte erleichtern. Schon jetzt dürfen Nicht-EU-Bürger mit Hochschulabschluss kommen, um sechs Monate auf Jobsuche zu gehen, sofern sie in dieser Zeit für ihren Lebensunterhalt selbst aufkommen. Für diese Hochqualifizierten hat die EU die Blaue Karte eingeführt.

Kleine Handwerksbetriebe und Mittelständler auf der Suche nach Elektrikern oder Mechanikern profitieren von dieser Regelung nicht. Das soll sich ändern. Auch Fachkräfte mit Berufsabschluss sollen einwandern dürfen, und zwar nicht nur in Mangelberufen. Betriebe, so der Plan, werden nicht mehr nachweisen müssen, dass keine bevorrechtigten Inländer für einen angebotenen Job zur Verfügung stehen, ehe sie einen Nicht-EU-Bürger einstellen. Diese sogenannte Vorrangprüfung entfällt.

Die Anerkennung von ausländischen Berufsabschlüssen soll vereinfacht und beschleunigt werden. Auch hier müssen Bewerber belegen, dass sie während der Jobsuche ihren Lebensunterhalt selbst tragen. In dieser Phase dürfen sie auch unterhalb ihrer eigentlichen Qualifikation arbeiten. Eine Einwanderung in die Sozialsysteme soll verhindert werden.

Eine Lücke bleibt

Ein Allheilmittel ist das geplante Gesetz, das bislang im Referentenentwurf vorliegt, jedoch nicht. Experten schätzen den jährlichen Bedarf für ausländische Fachkräfte auf mehrere hunderttausend Menschen. Ob tatsächlich so viele angeworben werden können, ist fraglich. Um eine Arbeiterlaubnis zu erhalten, müssen Bewerber ausreichende Deutschkenntnisse nachweisen. Und Deutsch ist bekanntlich keine Weltsprache.

Rainer Busch



Mehr
Informationen

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen DAK Business Consulting unter der **DAK-Hotline 040 325 325 750** zum Ortstarif.

Mehr Informationen auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber



+ Zusatzwissen

DAK-Service für fremdsprachige Arbeitnehmer

Informationen zu unseren Leistungen in verschiedenen Landessprachen finden Sie hier im Netz:

Englisch

www.dak.de/english

Polnisch

www.dak.de/polska

Bulgarisch

www.dak.de/bulgarski

Ungarisch

www.dak.de/magyar

Rumänisch

www.dak.de/romana

Türkisch

www.dak.de/turkce



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



„Mit Geld allein gewinne ich keine Talente!“

Pino Almeida, Geschäftsführer der Bit Projects GmbH, einer der führenden Webvideo-Produktionsfirmen

Gesundheitsförderung ist **ein Erfolgsfaktor.**

Arbeitnehmer schauen heutzutage nicht nur auf das Gehalt. Gewinnen Sie neue Teamplayer mit Gesundheitsaktionen am Arbeitsplatz und motivieren Sie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. **DAK Business Consulting bietet Ihnen individuelle, maßgeschneiderte Gesundheitskonzepte.** Lassen Sie sich jetzt kostenlos beraten: www.dak-vorteile.de/arbeitgeber



DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

Sie haben noch Fragen?

**Wir sind für Sie da,
rund um die Uhr an 365 Tagen.**

Sprechen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie eine
weitergehende Beratung zu unseren Angeboten im neuen
DAK Business Consulting unter der
DAK-Hotline 040 325 325 750 zum Ortstarif

Weitere Informationen und Services zu unserem neuen Angebot auf
www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

Immer auf dem neuesten Stand:
Bestellen Sie gleich unseren DAK-Arbeitgebernewsletter auf
www.dak.de/arbeitgeber-newsletter



Die DAK-Gesundheit unterstützt die nachhaltige Kompensation von Treibhausgasen



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



„Mit Geld allein gewinne ich keine Talente!“

Pino Almeida, Geschäftsführer der Bit Projects GmbH, einer der führenden Webvideo-Produktionsfirmen

Gesundheitsförderung ist **ein Erfolgsfaktor.**

Arbeitnehmer schauen heutzutage nicht nur auf das Gehalt. Gewinnen Sie neue Teamplayer mit Gesundheitsaktionen am Arbeitsplatz und motivieren Sie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. **DAK Business Consulting bietet Ihnen individuelle, maßgeschneiderte Gesundheitskonzepte.** Lassen Sie sich jetzt kostenlos beraten: www.dak-vorteile.de/arbeitgeber

DAK
Gesundheit
Ein Leben lang.

