

## ■ Gesundheitsvorsorge

Prävention ist ein wichtiger Faktor des Gesundheitsmanagements. Dazu zählt die regelhafte Durchführung der Untersuchung bei unserer Betriebsärztin. Darüber hinaus können alle Mitarbeiter an der jährlichen Gripeschutzimpfung teilnehmen.

## ■ Aktion 1.000 Leben retten!

Darmkrebsfrüherkennung im Unternehmen? Darauf setzt die „Aktion 1.000 Leben retten!“. Wir bieten unseren Mitarbeitern eine für sie kostenlose und anonyme Testteilnahme. Die Teilnahme und das Testergebnis bleibt dem Arbeitgeber verborgen. Sollte das Ergebnis positiv sein, erhält der Testteilnehmer genaue Hinweise über empfohlene medizinische Diagnose- und Therapievorschläge.

### Zielgruppe

Wir bieten den kostenlosen Test nicht nur unseren Mitarbeitern, sondern auch deren Lebenspartnern an. Die Aktion findet jährlich Contilia-weit statt.

## ■ Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

Der Arbeitgeber ist verantwortlich, Arbeitsbedingungen zu schaffen, die Mitarbeiter nicht krank machen bzw. bereits vorhandene Einschränkungen nicht verstärken. Wenn ein Mitarbeiter häufig oder länger krank ist, könnte dies auch an den Arbeitsbedingungen liegen. Manchmal schaffen technische Hilfsmittel wie etwa Hebe- und Tragehilfen oder eine ergonomische Tastatur Abhilfe. Auch der Einsatz in einem anderen Arbeitsbereich kann dem Mitarbeiter möglicherweise helfen. BEM ist ein wichtiges Instrument des betrieblichen Gesundheitsmanagements und als Dienstvereinbarung zwischen Geschäftsführung und MAV geregelt – siehe ShareCenter. Bei einem BEM-Gespräch, das immer eine freiwillige Entscheidung des Arbeitnehmers ist, wird gemeinsam mit Unternehmensvertretern überlegt, welche Maßnahmen die Gesundheit positiv unterstützen könnten. Auskunft erteilt die Personalabteilung.

### Zielgruppe

BEM richtet sich an Arbeitnehmer, die krankheitsbedingt sechs Wochen oder länger ausfallen.

## ■ Gesundheitstage

Mit den Gesundheitstagen geben wir unseren Mitarbeitern ganz praktisch die Möglichkeit, sich während der Arbeitszeit mit Ihrer Gesundheit und Ihrem persönlichen Wohlbefinden zu befassen.

## ■ Gemeinsam feiern

Zum jährlichen Betriebsfest und zu den Weihnachtsfeiern sind alle Mitarbeiter herzlich eingeladen.

## ■ Mitarbeiterumfragen und -Versammlungen

Im Rahmen des Qualitätsmanagements führen wir gemeinsam mit der Mitarbeitervertretung Mitarbeiterbefragungen durch. Ihre Rückmeldung ist uns wichtig, denn nur so können wir Arbeitszusammenhänge und Prozesse weiter verbessern. Wir bitten Sie, an den Befragungen teilzunehmen. Die Ergebnisse werden aufbereitet, vorgestellt und im ShareCenter zur Verfügung gestellt. In regelmäßigen Mitarbeiterversammlungen gibt die Geschäftsführung darüber hinaus einen Einblick in aktuelle Projekte und Unternehmensentwicklungen.

## ■ Kontakt

Sie haben eine konkrete Idee, wie wir unser BGM verbessern können? Sie würden sich eine ganz bestimmte Maßnahme zusätzlich wünschen?

Sprechen Sie unsere Mitarbeitervertretung an:  
Maria Biebricher  
Mail [mav-ku@contilia.de](mailto:mav-ku@contilia.de)  
Fon 0201 455-1120

Für das Wichtige. Im Leben.



06.2018

Katholische Kliniken  
Ruhrhalbinsel

Für das Wichtige. Im Leben.

Liebe Mitarbeiterin,  
lieber Mitarbeiter.

Betriebliches Gesundheitsmanagement – kurz BGM – was ist das eigentlich? Ziel ist es, Arbeit, Organisation und Verhalten am Arbeitsplatz gesundheitsförderlich zu gestalten. Weil uns Ihre Gesundheit am Herzen liegt, möchten wir ein möglichst umfassendes Angebot schaffen, in dem Sie sich als Mitarbeiter wiederfinden.

Dieser Flyer zum betrieblichen Gesundheitsmanagement verschafft Ihnen einen Überblick. Abgestimmt auf Ihre Interessen planen wir, unser Angebot für Sie auszubauen und freuen uns daher auch über Anregungen Ihrerseits, uns alle „gesünder“ zu machen.

Ihr  
Markus Frieling

### ■ Sportangebote – Reha Kupferdreh

Die Reha Kupferdreh bietet mit ihrem Präventionsbereich SPORTZ ganztägige Trainingszeiten mit günstigen Beiträgen an. Schwerpunkte bilden hier die Themen allgemeine Fitness und Rückentraining. Es stehen moderne Trainingsgeräte zur Verfügung, die unter fachmännischer Anleitung genutzt werden können. Interessiert? Schnuppern Sie einfach in die Räumlichkeiten der Reha Kupferdreh rein und vereinbaren Sie bei SPORTZ ein kostenloses Probetraining! Den aktuellen Kursplan finden Sie unter [www.sportz-essen.de](http://www.sportz-essen.de).

### ■ Tanzen im Zentrum für Altersmedizin

Unter Anleitung einer ausgebildeten Tanzlehrerin wird im St. Elisabeth-Krankenhaus Niederwienigern das Tanzbein geschwungen. Alle Infos zum aktuellen Kurs unter [www.contilia.de](http://www.contilia.de).

### ■ Betriebssport

Die zahlreichen Angebote des Betriebssport machen nicht nur fit, sondern auch Spaß im Team mit den Kollegen, u.a.:

- Kostenlose Teilnahme an Sportveranstaltungen der Herz-Kreislauf-Initiative „1.000 Herzen für Essen“: Lauf-Events auf Zeche Zollverein und 1.000 Herzen-Triathlon Essen
- Firmenlauf: Organisation und Anmeldung durch den Sportbeauftragten der Contilia. Kostenlose Teilnahme.

### ■ Gesunde Ernährung

Als zertifizierte Lehrklinik für Ernährungsmedizin steht unser Unternehmen für gesunde Kost im Krankenhaus, für Patienten ebenso wie für Mitarbeiter. Unser Küchendienstleister Klüh bietet täglich auch in den Cafeterien ein gesundes Menü an. Rezepte in der COMMIT-App machen außerdem Lust, auch zuhause gesund zu kochen.

### ■ Ethikkomitee

Das Ethikkomitee bietet konkrete Hilfestellung bei ethischen Fragen und Konflikten. Ziel ist ein offener und professioneller Umgang mit ethischen Fragestellungen in den Einrichtungen der Katholischen Kliniken Ruhrhalbinsel. Die ethische Fallbesprechung kann bei Bedarf angefordert werden von Patienten, Bewohnern, Angehörigen, Bevollmächtigten, Betreuenden und von allen Mitarbeitern.

### ■ Spirituelles

Vielleicht suchen Sie einen Menschen, der zuhören kann und mit dem Sie sprechen können? Die Seelsorge steht auch allen Mitarbeitern zur Seite. Angebote wie „Momente der Stille“ bieten Gelegenheit zur besinnlichen Einkehr.

### ■ Deeskalationstraining

Zweimal jährlich findet das als Inhouse-Seminar organisierte Deeskalationstraining am Standort Niederwienigern statt. Unser Anbieter, KUGA („Konstruktiver Umgang mit Gewalt und Aggression“) vermittelt Techniken zum sanften, aber effektiven Selbstschutz und verbaler Deeskalation.

### Zielgruppe

Dieses Angebot richtet sich vor allem an die Kollegen der psychiatrischen Abteilung und Stationen, steht aber auch anderen Bereichen offen.

Alle aktuellen BGM-Angebote im  
Intranet und in der COMMIT-App.

Unsere Kursangebote finden  
Sie unter [www.contilia.de](http://www.contilia.de).