BGF Koordinierungsstelle
LAND BREMEN

Newsletter

Ausgabe Nr. 3/2025 | 04. August 2025

Unternehmen im Land Bremen können sich bei allen Fragen rund um das Thema Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) an eine regionale Anlaufstelle wenden. Auf dem Informationsportal www.bgf-koordinierungsstelle.de/bremen bieten die Bremer Krankenkassen gezielte Unterstützung – insbesondere für kleine und mittelständische Betriebe.
Das Portal stellt nicht nur umfassende Informationen zur Verfügung, sondern ermöglicht auch den Zugang zu einer kostenfreien Expertenberatung. Ziel ist es, Unternehmen dabei zu helfen, das Thema BGF erfolgreich anzugehen und nachhaltig auszubauen.
Ergreifen Sie die Chance und stärken Sie die Gesundheit in Ihrem Betrieb!

Arbeitsschutz mit Verantwortung - und mit Perspektive

Gesund arbeiten – das ist mehr als nur ein Schlagwort. Der Arbeitsschutz spielt eine zentrale Rolle für langfristige Beschäftigungsfähigkeit, Motivation und Qualität in Unternehmen und Einrichtungen. Gerade vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels, der psychischen und physischen Belastungen sowie steigender Anforderungen durch Digitalisierung und demografischen Wandel ist der Arbeitsschutz kein „Zusatz", sondern ein strategischer Erfolgsfaktor für jede Organisation.
Wie sich dieser Anspruch konkret umsetzen lässt, zeigt sich besonders eindrucksvoll im Pflegebereich. Pflegekräfte sind täglich hohen körperlichen Belastungen ausgesetzt – etwa beim Heben, Umlagern oder bei langen stehenden Tätigkeiten. Rücken, Schultern und Gelenke leiden besonders unter diesen Anforderungen. Die Folgen: überdurchschnittliche Fehlzeiten, gesundheitliche Langzeitrisiken und ein steigender Bedarf an präventiven Lösungen.

Fokusthema: Exoskelette in der Pflegepraxis

Eine innovative Maßnahme im Rahmen des modernen Arbeitsschutzes sind Exoskelette. Diese tragbaren Stützsysteme entlasten gezielt die Muskulatur – etwa im Lendenbereich – und können helfen, Rückenschmerzen zu reduzieren und die Arbeitskraft langfristig zu erhalten. Erste Pilotprojekte in Pflegeeinrichtungen zeigen bereits eine spürbare Verringerung muskulärer Ermüdung und Rückenbeschwerden sowie eine gesteigerte Arbeitszufriedenheit. Entscheidend für den erfolgreichen Einsatz ist jedoch eine sorgfältige Einführung: Exoskelette müssen in die bestehende Arbeitsorganisation integriert, gemeinsam mit dem Team abgestimmt und durch ergonomische Schulung ergänzt werden. Sie sind kein Ersatz, aber eine wertvolle Unterstützung im Pflegealltag.

Thema beim LAK-Kongress 2025 in Bremen

Unteranderem zu dem Thema Exoskelette bietet der Landesarbeitskreis für Arbeits- und Gesundheitsschutz (LAK) Bremen/Niedersachsen auf seinem diesjährigen Kongress ein eigenes Fachforum: **„Exoskelette in der Praxis"** – mit Beispielen aus der Pflege, Logistik und Industrie.
Die BGF-Koordinierungsstellen Land Bremen und Niedersachsen sind auf dem Kongress ebenfalls vertreten und informiert über die Möglichkeiten einer Erstberatung zu der betrieblichen Gesundheitsfördung.

Gesund arbeiten – generationengerecht gestalten

Warum Generationenmanagement im BGM immer wichtiger wird

In modernen Arbeitswelten arbeiten oft bis zu vier Generationen Seite an Seite – von den Babyboomern über die Generation X bis hin zu den Digital Natives der Generation Y und Z.

Jede dieser Gruppen bringt unterschiedliche Werte, Erwartungen und Gesundheitsbedürfnisse mit, die es im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) zu berücksichtigen gilt. Während jüngere Mitarbeitende vor allem flexible, digitale und mentale Gesundheitsangebote schätzen, legen ältere Beschäftigte großen Wert auf ergonomische Unterstützung und präventive Maßnahmen zur körperlichen Entlastung. Ein generationensensibles BGM passt die Angebote daher gezielt an diese unterschiedlichen Anforderungen an, gestaltet die Kommunikation altersgerecht und fördert die aktive Beteiligung aller Altersgruppen.

Gemeinsame Maßnahmen wie generationenübergreifende Mentoring-Programme stärken nicht nur die Gesundheit, sondern auch das Miteinander im Team. In solchen Programmen geben erfahrene Mitarbeitende ihr Wissen und ihre Erfahrungen weiter, etwa zu gesundheitsförderlichen Arbeitsweisen oder Stressbewältigung. Gleichzeitig profitieren sie vom frischen Blick und digitalen Know-how der jüngeren Generationen. Dieses gegenseitige Lernen fördert den Austausch, baut Barrieren ab und stärkt das Verständnis zwischen den Altersgruppen.

Dadurch entstehen wirksamere Gesundheitsmaßnahmen und ein respektvolles, wertschätzendes Arbeitsumfeld – die Basis für nachhaltige Gesundheit und Produktivität.

Veranstaltungen

In den kommenden Wochen finden wieder verschiedene Veranstaltungen statt, zu denen interessierte Betriebe und ihre Beschäftigten herzlich eingeladen sind.

03.09.2025, 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr - Landesarbeitskreis für Arbeitssicherheit (LAK)-Kongress 2025 in Bremen | Weitere Informationen zu der Veranstaltung sowie Anmeldung finden Sie **hier.**

18.09.2025, 10:00 Uhr - Kostenfreier Vortrag von der BGF-Koordinierungsstelle Niedersachsen: "New Work" von Prof. Dr. Hunold | Weitere Informationen zu der Veranstaltung sowie Anmeldung finden Sie **hier.**

Weitere spannende Veranstaltungen der regionalen BGF-Koordinierungsstellen finden Sie **hier.**

BETEILIGTE UND KOOPERATIONSPARTNER

Impressum:
BGF-Koordinierungsstelle Land Bremen nach § 20b Abs. 3 SGB V, vertreten durch den federführenden Verband:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Lisa Punke, Martinistr. 34, 28195 Bremen, lisa.punke@vdek.com

Bildnachweise: ©alvarez/istock/getty images E+; ©magele-picture/Adobe Stock; ©Rawpixel Ltd.; BGF-Koordinierungsstelle Land Bremen; BGF-Koordinierungsstelle