

Punkt 1

Sie wünschen ein 30-minütiges Programm für die Mittagspause?

In den Mittagspausen vermitteln wir in den Betrieben oder Ämtern z.B. einzelne Massagen, Schulungen über ‚Paulas Bürogyrnastik‘ und Antistressseminare. Präventionskurse müssen mindestens 45 – 60 min. beanspruchen, um einen Krankenkassenzuschuss ermöglichen zu können.

Deshalb hier unsere Vorschläge:

Die Anzahl der Wochentage, an denen dieses Programm durchgeführt werden soll, müssen Sie intern entscheiden.

Beispiel 1

Ein tägliches, oder einmal wöchentliches Mittagspausenprogramm von 30 min. Der Bundesverband DVFG e. V. vermittelt Ihnen eine von den Krankenkassen anerkannte Fachübungsleiterin, die mit Ihren Mitarbeitern 15 min. Nackengymnastik (um Verspannungen, Kopfschmerzen, Unwohlsein etc. vorzubeugen oder zu lindern) und 15 min. Yoga- und Entspannungsübungen zur Stressbewältigung durchführt. Die Kosten pro Übungseinheit inklusive Sport-, Unfall- u. Haftpflichtversicherung für die Teilnehmer liegen bei 20,00 €.

Für die Abrechnung gibt es zwei Möglichkeiten:

- a. Rechnungsstellung der Gesamtrechnung monatlich an die Stadtverwaltung Lorsch (Beispiel: 4 Einheiten à 20,- € im Monat für die Mittagspause ergeben 80,00 € Monatsrechnung zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer) oder über eine monatlich kündbare Mitgliedschaft der Stadtverwaltung Lorsch im Verband. In diesem Falle würde die gesetzliche Mehrwertsteuer wegfallen.
- b. Die Kosten werden auf die einzelnen Teilnehmer umgelegt.
Beispiel: 10 Teilnehmer: Für vier Einheiten im Monat mit einem Gesamtpreis von 80,00 € fallen pro Teilnehmer je Übungseinheit 2,00 € oder als Monatspauschale für 4 Einheiten 8,00 € an. Bei einzelner Rechnungsstellung eines so kleinen Betrages zu dem noch Verwaltungskosten u. auch die gesetzliche Mehrwertsteuer hinzukommen würden, wäre es sinnvoll, diese Personen über eine Mitgliedschaft im Verband, jederzeit kündbar, mit monatlich 8,00 € abzurechnen.

Beispiel 2

Die Angebote in der Mittagspause können auch quartalsweise variieren, d.h. Sie können auf Wunsch einen 4wöchigen Stressbewältigungskurs einbauen lassen, oder einzelne Seminare über unsere Verbandsärzte, z.B. Dr. med. Weidenauer mit dem Bereich „Gesunde Ernährung „ durchführen lassen..

Von Ihnen durchzuführen, wäre das Bewerben unter den Mitarbeitern sowie das Bereitstellen von geeigneten Räumlichkeiten wie z.B. Seminarraum, Aufenthaltsraum, etc.

Stadtverwaltung, Schulen, Betriebe etc., die mindestens 1 Jahr eines der Gesundheitssportangebote des Bundesverbandes DVFG e. V. in Ihren Räumlichkeiten durchführen erhalten dann für weitere 2 Jahre das offizielle Siegel „Gesunder Arbeitsplatz Deutschland“ zum Aushängen in der Betriebsstätte. Alle

entstehenden Kosten sind für die Stadtverwaltung Lorsch oder in der Regel auch für die einzelnen Mitarbeiter steuerlich absetzbar.

Punkt 2

Sie wünschen ein Betriebssportangebot nach Feierabend?

Nach Feierabend empfehlen wir Ihnen einen unserer anerkannten Präventionskurse einmal wöchentlich von 45 – 60 min. pro Einheit in Ihren geeigneten Räumlichkeiten durchführen zu lassen. In der Regel werden hier 2 bis 3 Kurse (ein Kurs pro Quartal) durchgeführt.

Beispiel 1

Februar – Mai: 1mal wöchentlich Wirbelsäulengymnastik oder Rückenschule
Juni – September: Herz-Kreislauftraining z.B. Joggin, Walking, Nordic Walking
Oktober – Januar: gesund abnehmen, Yoga, Stressbewältigung.

Damit alle Mitarbeiter die Chance haben ein durchgehendes, 1mal wöchentliches Präventions-Gesundheits-Bewegungsprogramm zu nutzen würden wir ohne höhere Kosten, statt der gesetzlich vorgeschriebenen 10 Kurse 16 Übungseinheiten pro Präventionsfeld anbieten.

Wenn Ihre Mitarbeiter mindestens 10 von diesen 16 Übungseinheiten absolviert haben, erhalten sie von jeder gesetzlichen Krankenkasse einen Zuschuss von mindestens 80 % der gezahlten Kosten.

Die restlichen 20 %, in vielen Fällen auch weniger, übernehmen zur Hälfte der Mitarbeiter u. zur Hälfte der Betrieb oder das Amt.

Natürlich ist es auch möglich, dass der Mitarbeiter den gesamten Eigenanteil übernimmt, da der Betrieb oder das Amt schon die Räumlichkeiten stellt sowie die Organisations- und Informationskosten vor Ort zu tragen hat.

Da der Bundesverband DVFG e. V. seine Fördermittel auch für den Betriebssport verwendet, bekommen Sie oder Ihre Mitarbeiter einen günstigeren Preis für die Präventionssportangebote.

Voraussetzung und Kosten

Folgende Voraussetzungen müssen gegeben sein:

Es muss ein geeigneter Raum in der Stadtverwaltung oder Umgebung, der von Ihnen zur Verfügung gestellt wird, vorhanden sein. Eine Fachkraft, Übungsleiter Prävention, Krankengymnast, Sportlehrer, Arzt etc. wird von uns für die gesamte Laufzeit des Präventionskurses zur Verfügung gestellt. Für alle Teilnehmer besteht eine Unfall-, Sport u. Haftpflichtversicherung für Schäden, die unser Mitarbeiter verursachen würde. Die Teilnehmer müssen sich mit Getränken, einem Handtuch sowie kompletter Sportkleidung selbst versorgen. Eine Übungsmatte wäre empfehlenswert, kann aber auch über uns erworben oder ausgeliehen werden. Es müssen mindestens 10 Mitarbeiter sich für einen 4monatigen geschlossenen Präventionskurs entscheiden und die Monatskosten von 17,00 € pro Teilnehmer im Voraus leisten. Der gesamte Kurs kostet den Teilnehmer 68,00 € von denen er bei mindestens

10maliger Teilnahme innerhalb der Gesamtlaufzeit 80 – 100 % von seiner gesetzlichen Krankenkasse erstattet bekommt.

Bei allen privaten Krankenversicherungen muss dies mit dem Sachbearbeiter der Versicherung vorab geklärt werden. Wenn dies vertraglich nicht abgeschlossen ist, gibt es entweder andere Abrechnungsmöglichkeiten oder wir verweisen auf das Beiblatt „Finanzamt bezahlt

Gesundheitssport“ im Anhang.

Wir sprechen also in der Regel von einem minimalen monatlichen Eigenanteil jedes Teilnehmers von ca. 5,00 €, der bei vielen Personen nur bei 2,50 € liegen wird, da einige Krankenkassen auch 90 oder sogar 100 % der Kurskosten erstatten.

Gleichzeitig gibt es hier die Möglichkeit, dass die Stadtverwaltung sich an dem monatlichen Eigenanteil von 2,50 € oder 5,00 € noch mit einem Zuschuss beteiligt, damit der Mitarbeiter kostenfrei teilnehmen kann u. somit der Stadtverwaltung Lorsch, wie es langfristige Studien belegen, weniger Krankheitstage und mehr Leistungsfähigkeit während der Arbeitszeit beschert. Auch die Motivation zur Arbeit wird erhöht.

Am Ende des Kurses erhalten die Teilnehmer ein von uns ausgestelltes Zertifikat, welches sie direkt an ihre Krankenkasse einreichen.

Alle weiteren Rückfragen der Krankenkassen klären unsere Sacharbeiter für Prävention des Bundesverbandes DVFG e. V. direkt, damit die Teilnehmer keinerlei Aufwand hiermit haben.

Nach selbem Schema könnten nahtlos die Präventionskurse in den folgenden 4 Monaten oder gern auch das 3. Mal im Jahr weiterlaufen.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Vielen Dank