

PRESSEMITTEILUNG

Stuttgart, 5. August 2016



Arbeitnehmer werden zu Ackerhelden Betriebliches Gesundheitsmanagement in Bio-Qualität

Seit Anfang Juni pflegen Mitarbeiter der Fahrlehrerversicherung in Stuttgart 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 der Krankenkasse BARMER GEK und des Essener Start-ups Ackerhelden.

Gesundheit weiter gedacht

Mit dem Projekt Ackerhelden setzt sich die BARMER GEK im Rahmen des sogenannten Präventionsgesetzes für eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung ein. Die Unternehmen bekommen einen vorbeplanten, 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 Dirk Schmidt, Regionalgeschäftsführer der BARMER GEK Stuttgart. Und Ackerhelden-Geschäftsführer Tobias Paulert 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.“

Kartoffelernte statt Couchpotato

„Das ist eine tolle Freizeitbeschäftigung. Ich bewege mich ansonsten überhaupt nicht, jetzt bin ich an der frischen Luft und bringe beim Gärtnern meinen Kreislauf in Schwung“, schwärmt Stefan Kottwitz (48), Prokurist und Leiter der Schadensabteilung der Fahrlehrerversicherung von dem Projekt Ackerhelden. Auch Ursula Lauser (56) ist mit Feuereifer dabei und stellt fest:

→ **PRESSESTELLE
BADEN-WÜRTTEMBERG**

Torstraße 15 • 70173 Stuttgart

Marion Busacker

Tel.: 0800 333 004 35 11 30

Mobil: 0160 90 45 69 68

marion.busacker@barmer-gek.de

www.barmer-gek.de/presse





„Seit ich Ackerheldin bin, bin ich entspannter und schlafe besser.“ Dass sie ihr eigenes Bio-Gemüse erntet, empfindet die Mitarbeiterin der Serviceabteilung als großen Luxus: „Man schmeckt den Unterschied“. Zudem werden die Ackerhelden zu Multiplikatoren in ihrem Betrieb. „Gesunde Ernährung ist jetzt bei uns ein allgegenwärtiges Thema“, sagt Dorothea Ziegler, Beauftragte der Fahrlehrerversicherung für Gesundheit und Arbeitssicherheit.

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 sitzend¹ und die ständige Verfügbarkeit von Lebensmitteln treibt in Kombination mit Bewegungsmangel das Gewicht nach oben. So sind laut Robert Koch-Institut 25 Prozent der Erwachsenen in Deutschland adipös. 2014 ließen sich laut aktuellem BARMER GEK Krankenhausreport 7 Millionen Bürger wegen Adipositas ärztlich behandeln. Auch die Entwicklung von chronischen Krankheiten wird durch einen ungesunden Lebensstil gefördert. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Deutschland die 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 seit diesem Jahr über 500 Millionen Euro jährlich auf.

→ **PRESSESTELLE
BADEN-WÜRTTEMBERG**

Torstraße 15 • 70173 Stuttgart

Marion Busacker

Tel.: 0800 333 004 35 11 30

Mobil: 0160 90 45 69 68

marion.busacker@barmer-gek.de

www.barmer-gek.de/presse



¹ Vgl. Froböse, I.: Der DKV-Report „Wie gesund lebt Deutschland?“ 2015