

## Pressemitteilung

### **Arbeitnehmer werden zu Ackerhelden**

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement in Bio-Qualität**

Hamburg, 23. Oktober 2017 - Seit Juni pflegen 50 Mitarbeiter der drei Hamburger Unternehmen Steigenberger Hotel Treudelberg, Vestas Deutschland GmbH und Christoph Kroschke GmbH ein neues Hobby. Zweimal wöchentlich bestellen sie einen Acker in der Nähe ihrer Arbeitsstätte. Dann wird zwei Stunden lang gegossen, gehackt, gepflanzt und geerntet. Mit der Aufzucht von Bio-Gemüse sollen die Hobbygärtner aber vor allem eines pflegen: das eigene Wohlbefinden. Denn dahinter verbirgt sich ein Pilotprojekt des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) der Krankenkasse BARMER und des Essener Start-ups Ackerhelden.

#### **Gesundheit weiter gedacht**

Mit dem Projekt Ackerhelden setzt sich die BARMER im Rahmen des sogenannten Präventionsgesetzes für eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung ein. Die Unternehmen bekommen einen vorbepflanzten, biozertifizierten Gemüsegarten zur Verfügung gestellt, der von den Mitarbeitern bewirtschaftet wird. Angebote wie Kantinenberatung, Seminare und Rezepte zum Thema gesunde Ernährung runden das Programm ab. Hinzu kommt das Plus an Bewegung durch die Gartenarbeit. „Auf diese Weise wollen wir die Menschen in ihrem Lebensumfeld erreichen und den Appetit auf Gesundes wecken – auf gesundes Essen und einen gesunden Lebensstil“, erklärt Olaf Lietz, Hauptgeschäftsführer der BARMER in Hamburg. Und Ackerhelden-Geschäftsführer Birger Brock ist davon überzeugt, „dass es an der Zeit ist, die Menschen regional und emotional wieder näher an das heran zu bringen, was sie täglich essen.“

#### **Gesunde Ernährung wird erlebbar**

„Mein eigenes Bio-Gemüse zu ernten, empfinde ich als großen Luxus. Man schmeckt den Unterschied“, berichtet Nadine Schwerin, Front Office Manager vom Steigenberger Hotel Treudelberg Hamburg. Im Betrieb werden die Ackerhelden zu Multiplikatoren, gesunde Ernährung ist ein allgegenwärtiges Thema, immer wieder kommen Obst und Gemüse aus dem Garten auf den Tisch. „Das Projekt Ackerhelden wirkt sich als teambildende Maßnahme

**Landesvertretung**

**Hamburg**

Hammerbrookstraße 92  
20097 Hamburg

[www.barmer.de/presse-hamburg](http://www.barmer.de/presse-hamburg)  
[www.twitter.com/BARMER\\_HH](https://www.twitter.com/BARMER_HH)  
[presse.hamburg@barmer.de](mailto:presse.hamburg@barmer.de)

Torsten Nowak  
Tel.: 0800 333 004 651-131  
[torsten.nowak@barmer.de](mailto:torsten.nowak@barmer.de)

aber auch positiv auf das Miteinander aus“, erklärt Daniela Wegner, Personalreferentin bei der Christoph Kroschke GmbH.

### **Übergewicht und Bewegungsmangel**

Durch gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung lassen sich viele chronische, nicht erblich bedingte Krankheiten vorbeugen oder in ihrer Entwicklung positiv beeinflussen. Allerdings fördert unser Umfeld eher einen ungesunden Lebensstil. „Pro Werktag verbringen wir durchschnittlich 7,5 Stunden sitzend und die ständige Verfügbarkeit von Lebensmitteln treibt in Kombination mit Bewegungsmangel das Gewicht nach oben“, sagt Olaf Lietz. So sind laut Robert Koch-Institut 25 Prozent der Erwachsenen in Deutschland adipös. Auch die Entwicklung von chronischen Krankheiten wird durch einen ungesunden Lebensstil gefördert. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Deutschland Todesursache Nummer eins und das Deutsche Zentrum für Diabetesforschung schätzt, dass hierzulande jeder 13. an Diabetes leidet, Tendenz steigend.

### **Prävention per Gesetz**

Am 25. Juli 2015 wurde das „Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention“ („Präventionsgesetz“) erlassen. Auf diese Weise soll die Gesundheitsförderung der Menschen in ihrem direkten Lebensumfeld – Arbeitsplatz, Kita, Schule, Universität oder Pflegeheim – gestärkt werden. Dafür wenden die Kranken- und Pflegekassen seitdem über 500 Millionen Euro jährlich auf.

Mehr Informationen zum Projekt Ackerhelden unter [www.barmer.de/f000530](http://www.barmer.de/f000530) und [www.ackerhelden.de](http://www.ackerhelden.de).