



BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

WIR STÄRKEN DIE GESUNDHEIT UNSERER
MITARBEITER.

Sehr geehrte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,*

durch Ihren Einsatz und Ihr Engagement tragen Sie ganz wesentlich zum Erfolg unseres Unternehmens bei. Die Ausbildung junger Menschen im Berufsbildungswerk, die Begleitung Erwachsener mit psychischen Erkrankungen beim Wiedereinstieg in das Berufsleben und die schulische Bildung von Kindern fordern Sie immer wieder neu.

Wir als Berufsbildungswerk Sachsen GmbH haben uns zum Ziel gesetzt, nicht nur die Lebensqualität unserer Kunden zu verbessern, sondern auch die Gesundheit unserer Mitarbeiter zu stärken. Mit unseren Angeboten der betrieblichen Gesundheitsförderung möchten wir Sie aktiv dabei unterstützen, die Anstrengungen Ihrer Arbeit und des Alltags zu bewältigen sowie gesundheitliche Risiken zu reduzieren.

Diese Broschüre soll Ihnen einen Überblick über unsere derzeit bereits bestehenden Angebote zur betrieblichen Gesundheitsförderung geben. Wir möchten Sie aufrufen, diese Angebote wahrzunehmen, um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu fördern. Im Rahmen der angekündigten Weiterentwicklung unseres betrieblichen Gesundheits-

managements werden wir Sie über neue Angebote, insbesondere auch für unsere Standorte außerhalb Dresdens, zukünftig auf dem Laufenden halten.



Dr. Hans-Jochen Seidel
Geschäftsführer



Hans-Joachim Eucker
Geschäftsführer

* Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden die weibliche und männliche Formulierung ggf. alternierend verwendet. Gleichwohl sind stets beide sowie intersexuelle Formen erfasst.

AUF EINEN BLICK

UNSERE ANGEBOTE FÜR SIE IM ÜBERBLICK

- ▮ Flexible Arbeitszeit
- ▮ Teilzeit
- ▮ Zuschuss zur Arbeitsplatzbrille
- ▮ Bezahlte Freistellung bei Facharztbesuchen
- ▮ Gripeschutzimpfung
- ▮ Physiotherapie
- ▮ Pilates
- ▮ Yoga
- ▮ Firmenläufe



FLEXIBLE ARBEITSZEIT

Mit unserer flexiblen Arbeitszeit vermeiden wir eine starre Arbeitszeitregelung und ermöglichen Ihnen im Sinne einer familienbewussten Arbeitswelt eine flexible Gestaltung der Arbeitszeit.

Unser Angebot für Sie:

- Im Rahmen der Gleitzeitregelung können Sie an vielen Arbeitsplätzen unter Beachtung der betrieblichen Erfordernissen und der Kernarbeitszeit Arbeitsbeginn und -ende individuell festlegen.
- Die konkreten Rahmenbedingungen finden Sie in der jeweiligen Betriebsvereinbarung Arbeitszeit Ihrer Abteilung.
- Die flexible Arbeitszeitregelung ermöglicht es Ihnen bspw. auch einmal früher zu gehen und die freie Zeit mit Ihrer Familie zu genießen.

Ansprechpartner:

- Direkter Vorgesetzter

TEILZEIT

Das Angebot der Teilzeitarbeit ermöglicht es Ihnen, regelmäßig kürzer zu arbeiten als vergleichbare Vollzeitmitarbeiter. Eine Teilzeitbeschäftigung kann auf unterschiedliche Weise organisiert sein – befristet oder unbefristet, in einer 5-Tage-Woche oder auch an weniger Arbeitstagen.



Unser Angebot für Sie:

- In vielen Geschäftsbereichen bzw. Abteilungen besteht die Möglichkeit zur Arbeit in Teilzeit, um u.a. eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu ermöglichen.
- Anträge auf Änderung der Arbeitszeit (formlos) werden wohlwollend geprüft und genehmigt, solange eine Teilzeitbeschäftigung dem Betriebsablauf nicht im Wege steht.

Ansprechpartner:

- Direkter Vorgesetzter
- Mitarbeiter der Personalabteilung
Telefon: 0351 8437-608



ZUSCHUSS ZUR ARBEITSPLATZBRILLE

Eine Arbeitsplatzbrille, oft auch als Bildschirmbrille oder Bildschirmarbeitsplatzbrille bezeichnet, ist eine Sehhilfe, die speziell für die tägliche Arbeit am Computer erforderlich ist. Lassen Sie sich durch Ihren Augenarzt oder während der betriebsärztlichen Untersuchung die medizinische Notwendigkeit einer Arbeitsplatzbrille bestätigen.



Unser Angebot für Sie:

- Alle Brillenträger werden beim Kauf einer Arbeitsplatzbrille durch einen Kostenzuschuss in Höhe von bis zu 40 Euro finanziell unterstützt.
- Nach Ihrem Brillenkauf reichen Sie Ihre Rechnung im Original sowie die ärztliche Bescheinigung im Personalwesen ein. Den Zuschuss können Sie aller drei Jahre erhalten.

Ansprechpartner:

- Direkter Vorgesetzter
- Mitarbeiter der Personalabteilung
Telefon: 0351 8437-608



BEZAHLTE FREISTELLUNG BEI FACHARZTTERMINEN

Grundsätzlich sollten Sie versuchen Facharzttermine in die arbeitsfreie Zeit zu legen. Sollte das trotz Gleitzeitregelung jedoch nicht möglich sein (z.B. bei Sprechstunden, die ausschließlich innerhalb der Kernarbeitszeit liegen), besteht für Sie die Möglichkeit zur bezahlten Freistellung.

Unser Angebot für Sie:

- Sie stellen bei Ihrem direkten Vorgesetzten einen Antrag (Word-Vorlage: BBW Q_Antrag auf Arbeitsbefreiung) auf Bewilligung von Arbeitsbefreiung.
- Nach erfolgreicher Prüfung Ihres Antrags durch das Personalwesen erhalten Sie Ihren Antrag zurück und sind für den Facharzttermin von der Arbeit freigestellt.
- Im Anschluss reichen Sie die Bestätigung Ihres Facharztes über die Wahrnehmung des Arzttermines im Personalwesen ein.

Ansprechpartner:

- Direkter Vorgesetzter
- Mitarbeiter der Personalabteilung
Telefon: 0351 8437-608

GRIPPESCHUTZIMPfung

Die Gripeschutzimpfung ist die effektivste Maßnahme, um einer Grippe vorzubeugen. Dabei ist es wichtig, sich jedes Jahr erneut impfen zu lassen. Besonders empfehlenswert ist die Gripeschutzimpfung für Mitarbeiter mit häufigem Kundenkontakt, für medizinisches und pflegendes Personal, ältere Menschen sowie Schwangere.



Unser Angebot für sie:

- Die Gripeschutzimpfung wird im Rahmen der arbeitsmedizinischen Vorsorgeuntersuchung im Herbst (meist Oktober) angeboten.
- Etwa vier Wochen zuvor wird der Bedarf bei den Mitarbeitern durch die jeweiligen Ansprechpartner erfragt und der Termin mitgeteilt.
- Kostenfrei

Ansprechpartner:

- Grit Richter (BBW Dresden, BTZ Dresden, SRH Schulen Dresden)
- Simona Schill (BBW Cottbus, BTZ Cottbus)
- Udo Metzger (BTZ Leipzig)



PHYSIOTHERAPIE

Ziel der physiotherapeutischen Behandlung ist es, die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers zu verbessern. Es werden Erkrankungen, Beschwerden und Verletzungen behandelt bzw. ihnen vorgebeugt. Die Behandlungen eignen sich insbesondere für Mitarbeiter, die eine vorwiegend sitzende Tätigkeit ausüben oder über Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparates klagen.



Unser Angebot für Sie:

- Mitarbeiter können nach vorheriger Vereinbarung das Angebot von der klassischen Massage bis hin zur Rückenschule nutzen.
- Standort: Physiotherapie (Haus Ga) Hellerhofstraße 21, 01129 Dresden
- Nutzung/Kosten: mit Rezept oder durch private Zahlung entsprechend der Kostenübersicht möglich (Public Ordner – Personalwesen – Gesundheitsmanagement – Physiotherapie)
- Termine: nach Vereinbarung

Ansprechpartner:

- Das Team der Physiotherapie des
BBW Dresden
Telefon: 0351 8437-649



PILATES

Pilates ist ein Fitness- und Gesundheitstraining, das der Prävention von Beschwerden des Muskel-Skelett-Systems dient. Eine Kombination aus Kräftigungs-, Dehnungs- und Widerstandsübungen steigert die körperliche Vitalität, verbessert die Körperhaltung und beugt Rückenschmerzen vor. Pilates ist für Mitarbeiter optimal, die mehr Bewegung in ihren Alltag bringen möchten oder viel am Schreibtisch sitzen.

Unser Angebot für Sie:

- Pilates wird von der Physiotherapie des BBW Dresden angeboten.
- Kurszeiten: Mittwoch 12:30 – 13:30 Uhr und 16:30 – 17:30 Uhr
- Standort: BBW Dresden, Physiotherapie (Haus Ga), Hellerhofstraße 21, 01129 Dresden
- Kostenfrei

Ansprechpartner:

- Sabine Günther
Telefon: 0351 8437-649

YOGA

Yoga ist eines der besten Mittel zur Stressbewältigung. Es verbindet körperliche und geistige Übungen, kann grundsätzlich von jedem ausgeübt werden. Yoga hilft Verspannungen zu lösen, stressbedingte Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen zu lindern oder gar nicht erst entstehen zu lassen. Es dehnt und kräftigt die Muskulatur, fördert die Beweglichkeit und hilft den Anforderungen des Alltags mit mehr Gelassenheit zu begegnen.



Unser Angebot für Sie:

- Jeden Dienstag und Donnerstag können Sie am Yogaunterricht mit Ernada Catak teilnehmen.
- Kurszeiten: Dienstag und Donnerstag von 16:30 – 17:30 Uhr
- Standort: BBW Dresden, Physiotherapie (Haus Ga), Hellerhofstraße 21, 01129 Dresden
- Kostenfrei

Ansprechpartner:

- Ernada Catak
Telefon: 0351 8437-8599



Firmenläufe

Laufsport verbessert die körperliche Fitness und fördert durch die Ausschüttung von Glückshormonen positive Gefühle. Das Training stärkt das Herz-Kreislauf- und das Immunsystem, kräftigt die Muskeln und hilft Stress abzubauen. Laufbegeisterte Mitarbeiter sind bei der REWE Team Challenge in Dresden und dem SRH Dämmer Marathon in Mannheim dabei. Nicht die maximale Leistung steht im Vordergrund, sondern das gemeinsame Lauferlebnis mit den Kollegen sowie der Gesundheitsgedanke.

Ansprechpartner:

■ Mitarbeiter der Personal-
abteilung
Telefon: 0351 8437-608



Unser Angebot für Sie:

REWE Team Challenge

- Jedes Jahr in der ersten Juniwoche
- Lauf durch die Innenstadt Dresdens
- Strecke: 5 km
- Organisation durch das Personalwesen
- Kostenfrei, Startgebühr und Kosten für Laufshirt werden vom Unternehmen für Sie übernommen.

SRH Dämmer Marathon

- Jedes Jahr am Pfingstwochenende
- Rundkurs durch Mannheim und Ludwigshafen
- Strecke: Marathon, Halbmarathon, Duo-Marathon (zwei Läufer), Team-Marathon (bis zu sechs Läufer teilen sich die Marathon-Strecke)
- Organisation durch das Personalwesen
- Kostenfrei, Startgebühr sowie Fahrt- und Übernachtungskosten werden vom Unternehmen für Sie übernommen.



Dieser QR-Code verbindet Ihr Mobiltelefon direkt mit unserer Internetseite.

Stand: 03/2017

Satz: www.paritschkow.com
Fotos: Berufsbildungswerk Sachsen, SRH Holding

Berufsbildungswerk Sachsen GmbH

Hellerhofstraße 21

01129 Dresden

Telefon +49(0)351 8437-602

Telefax +49(0)351 8437-730

personal.bbws@srh.de

www.berufsbildungswerk-sachsen.de

