

MEHR LEISTUNGEN, MEHR NÄHE, MEHR GESUNDHEIT

# 360°

DAS ARBEITGEBERMAGAZIN DER IKK SÜDWEST. 01 2018

 **IKK Südwest**



*Regional*



*... auch digital!*

**FOCUS MONEY**  
Zum dritten Mal in Folge  
**BESTE**  
REGIONALE  
KRANKENKASSE  
Ausgabe 07/2018  
Deutschlands größter Krankenkassen-Vergleich

# INHALT

SEITE  
**3**

EDITORIAL  
UND SERVICE-INFORMATIONEN

SEITE  
**4**

NEUES AUS DEM  
VERWALTUNGSRAT

SEITE  
**5**

KURZMELDUNGEN  
RUND UM IHRE IKK SÜDWEST

SEITE  
**6/7**

TITEL-HATTRICK  
FÜR DIE IKK SÜDWEST

SEITE  
**8/9**

BESSER LEBEN  
MIT BETRIEBLICHEM GESUNDHEITSMANAGEMENT

SEITE  
**10/11**

GESUNDHEITSFÖRDERUNG  
IM LUFTKURORT

SEITE  
**12/13**

NEUE WEBSEITE  
FÜR NEUE BGM-PERSPEKTIVEN

SEITE  
**14/15**

SOZIALVERSICHERUNG  
VON PRAKTIKANTEN UND STUDIERENDEN

SEITE  
**16**

ERFOLGSFAKTOR ERNÄHRUNG  
TIPPS UND EMPFEHLUNGEN

SEITE  
**17**

„UM LEISTUNG ABRUFEN ZU  
KÖNNEN, MUSS MAN SICH  
BEWUSST ERNÄHREN“  
INTERVIEW MIT SIEGFRIED WEILER

SEITE  
**18/19**

BESCHÄFTIGUNG  
VON SAISONARBEITERN

## IMPRESSUM

„360°“, Das Arbeitgebermagazin der IKK Südwest  
Regelmäßige BGM-Tipps und Service-Informationen  
für Unternehmen

**Herausgeber:** IKK Südwest,  
Berliner Promenade 1, 66111 Saarbrücken

**Verantwortliche:** Mike Dargel (Red.), Martin Reinicke  
(Red.), Torsten Nenno (Red.),  
Berliner Promenade 1, 66111 Saarbrücken

**Text und Gestaltung:** m&r Kreativ GmbH  
Kossmannstraße 27, 66119 Saarbrücken

**Redaktion:** IKK Südwest, m&r Kreativ

**Grafik:** m&r Kreativ

**Druck:** pva Druck und Medien-Dienstleistungen AG,  
Industriestraße 15, 76829 Landau/Pfalz

**Auflage:** 86.000

**Bildnachweis:**

Titel: IKK Südwest; S. 3 Vorstände IKK Südwest:  
IKK Südwest; S. 4 Rainer Lunk, Ralf Reinstädler:  
IKK Südwest; S. 5 oben links: HWK Trier, oben rechts  
und unten: IKK Südwest; S. 6 Peter Kerkrath,  
Business- & Werbefotograf, [www.kerkrath.de](http://www.kerkrath.de);  
S. 7 ©iStock Jovanmandic, unten: ©iStock RossHelen,  
Eva-Maria Haas: privat; S. 8/9 Peter Kerkrath,  
Business- & Werbefotograf, [www.kerkrath.de](http://www.kerkrath.de);  
S. 10/11 Peter Kerkrath, Business- & Werbefotograf,  
[www.kerkrath.de](http://www.kerkrath.de); S. 12 ©iStock Blackzheep;  
S. 13 ©iStock Poike; S. 14 ©iStock yacobchuk;  
S. 16 ©iStock a\_namenko; S. 17 privat; S. 18 ©iStock  
Wavebreakmedia; S. 19 Kathrin Schmid: IKK Südwest

**Hinweis:**

Trotz sorgfältiger Bearbeitung kann keine  
Gewähr übernommen werden. Die von der  
IKK Südwest betreuten Betriebe erhalten „360°“,  
Das Arbeitgebermagazin der IKK Südwest,  
kostenlos.

Prof. Dr. Jörg Loth

Roland Engehausen

# EDITORIAL

Knapp vier Jahre ist es her, dass die deutsche Nationalmannschaft in Brasilien den Pokal in die Höhe recken und den Gewinn der Weltmeisterschaft feiern konnte. Ab dem 14. Juni steht das Projekt „Titelverteidigung“ an, zu dem wir der deutschen Elf natürlich die Daumen drücken. Mit unserem Gewinnspiel KICK & GRILL-FIRMENPARTY (Seite 7) können Sie WM-Flair direkt in Ihren Betrieb bringen und das Vorrundenspiel Südkorea – Deutschland zusammen mit Kollegen anschauen. Also auf jeden Fall mitmachen!

Seit März steht die neue Bundesregierung. In unserer Rubrik „Neues aus dem Verwaltungsrat“ (Seite 4) werfen unsere Verwaltungsratsvorsitzenden Rainer Lunk und Ralf Reinstädtler einen Blick auf die Vorhaben der Koalition und kommentieren aus ihrer jeweiligen Sicht als Arbeitgeber- bzw. Versichertenvertreter.

Wie immer haben wir aber auch ein Paket voll mit Informationen für Sie als Arbeitgeber geschnürt, betriebliches Gesundheitsmanagement ist dabei unser Schwerpunkt. Mit MÖBEL MARTIN (Seite 8/9) und der Verbandsgemeindeverwaltung Waldbreitbach (Seite 10/11) stellen wir Ihnen Arbeitgeber vor, mit denen wir bereits erfolgreich zusammenarbeiten.

Titelverteidigung ist aber auch für die IKK Südwest ein guter Stichpunkt, denn bereits im Februar wurden wir von Focus Money zum dritten Mal in Folge als beste regionale Krankenkasse ausgezeichnet. Eine Auszeichnung, die unsere Leistungs- und Servicestärke belegt und für uns Ansporn ist, für Sie auch in den kommenden Jahren weiter am Ball zu bleiben.

Zudem freuen wir uns, dass wir mit dieser Ausgabe der „360°“ einige Neuerungen umsetzen

konnten: Wir haben das Magazin ansprechender gestaltet und insgesamt etwas „aufgeräumt“, was sich vor allem in Sachen Übersichtlichkeit bemerkbar macht. Gleichzeitig haben wir auch die Gestaltung der Texte an sich überarbeitet, wodurch sich die Lesbarkeit der Artikel deutlich verbessert.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen der aktuellen Ausgabe der „360°“.

Herzlichst,



Roland Engehausen



Prof. Dr. Jörg Loth

**Vorstände der IKK Südwest**

## NEU IN HANAU, UMZUG IN FRANKFURT

Die IKK Südwest baut ihren Kundenservice und ihre regionale Präsenz weiter aus. Schon Ende **April 2018** öffnete in **Hanau** ein neues Kundencenter seine Türen. Elf Mitarbeiter bieten den IKK-Südwest-Versicherten der Region ein Maximum an persönlichem Service. Das neue Kundencenter befindet sich in der Nußallee 7c in 63450 Hanau.

In **Frankfurt am Main** bezieht die IKK Südwest zudem neue Räumlichkeiten. Das bisherige Kundencenter wechselt in die Bockenheimer

Anlage 2 in 60322 Frankfurt. Die Öffnungszeiten bleiben unverändert: Montag bis Mittwoch sowie Freitag von 8 bis 16 Uhr und Donnerstag von 8 bis 18 Uhr.

Alle Informationen zu unseren Geschäftsstellen finden Sie auch auf unserer Webseite [www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de) unter dem Punkt „IKK vor Ort“.

### WOLLEN SIE MEHR ERFAHREN?

Einfach den QR-Code einscannen für [www.ikk-suedwest.de/ikk-vor-ort](http://www.ikk-suedwest.de/ikk-vor-ort)



## EIN BLICK AUF DEN KOALITIONSVERTRAG

Seit März steht die Große Koalition, die Deutschland in den kommenden dreieinhalb Jahren regieren wird. Die IKK Südwest und ihr Verwaltungsrat erwarten viele Impulse für das Gesundheitswesen von der neuen Regierung und dem neuen Gesundheitsminister Jens Spahn (CDU). Insgesamt acht Seiten widmen CDU/CSU und SPD den Themen „Gesundheit und Pflege“ im Koalitionsvertrag. Darin werden vielfältige Themen angesprochen, die die Regierung in den nächsten Jahren auf den Weg bringen und umsetzen möchte. Einige der aus unserer Sicht besonders wichtigen Punkte schauen wir uns in der Folge kurz an, die Vorsitzenden unseres Verwaltungsrats Rainer Lunk und Ralf Reinstädler kommentieren diese aus Arbeitgeber- bzw. Versichertensicht.

### 1. Weiterentwicklung Morbi-RSA für fairen Wettbewerb

Wir begrüßen, dass eine auf dem Koalitionsvertrag aufbauende Reform des Finanzausgleiches die Wiederherstellung des fairen Wettbewerbs zwischen den Krankenkassen und den Schutz des Ausgleichssystems vor Manipulationen in den Fokus stellen soll. Damit werden aus Sicht der IKK Südwest endlich die richtigen politischen Weichen gestellt, die allerdings auch schnell umgesetzt werden müssen.

### 2. Paritätische Finanzierung der gesetzlichen Krankenversicherung

Einer der bedeutendsten Punkte des Koalitions-papiers ist die Rückkehr zur paritätischen Finanzierung der gesetzlichen Krankenversicherung: Ab dem 1. Januar 2019 soll der Krankenversicherungsbeitrag wieder zur Hälfte von Arbeitgebern und Arbeitnehmern gezahlt werden. Für Arbeitnehmer bedeutet dies eine Verringerung der Belastung, da auch der von den Krankenkassen erhobene Zusatzbeitrag hälftig vom Arbeitgeber zu zahlen ist. Für Arbeitgeber ist dies gleichbedeutend mit einer Erhöhung der Lohnnebenkosten.

### 3. Verringerung der Mindestbemessungsgrundlage

Für Selbstständige ist die Mindestbemessungsgrundlage, die derzeit bei knapp 2.300 Euro liegt, ein entscheidender Wert: Anhand dieses Werts wird ihr Beitrag zur gesetzlichen Krankenversicherung bestimmt – und zwar auch dann,

*Aus Arbeitbersicht ist es als positiv zu bewerten, dass die Regierung das Thema „Mindestbemessungsgrundlage“ endlich angeht. Vor allem für Selbstständige mit niedrigen Einkommen bestanden bisher Probleme, die es zu lösen gilt. Kritisch ist allerdings, dass die Bemessungsgrundlage nach derzeitigen Plänen unter den Mindestlohn fallen wird. Dies könnte zu einer zusätzlichen Belastung der Sozialkassen führen. Gänzlich positiv zu sehen ist jedoch, dass sich die Politik im Koalitionspapier deutlich zur Digitalisierung bekennt und diese weiter voranbringen will. Sowohl für Arbeitgeber als auch für die Krankenkassen bietet die Entwicklung digitaler Angebote viele Chancen. Die Verbesserung von Prozessen und die Verkürzung von Wegen sind dabei nur erste Schritte, die letztendlich der Steigerung der Servicequalität und -leistungen für den Kunden dienen.*



Verwaltungsratsvorsitzender der Arbeitgeberseite  
**Rainer Lunk**



Verwaltungsratsvorsitzender der Versichertenseite  
**Ralf Reinstädler**

*Als Vertreter der Anliegen der gesetzlich Versicherten begrüße ich die Rückkehr zur paritätischen Finanzierung der gesetzlichen Krankenversicherung. Solidarität bildet die Basis unserer Sozialsysteme – darum halte ich es für ein positives Zeichen, dass der Krankenversicherungsbeitrag wieder gleichmäßig zwischen Arbeitgebern und Versicherten aufgeteilt wird. Ebenso freut es mich, dass die Politik erkannt hat, dass es dringend notwendig ist, den Morbi-RSA weiterzuentwickeln. Für einen fairen Wettbewerb unter den Kassen ist es unerlässlich, Anpassungen durchzuführen und damit in Zukunft Manipulationen zu vermeiden. Nicht zuletzt gehen die Planungen im Bereich Pflege in die richtige Richtung. Aufgrund des immer größeren gesellschaftlichen Stellenwerts des Themas ist es allerdings wahrscheinlich, dass weitere Maßnahmen notwendig sein werden.*

wenn das Realeinkommen deutlich unter diesem Wert liegt. In der neuen Legislaturperiode möchte die Bundesregierung diesen Wert nahezu halbieren, die Mindestbemessungsgrundlage soll künftig bei 1.150 Euro liegen.

Eine Diskussion über die Höhe der Mindestbeitragsbemessungsgrenze, die an der tatsächlichen Einkommenssituation angelehnt sein sollte, ist gerechtfertigt. Jedoch ist es nicht akzeptabel, dass die für Selbstständige vorgesehene Bemessungsgrundlage unter dem derzeitigen Mindestlohn (8,85 Euro/Stunde ergibt ein monatliches Einkommen von rund 1.500 Euro) liegen soll. Wir sehen darin eine Subventionierung nicht auskömmlicher Selbstständigkeit durch die gesetzliche Krankenversicherung.

### 4. Bessere Vernetzung im Gesundheitswesen

Wir freuen uns, dass die neue Regierung einen Prozess zur besseren Kooperation und Vernetzung im Gesundheitswesen einleitet und dazu auch die Chancen der Digitalisierung besser nutzen möchte. In einem ersten Schritt sollte dies aus Sicht der IKK Südwest die besser abgestimmte Notfallversorgung betreffen.

### 5. Schwerpunkt Pflege

Das Sofortprogramm zur Erhöhung der Beschäftigtenzahl in der Pflege ist ein Schritt in die richtige Richtung, die genannten 8.000 Stellen werden aber nicht reichen. Wichtig ist, dass Pflege auch immer eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe ist – diese kann nicht ausschließlich von den Beitragszahlern der gesetzlichen Pflegeversicherung getragen werden. Insbesondere das angedachte integrierte Entlastungsbudget anstelle der bisherigen Regelung ist eine begrüßenswerte Änderung. Damit kann es für die Betroffenen und deren Angehörige einfacher werden, die ihnen zustehenden Entlastungshilfen auch tatsächlich in Anspruch zu nehmen.

### INFO

Mehr zum Verwaltungsrat, seinen Aufgaben und Mitgliedern finden Interessierte auf unserer Webseite [www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de) unter dem Webcode 0667.





## BESONDERE EHRUNG

### BUNDESVERDIENSTKREUZ FÜR EUGENIE MÜLLER

Die Vorsitzende des Landesverbands Rheinland-Pfalz der Unternehmerfrauen im Handwerk, Eugenie Müller, wurde mit dem Bundesverdienstkreuz der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet.

Die Ehrung erhielt sie aufgrund ihres langjährigen Engagements für die Belange von Frauen im Handwerk. Persönliche Glückwünsche überbrachten neben IKK-Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth auch Rudi Müller, Präsident der Hand-

werkskammer Trier, IKK-Südwest-Regionaldirektor Martin Müller sowie Axel Bettendorf, Hauptgeschäftsführer der Handwerkskammer Trier (v.l.).

Das Bundesverdienstkreuz wird für besondere Leistungen auf politischem, wirtschaftlichem, kulturellem, geistigem oder ehrenamtlichem Gebiet verliehen sowie darüber hinaus für besondere Verdienste für die Bundesrepublik Deutschland.



## GESUNDHEITSMANUFAKTUR

### NEU IN MAINZ: DIE IKK GESUNDHEITSMANUFAKTUR FÜR ARBEITGEBER

Direkt im Eingangsbereich der Handwerkskammer Rheinhessen in Mainz hat die erste IKK Gesundheitsmanufaktur im März 2018 ihre Pforten geöffnet. Als Schaufenster für betriebliches Gesundheitsmanagement und innovative Präventionsangebote bietet sie Betrieben in der Region wertvolle Beratungsangebote und einen lebendigen Einblick in die Welt der Gesundheitsförderung. Ebenso ist dort die Beratung zum betrieblichen Eingliederungsmanagement möglich.

Das vierköpfige Beraterteam rund um Manufakturleiter Klaus Berg berät Betriebe im Handwerk und führt Maßnahmen wie Seminare, individuelle Trainings und Ernährungssprechstunden durch. Auch digitale Gesundheits Helfer können im denkmalgeschützten Ambiente der ehemaligen Lampenfabrik Mainz getestet werden. Unser Team erreichen Sie über die Telefonnummer 0 61 31/8 94-4901.

Auch in Koblenz ist eine Gesundheitsmanufaktur geplant, die im Spätsommer eröffnet werden soll.



## AUSTAUSCH

### FÜR MEHR PRÄVENTION

Am 1. Februar 2018 fand die 1. Saarländische Landespräventionskonferenz in Saarbrücken statt. Die Konferenz ist die erste Zusammenkunft aller Beteiligten nach der Unterzeichnung der Landesrahmenvereinbarung zum Präventionsgesetz im vergangenen Jahr. Hier bündeln die Akteure, zu denen neben politischen Vertretern auch Sozialversicherungsträger wie die IKK Südwest gehören, ihre Interessen und Kompetenzen, um nachhaltige Strukturen bei der gesundheitlichen Prävention zu verankern.

Prof. Dr. Jörg Loth, Vorstand der IKK Südwest, eröffnete die Konferenz und wies auf die große gesellschaftspolitische Bedeutung der Prävention hin. Gesundheitsministerin Monika Bachmann hob hervor, dass „jeder selbst dazu beitragen kann, zahlreiche Krankheiten zu vermeiden“. Neben der lebensweltbezogenen Prävention liegt der IKK Südwest auch der weitere Ausbau der betrieblichen Gesundheitsförderung am Herzen.

### SIE MÖCHTEN MEHR ERFAHREN?

Weiterführende Informationen rund um Gesundheit, Krankenversicherung und Vorsorge finden Sie auf:  
[www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de)





# TITEL-HATTRICK

## FÜR DIE IKK SÜDWEST

*Zum dritten Mal in Folge gewinnt die IKK Südwest die Auszeichnung „Beste regionale Krankenkasse“.*

*Im Gesamtranking von Focus Money liegt sie damit auf dem dritten Platz aller Krankenkassen in Deutschland.*

*Auch für Sie als Arbeitgeber aus der Region ist die IKK Südwest damit die richtige Wahl.*

Während die deutsche Nationalmannschaft ihren Titel bei der WM 2018 in Russland erst noch verteidigen muss, hat die IKK Südwest die Mission Titelverteidigung bereits erfolgreich abgeschlossen. Nach 2016 und 2017 ist sie zum dritten Mal in Folge von Focus Money (Ausgabe 07/2018) als beste regionale Krankenkasse ausgezeichnet worden.

### **Bestnoten in vielen Bereichen**

In vielen Einzelkategorien erreichte die IKK Südwest Bestnoten. Für Arbeitgeber besonders

interessant sind dabei die Auszeichnungen **„Hervorragender Service“** und **„Hervorragende Gesundheitsförderung“**. Denn sie belegen zum einen unsere Servicequalität – gute Erreichbarkeit und schnelle Hilfe sind unsere erklärten Ziele. Zum anderen profitieren Sie von unserem umfangreichen Angebot im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Umfassende Informationen dazu finden Sie in diesem Magazin. Auch **„Hervorragende Zusatzleistungen“** haben die Tester in vielen Bereichen überzeugt – ein klarer Vorteil also auch für Ihre Mitarbeiter.

### **Top bei digitalen Leistungen**

Die Digitalisierung geht auch an Krankenkassen nicht vorbei, daher wurde in diesem Jahr erstmals in der Kategorie **„Digitale Leistungen“** getestet. Und auch hier erzielte die IKK Südwest auf Anhieb die Bestnote. Besonders positiv bewertet wurde dabei das Digitalkonto der IKK Südwest, mit dem Versicherten der Zugang zu digitalen Gesundheitsleistungen ermöglicht wird. Gestartet ist das Digitalkonto mit Angeboten zu funktionaler Sehschwäche bei Kindern, Depression und Tinnitus, eine Ausweitung ist aber bereits geplant.

### **Regional auch digital**

„Wir sind besonders stolz auf die Auszeichnung als digitaler Leistungsführer“, sagt IKK-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth, der die Wünsche der Versicherten nach zusätzlichen digitalen Kontaktwegen kennt. IKK-Vorstand Roland Engehausen ergänzt: „Die Einschätzung des DFSI-Instituts bestätigt unseren Weg, als regional verwurzelte Krankenkasse mit klarem Bekenntnis zu unserer persönlichen Kundenberatung auch bei den digitalen Angeboten ganz vorne zu sein. Ganz nach dem Motto: regional auch digital.“

Die wiederholten Auszeichnungen belegen, dass die IKK Südwest mit dem Ausbau von Leistungen und Service richtig liegt – auch in Zukunft soll dieser ganz im Sinne der Kunden weitergeführt werden. „Die Mischung macht’s. Digitales ausbauen, aber Analoges nicht vergessen: Während Mitbewerber Geschäftsstellen schließen, erweitern wir unser Geschäftsstellennetz und installieren gleichzeitig neuartige digitale Angebote.“ Beide Vorstände betonen: „Wir orientieren uns an den Bedürfnissen unserer Kunden und sind ihnen ein verlässlicher Partner. Sie können sich auf unser starkes Leistungsangebot verlassen.“

Den Titel-Hattrick feiert die IKK Südwest mit einem attraktiven Gewinnspiel. **Mehr dazu auf der nächsten Seite.**

*Azubi im Handwerk?*

*Dann komm zur IKK Südwest!*

**Auch für Azubis lohnt es sich, bei der BESTEN REGIONALEN KRANKENKASSE versichert zu sein.**

### **IKK-Südwest-Vorstand Roland Engehausen:**

*„Als Krankenkasse mit starken Wurzeln im Handwerk freuen wir uns natürlich, wenn sich Azubis bei der IKK Südwest versichern. Deshalb: Komm zur IKK Südwest – zusammen als starke Handwerkscommunity!“*

## GEWINNEN SIE IHRE KICK & GRILL-FIRMENPARTY

Jetzt mitmachen auf  
[www.ikk-firmenparty.de](http://www.ikk-firmenparty.de)



# KICK & GRILL FIRMENPARTY GEWINNEN

*Wie genießt man die Spiele der  
Fußball-WM am besten?*

*Mit Freunden und Kollegen.*

*Besser wird es nur noch, wenn  
man sich um nichts kümmern*

*muss und für alles gesorgt ist.*

*Das gibt es jetzt für Sie: mit dem*

*Gewinnspiel der IKK Südwest!*

Mit Mexiko, Südkorea und Schweden stehen die deutschen Gruppengegner bei der Fußball-WM in Russland längst fest.

Wie wäre es, wenn Sie das Spiel gegen Südkorea ganz entspannt in der Firma mit 30 Kollegen genießen könnten? Und es nebenbei noch ein leckeres BBQ gäbe, das wir für Sie und Ihre Kollegen zubereiten?

Denn das gibt es beim **KICK & GRILL-Gewinnspiel** der IKK Südwest zu gewinnen. Registrieren Sie sich dazu einfach bis zum 11.06.2018 auf der Gewinnspielseite der IKK Südwest [www.ikk-firmenparty.de](http://www.ikk-firmenparty.de). Auf den Gewinner der Verlosung warten Live-Atmosphäre und Partystimmung beim Vorrundenspiel Südkorea – Deutschland am 27.06.2018 um 16 Uhr.



Jetzt schnell weitersagen  
und Gewinnchancen auf das  
bis zu 31-Fache steigern!

# FIRMENPARTY FÜR SIE!

MIT DER IKK SÜDWEST BEI  
DER FUSSBALL-WM GEWINNEN

[www.ikk-firmenparty.de](http://www.ikk-firmenparty.de)



## KOSTENFREIE ERNÄHRUNGSPRECHSTUNDE

### KOSTENFREIE PERSÖNLICHE ERNÄHRUNGSPRECHSTUNDE FÜR IHRE MITARBEITER!

Über die IKK Iss-gesund-Hotline **0800/72 46 860** können sich Ihre Mitarbeiter von unserem Experten-Team zum Thema Ernährung telefonisch beraten lassen. Sollte gerade kein Ernährungsberater der IKK Südwest erreichbar sein, erfolgt ein schnellstmöglicher Rückruf. Oder einfach auf [www.iss-einfach-besser.de](http://www.iss-einfach-besser.de) vorbeischaun.

Die persönliche Ernährungssprechstunde ist kostenfrei. Übrigens auch für Nicht-IKK-Versicherte – sagen Sie es gerne weiter!



**Eva-Maria Haas**  
Ernährungsberaterin  
der IKK Südwest





# BESSER LEBEN

MIT DEM BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENT DER IKK SÜDWEST

*MÖBEL MARTIN ist das größte Möbeleinzelhandelsunternehmen in Südwestdeutschland. Acht Einrichtungshäuser betreibt das Familienunternehmen und schreibt sich selbst den Anspruch „besser leben“ auf die Unternehmensfahnen. Besser leben sollen aber nicht nur die Kunden von MÖBEL MARTIN, sondern auch mehr als 2.000 eigene Angestellte. Beim betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) vertraut der Möbeldändler deshalb auf eine Zusammenarbeit mit der IKK Südwest.*

Schon von der A60 aus kann man das Einrichtungshaus in Mainz sehen – kein Wunder bei einer Verkaufsfläche von 45.000 m<sup>2</sup>. Mehrere zehntausend Menschen strömen regelmäßig in den neuesten und größten Markt von MÖBEL MARTIN. Für die mehr als 300 Mitarbeiter im Verkauf, im Lager und in der Auslieferung gehört ein volles Haus zum Alltag. Ihre Gesundheit ist die Basis für den Erfolg des Familienunternehmens.

## **Dort dagegenwirken, wo die Belastungen entstehen**

Das gemeinsame BGM von MÖBEL MARTIN und der IKK Südwest umfasst eine ganze Reihe von Maßnahmen. Im Rahmen von IKK Jobaktiv wurden in Mainz bereits zwei Gesundheitstage durchgeführt. Ob für Büroangestellte, die viel im Sitzen arbeiten, Verkäufer, die viel stehen, oder Monteure, die körperlich anstrengende Arbeiten verrichten – das Programm „Rückenfit am Arbeitsplatz“ zahlt sich für alle Mitarbeiter des Unternehmens aus. Vor allem die Wirbelsäulenanalyse mit der Spine Mouse führt direkt zu Lerneffekten. „Dass jeder es irgendwie im Rücken hat oder bald haben könnte, ist eigentlich allen klar. Aber die grafische Darstellung der eigenen Wirbelsäulenbeweg-

lichkeit überzeugt und motiviert sofort“, sagt Lazaros Panagiotidis, Projektleiter Gesundheitsförderung der IKK Südwest. Zusammen mit Gesundheitsberaterin Pia Roßbach betreut er das BGM bei MÖBEL MARTIN.

Bleibende Eindrücke hinterließ auch der Azubi-Tag mit dem Hauptthema „Suchtprävention“. Gerade die Alkohol- und Drogenbrille macht Jugendlichen und jungen Erwachsenen schnell und eindrucksvoll klar, wie Wahrnehmung und Koordination unter Drogeneinfluss gefährlich abnehmen. Im April konnten die Mitarbeiter des Verkaufspersonals von einem Venen-Screening profitieren. Dabei wird per Licht-Reflexions-Rheographie (LRR) gemessen, wie gut das Gewebe der Mitarbeiter durchblutet ist und wo Risikopotenziale entstehen können. Zum Thema „Gesundes Führen“ folgen außerdem eine Mitarbeiterbefragung und ein Führungskräfte-Seminar. „Die Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beginnt in den Köpfen der Führungskräfte“, erklärt Peter Metzger, Leiter des MÖBEL MARTIN-Einrichtungshauses in Mainz. „Mit der IKK Südwest haben wir den richtigen Partner für ein umfassendes und konsequentes BGM gefunden.“





### Dem Zucker auf der Spur

Auch im saarländischen MÖBEL MARTIN-Logistik-Center Bexbach läuft ein umfangreiches BGM-Programm in Zusammenarbeit mit der IKK Südwest. Schon 2016 wurde hier der erste Gesundheitstag durchgeführt. Er bot den Teilnehmern viel Wissenswertes zu gesunden Smoothies, einen ausführlichen Rückencheck und als Höhepunkt einen Cardioscan für die Belegschaft. Beim zweiten Gesundheitstag 2017 gesellte sich der IKK-Zuckerdetektiv dazu. Hier wird auf spielerische Art gezeigt, wie viel Zucker sich in vermeintlich harmlosen Lebensmitteln verbirgt. Die Verwaltungsangestellten in Bexbach erhielten zudem eine Schulung im Programm „Aktive Pause“. Mithilfe von Wirbelsäulengymnastik sowie Mobilitäts- und Entspannungsübungen können sie Rückenproblemen jetzt in jeder Pause aktiv vorbeugen. Begleitet wurde das BGM-Programm von Vor-

tragsreihen und Arbeitsplatzanalysen durch die IKK-Gesundheitsberater. Dabei wurden die Sitzpositionen an allen Arbeitsplätzen des Standorts Bexbach optimiert. „Je besser sich die Beschäftigten von MÖBEL MARTIN bei der Arbeit fühlen, desto größer ist ihr Einfluss auf den Erfolg des Unternehmens“, zeigt sich Lazaros Panagiotidis überzeugt. Weitere gemeinsame BGM-Maßnahmen sind geplant, um die Gesundheit der Belegschaft weiter zu fördern.

Das Einrichtungshaus im rheinland-pfälzischen Meisenheim setzt ebenfalls auf die Zusammenarbeit mit den erfahrenen Gesundheitsberatern der IKK Südwest. Nach der erfolgreichen Durchführung mehrerer Gesundheitstage wird das BGM jetzt deutlich ausgebaut. Geplant sind eine Venenmessung per LRR und ein ausführlicher Rückencheck für alle Mitarbeiter. Dazu gehören eine Analyse aller Arbeitsplätze

durch die IKK-Gesundheitsberater sowie Wirbelsäulengymnastik und Ausgleichsübungen am Arbeitsplatz.

Der neueste BGM-Partner der IKK Südwest ist das Möbelhaus im saarländischen Neunkirchen. Anfang des Jahres begann die Zusammenarbeit mit der Analyse der Arbeitsplätze und der Optimierung individueller Sitzpositionen. Auch in Zukunft werden weitere BGM-Programme dafür sorgen, dass sich die Mitarbeitergesundheit bei MÖBEL MARTIN kontinuierlich verbessert.

Damit erweist sich die erfolgreiche Zusammenarbeit von MÖBEL MARTIN und der IKK Südwest als echter Gewinn für die Mitarbeiter des Handelsunternehmens. Und für die Marke MÖBEL MARTIN, die als vorbildlicher Arbeitgeber weiter an Attraktivität gewinnt.



### HABEN SIE UND IHRE MITARBEITER INTERESSE AM BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENT DER IKK SÜDWEST?

Gerne vereinbaren unsere Gesundheitsberater einen Termin mit Ihnen in Ihrem Unternehmen. Über unsere neue BGM-Webseite [www.bgm.ikk-suedwest.de](http://www.bgm.ikk-suedwest.de) oder unter der Telefonnummer **0800/0 119 000** können Sie sich jederzeit einfach und schnell informieren.





# GESUNDHEITS- FÖRDERUNG

## IM LUFTKURORT

*Auch eine kleinere Behörde wie die VGV Waldbreitbach kann als Arbeitgeber große Verantwortung für ihre Mitarbeiter übernehmen. Gemeinsam mit der IKK Südwest läuft hier seit 2012 ein umfangreiches Programm zum betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM), um die Gesundheit und das Wohlbefinden genauso wie die Leistungsfähigkeit der Verwaltungsmitarbeiter zu fördern.*

Waldbreitbach ist eine malerische rheinland-pfälzische Ortschaft im Landkreis Neuwied. Rund 1.800 Menschen leben hier direkt an der Wied, mitten im Zentrum der Verbandsgemeinde Rengsdorf-Waldbreitbach. Fachwerkhäuser schmücken die Straßen und auf einer Anhöhe thront das Kloster Marienhaus aus dem 19. Jahrhundert über dem Ort. Doch trotz aller Geschichte geht in der Verbandsgemeindeverwaltung von Waldbreitbach der Blick nach vorne. Vor allem beim Thema BGM ist die

Verwaltung dank der Zusammenarbeit mit der IKK Südwest auf dem neuesten Stand. Denn gerade die Menschen, die das Zusammenleben und Wohlbefinden der Einwohner von Waldbreitbach zu ihrem Beruf gemacht haben, sollen sich selbst an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen.

Bereits 2012 fand ein erster Kontakt mit der IKK Südwest statt, um die Gesundheits- und Leistungspotenziale der Verwaltungsmitarbeiter zu fördern und die Attraktivität der Gemeinde als Arbeitgeber zu stärken. Und schon im Januar 2013 begannen mit Unterstützung des regionalen Kompetenz-Teams BGM der Innungskrankenkasse die ersten Maßnahmen im Rahmen des BGM-Programms IKK Jobaktiv. Dieses beruht auf einem bewährten Erfolgs-ABC. Es steht für Analyse, Beratung und Coaching. Zur Analyse gehörte eine umfangreiche Mitarbeiterbefragung, mit der die Maßnahmen in Waldbreitbach starteten. Rund 30 Mitarbeiter der VGV haben sich daran beteiligt und mit ihren Antworten, Meinungen und Wünschen den anschließenden Optimierungsprozess geprägt.

### **Durchblick per Cardioscan**

Es folgte eine Reihe von aufeinander aufbauenden Maßnahmen, welche in den Räumlichkeiten der Verbandsgemeindeverwaltung, in der örtlichen Sporthalle oder bei schönem Wetter auch unter freiem Himmel stattfanden. Mithilfe eines Cardioscans erhielten die Verwaltungsmitarbeiter einen konkreten Eindruck

vom Zustand und der Leistungsfähigkeit ihres Herz-Kreislauf-Systems. Dabei können Anzeichen einer eventuellen Überlastung frühzeitig erkannt und individuelle Maßnahmen abgeleitet werden. Den Teilnehmern fällt es danach auch viel leichter, zu entscheiden, wie viel Bewegung oder welche Sportarten tatsächlich gut für sie sind.

Für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit ist eine gesunde Ernährung genauso wichtig wie der Zustand des Herz-Kreislauf-Systems. Doch bevor man sich mit den ständig neu entstehenden Ernährungstrends beschäftigt, stellt sich zunächst die entscheidende Frage: Welcher Stoffwechsellyp bin ich eigentlich? Denn die chemische Verarbeitung von aufgenommenen Stoffen kann bei Menschen sehr unterschiedlich ausfallen.

### **Ernährung besser verstehen**

Mit dem Modul „Stoffwechselanalyse“ der IKK Südwest konnten sich die Mitarbeiter der VGV Waldbreitbach selbst ein Bild davon machen, wie ihr Körper mit Kohlenhydraten, Fetten und Eiweißen umgeht. Das individuelle Stoffwechselprofil wird gemessen, ausgewertet, mit medizinischen Normwerten verglichen und für jeden leicht verständlich in Tacho- und Balkengrafiken dargestellt. Aus den Ergebnissen lässt sich ein ganz persönliches Trainings- und Ernährungsprogramm für jeden Mitarbeiter ableiten. Ergänzt wurde die Möglichkeit zum indi-

viduellen Stoffwechselltest durch einen praxisorientierten Workshop zur gesunden Ernährung am Arbeitsplatz im Rahmenprogramm der jährlich stattfindenden Gesundheitstage.

Zum Gesamtpaket der BGM-Maßnahmen im Rahmen von IKK Jobaktiv gehören bis heute ebenfalls ein Nordic-Walking-Kurs, ein Rücken-Coaching und Vorträge zu verschiedenen Gesundheitsthemen.

### **Gesundheitsmanagement als struktureller Prozess**

Aber nicht nur durch das breite Angebot an verhaltensbezogenen Maßnahmen zeichnet sich die Verbandsgemeindeverwaltung aus. Um das Gesundheitsmanagement erfolgreich in der Unternehmensstruktur zu verankern, wurde in Zusammenarbeit mit der Vertretung der Mitarbeiter eine Dienstvereinbarung zum BGM abgeschlossen. Auf deren Basis arbeitet ein Steuerkreis Gesundheit an der nachhaltigen Entwicklung des Prozesses. Die Fachkräfte der IKK Südwest begleiten dieses Gremium durch fachliche, personelle und finanzielle Unterstützung. Auch die Führungskräfte wurden über das Seminar „Gesundes Führen“ mit eingebunden.

Das Seminar, welches die IKK Südwest mit einem ihrer professionellen Netzwerkpartner umgesetzt hat, fördert das Verständnis für die Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Leistung der Mitarbeiter, zeigt in der Praxis bewährte BGM-Strategien auf und schult die Führungskräfte in den Techniken, die sie für das Erreichen ihrer Ziele brauchen.

Aber auch die Mitarbeiter selbst werden in die Veränderungs- und Entscheidungsprozesse direkt eingebunden. Interessierte konnten an einem Gesundheitszirkel teilnehmen, der von der IKK Südwest moderiert wurde. Ziel war es, zusammen mit den direkt Betroffenen ungesunde Belastungssituationen zu identifizieren und gemeinsam entsprechende Lösungen zu erarbeiten. Diese wurden dann dem Bürgermeister und der Büroleitung vorgestellt.

Axel Clever, Projektleiter Gesundheitsförderung der IKK Südwest in Koblenz, sieht die gemeinsame Arbeit mit der VGV Waldbreitbach als ein Beispiel sehr guter Praxis: „Hier kommen die wissenschaftlichen BGM-Ansätze der Fachwelt erfolgreich mit den praktischen Rahmenbedingungen der Realität vor Ort zusammen. Erfolgsfaktoren sind die Unterstützung des Prozesses durch die Geschäftsleitung, die äußerst engagierten Kolleginnen und Kollegen im Steuerkreis, aber nicht zuletzt auch die motivierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der gesamten VGV.“

Da die Verbandsgemeinde Waldbreitbach gerade mit ihren Nachbarn zur Verbandsgemeinde Rengsdorf-Waldbreitbach fusioniert ist, ist die Weiterführung und Ausweitung des BGM-Programms auf den neuen gemeinsamen Standort geplant. „Die Verwaltung schätzt ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter als ein Gut, welches geschützt und gefördert werden muss. Der Arbeitsplatz spielt für das Wohlbefinden jedes Einzelnen eine übergeordnete Rolle, deshalb ist es keine Frage, ein Gesundheitsmanagement

aufzubauen, sondern eine Verpflichtung. In diesem Zusammenhang möchten wir uns auch für die Hilfe des Aufbaus des BGM bei der IKK Südwest bedanken,“ erklärt Bürgermeister Hans-Werner Breithausen.

### **Maßgeschneiderte Maßnahmen**

Die IKK Südwest in Koblenz freut sich ebenfalls auf die weitere Zusammenarbeit. Sie hat in den letzten Jahren viele Unternehmen und öffentliche Einrichtungen betreut – vom Handwerksbetrieb mit zehn Mitarbeitern sowie kleineren Unternehmen aus dem privaten und öffentlichen Bereich über 250 Mann starke Mittelständler bis hin zu großen Industriebetrieben. „Unsere Ziele sind dabei stets die gleichen, auch wenn die Maßnahmen auf jedes Unternehmen individuell zugeschnitten werden“, weiß Pamela Mauer, Gesundheitsberaterin der IKK Südwest. Axel Clever fügt hinzu: „Die Zusammenarbeit zwischen der VGV Waldbreitbach und der IKK Südwest zielt auf eine gestärkte Leistungsfähigkeit durch ein Mehr an Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz, auf die Steigerung der Attraktivität des Arbeitgebers nach innen und außen und natürlich auf die soziale Verantwortung des Arbeitgebers gegenüber den Arbeitnehmern.“

Auch wenn sich auf den ersten Blick kaum etwas verändert hat im staatlich anerkannten Luftkurort Waldbreitbach, in der Verwaltung der Verbandsgemeinde hat sich einiges bewegt seit dem Start des BGM-Programms. Die VGV und ihre Mitarbeiter haben sich fit gemacht für die Herausforderungen der Zukunft.





# NEUE WEBSEITE

## FÜR NEUE BGM-PERSPEKTIVEN

*Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) wird sowohl für kleine und mittelständische als auch für große Unternehmen zu einem immer wichtigeren Thema. Mit IKK Jobaktiv und den neuen BEM-Beratern der IKK Südwest, die beim betrieblichen Eingliederungsmanagement unterstützen, profitieren Betriebe von einem umfassenden Maßnahmenangebot. Einen schnellen und informativen Überblick bietet Ihnen die neu gestaltete BGM-Webseite der IKK – mit einem Klick zur passenden BGM-Lösung für Ihren Betrieb!*

Ganz unabhängig von der Größe oder der Branche – Unternehmen brauchen gesunde Mitarbeiter, um ihre Ziele zu erreichen. Während der persönliche Lebenswandel der Belegschaft Privatsache bleibt, entstehen viele Erkrankungen im betrieblichen Umfeld – ihren Ursachen kann genau dort am besten entgegengewirkt werden.

Mit dem Gesundheitsprogramm IKK Jobaktiv ist die IKK Südwest seit Jahren ein zuverlässiger Partner für das betriebliche Gesundheitsmanagement von Unternehmen aller Größenordnungen. Ob Industrieunternehmen mit Tausenden von Mitarbeitern, Behörden, Mittelständlern oder kleinen Handwerksbetrieben – die IKK



Alle Informationen rund um unser Angebot zur betrieblichen Gesundheitsförderung finden Sie unter [www.bgm.ikk-suedwest.de](http://www.bgm.ikk-suedwest.de).

Oder einfach kostenfrei unter **0800/0 119 000** anrufen. Sie erreichen uns an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr.

[www.bgm.ikk-suedwest.de](http://www.bgm.ikk-suedwest.de)



Südwest steht jedem BGM-Partner mit einem regionalen Kompetenzteam zur Seite. Die erfahrenen Teammitglieder sind bestens vertraut mit den Menschen in der Region, ihrer Lebensweise und den physischen wie psychischen Belastungen, die ihr Beruf mit sich bringt.

#### **Aktiv werden mit Jobaktiv**

Auf der neu gestalteten Webseite [www.bgm.ikk-suedwest.de](http://www.bgm.ikk-suedwest.de) können Unternehmen jetzt die vielfältigen Ansatzpunkte des BGM entdecken. Lernen Sie die Experten der regionalen Kompetenzteams kennen und nehmen Sie direkt persönlichen Kontakt mit ihnen auf. Erfahren Sie alles über das umfangreiche BGM-Angebot der IKK Südwest und seine In-

dividualisierungsmöglichkeiten. Profitieren Sie von praktischen Informationen und Checklisten, die als Download verfügbar sind. Und entdecken Sie im Referenzbereich, wie viele andere Unternehmen beim BGM auf IKK Jobaktiv vertrauen.

Neu und hochaktuell ist auch das Thema „Betriebliches Eingliederungsmanagement“ (BEM). Alle regionalen Kompetenzteams der IKK Südwest werden jetzt von einem geschulten BEM-Berater verstärkt. Ziel des BEM ist der Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit länger erkrankter Mitarbeiter. Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels gehört es auch zu den Aufgaben des BEM, die Arbeitsplätze älterer Mit-

arbeiter durch präventive Maßnahmen zu erhalten. Denn sowohl beim BGM wie auch beim BEM gilt: Am wirksamsten geht man gegen Erkrankungen vor, indem man sie erst gar nicht entstehen lässt.



# SOZIALVERSICHERUNG VON PRAKTIKANTEN UND STUDIERENDEN

*Für beschäftigte Praktikanten und Studierende gelten in vielen Fällen besondere Regelungen für die Sozialversicherungspflicht. Was Arbeitgeber bei der Beurteilung dieser Arbeitsverhältnisse beachten müssen, fassen wir hier kurz zusammen.*

## **Sozialversicherung bei vorgeschriebenen Praktika**

In zahlreichen Studiengängen sind Vor-, Nach- oder Zwischenpraktika vorgeschrieben. Wenn Unternehmen einen solchen Praktikanten beschäftigen, müssen für die Beurteilung der Sozialversicherungspflicht besondere Regelungen beachtet werden.

## **Zwischenpraktikum**

Diese Beschäftigung ist in allen Zweigen der Sozialversicherung versicherungsfrei. Es müssen für diese Praktikanten keinerlei Beiträge abgeführt werden. Dabei spielen die wöchentliche Arbeitszeit, die Höhe des Verdienstes oder die Frage, ob überhaupt ein Entgelt gezahlt wird, keine Rolle.

Kranken- und pflegeversichert ist der Studierende während des vorgeschriebenen Zwischenpraktikums über seine reguläre Studentenversicherung, die Beiträge zahlt der Praktikant.

## **Vorgeschriebenes Vor- oder Nachpraktikum**

Da Studierende bei einem Vor- oder Nachpraktikum in der Regel noch nicht oder nicht mehr immatrikuliert sind, besteht hier Versicherungspflicht in allen Zweigen der Sozialversicherung. Wie hoch die Beiträge sind und wer sie trägt, hängt dabei vom Entgelt ab.

## **Sozialversicherung bei freiwilligen Praktika**

Absolviert ein Studierender ein freiwilliges Zwischenpraktikum – also ein Praktikum, das nicht in der Studien- oder Prüfungsordnung vorgeschrieben ist – und es wird ein Entgelt bezahlt, gelten für die Sozialversicherung ebenfalls die allgemeinen Regelungen für beschäftigte Studierende.

**Ausnahme:** Verdient der Studierende nicht mehr als 450 Euro pro Monat, muss nur ein Pauschalbeitrag zur Krankenversicherung, jedoch kein Pauschalbeitrag zur Rentenversicherung entrichtet werden.

Erhält der Studierende für das Praktikum kein Entgelt, fallen keine Sozialversicherungsbeiträge an. Das Gleiche gilt für Schülerpraktika (in der Regel in der 9. Klasse als Orientierungshilfe zur Berufswahl), auch dann, wenn ein Taschengeld gezahlt wird.

Junge Erwachsene, die nach ihrem Schulabschluss ein Praktikum in einem Betrieb machen, zum Beispiel, um die Wartezeit auf einen Ausbildungsplatz zu überbrücken oder ein Berufsbild näher kennenzulernen, werden – sofern sie ein Entgelt erhalten – sozialversicherungsrechtlich wie reguläre Arbeitnehmer behandelt. Das heißt, es gelten je nach Höhe des Verdienstes zum Beispiel die Regelungen für geringfügig entlohnte Beschäftigte oder Beschäftigte im Niedriglohnbereich (Gleitzone). Erhalten sie kein Entgelt, fallen auch keine Sozialversicherungsbeiträge an.

### Fortlaufend beschäftigte Studierende

Je nachdem, ob ein Studierender fortlaufend beschäftigt oder nur zeitweise, zum Beispiel in den Semesterferien, eingesetzt wird, gelten in der Sozialversicherung unterschiedliche Regelungen.

Solange der Studierende nicht mehr als 450 Euro pro Monat verdient, gelten dabei in der Sozialversicherung die gleichen Regelungen wie für geringfügig entlohnte Beschäftigten, die sogenannten Mini-Jobs – die wöchentliche Arbeitszeit ist dabei irrelevant. Das heißt, der Arbeitgeber zahlt für den geringfügig entlohnten Beschäftigten Pauschalabgaben zur Sozialversicherung an die Knappschaft-Bahn-See: 13 Prozent für die Krankenversicherung. Zusätzlich besteht für den Arbeitnehmer Rentenversicherungspflicht.

Sofern ein Studierender mehr als 450 Euro verdient, gelten andere Regeln. Das kann entweder der Fall sein, wenn sein Entgelt für die Tätigkeit über dieser Grenze liegt oder wenn er noch einen zweiten Mini-Job hat und beide Entgelte zusammen mehr als 450 Euro betragen. Arbeitgeber sind in diesen Fällen verpflichtet, sich einen Nachweis über eventuelle weitere Arbeitsverhältnisse der bei ihnen beschäftigten Studierenden erbringen zu lassen.

Liegt das Gesamtentgelt über 450 Euro, ist ein Studierender auch rentenversicherungspflichtig. Für Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung müssen jedoch keine Beiträge aus der Beschäftigung gezahlt werden. Voraussetzung dafür ist allerdings, dass der Studierende als ordentlicher Studierender gilt. Das heißt, er hat neben seinem Job noch genügend Zeit,

dem Studium nachzugehen. Dafür gilt folgender Beurteilungsgrundsatz: Während des Semesters darf die wöchentliche Arbeitszeit nicht mehr als 20 Stunden betragen. Diese Grenze darf nur unter der Voraussetzung überschritten werden, dass die Beschäftigung überwiegend an den Wochenenden oder in den Abend- und Nachtstunden ausgeübt wird und sie im Voraus auf maximal drei Monate bzw. 70 Arbeitstage befristet ist. In den Semesterferien gilt diese Beschränkung der wöchentlichen Arbeitszeit nicht. Dann kann der Studierende zum Beispiel 30 oder 40 Stunden pro Woche arbeiten.

Werden diese Voraussetzungen nicht eingehalten, gilt der Studierende als regulärer Arbeitnehmer und ist in der Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung voll versicherungspflichtig.

### Kurzfristig beschäftigte Studierenden

Ist das Arbeitsverhältnis eines Studierenden von vornherein auf maximal drei Monate bzw. 70 Arbeitstage befristet, dann ist der Studierende unabhängig von Verdienst und Arbeitszeit sozialversicherungsfrei (auch in der Rentenversicherung). Dabei spielt es keine Rolle, ob der Studierende während des Semesters oder in den Ferien engagiert wurde. Im Rahmen einer kurzfristigen Beschäftigung kann ein Studierender also auch während des Semesters 30 oder 40 Stunden pro Woche arbeiten, ohne seinen Status als ordentlicher Studierender zu verlieren und sozialversicherungspflichtig zu werden. Voraussetzung dafür ist, dass der Studierende innerhalb des laufenden Kalenderjahres tatsächlich an nicht mehr als 90 Kalender- bzw. 70 Arbeitstagen einer kurzfristigen Beschäftigung nachgeht.

Wird diese Grenze überschritten, weil zum Beispiel im Laufe des Jahres mehrere kurzfristige Beschäftigungen zusammenkommen oder ein Ferienjob verlängert wird, tritt definitiv Rentenversicherungspflicht ein.

Sofern eine der beiden folgenden Bedingungen zutrifft, kommt auch eine Versicherungspflicht in der Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung hinzu:

⇒ Der Studierende geht einer auf maximal drei Monate bzw. 70 Arbeitstage befristeten Beschäftigung nach. Jedoch liegen innerhalb eines Jahres Beschäftigungszeiten von mehr als 26 Wochen bzw. 182 Kalendertagen vor. Berücksichtigt werden dabei alle Beschäftigungen, bei denen die wöchentliche Arbeitszeit über 20 Stunden liegt. Als Berechnungsgrundlage wird hier nicht das Kalenderjahr zugrunde gelegt, sondern es

muss vom voraussichtlichen Ende der aktuellen befristeten Beschäftigung ein Jahr zurückgerechnet werden. Ab dem Beginn des Arbeitsverhältnisses, mit dem die Beschäftigungen des Studierenden diese 26-Wochen-Grenze überschreiten, wird er auch in diesen Zweigen der Sozialversicherung regulär versicherungspflichtig.

⇒ Wird ein ursprünglich auf drei Monate befristetes Arbeitsverhältnis spontan verlängert, zum Beispiel wegen hohem Arbeitsaufkommen im Betrieb, ist Folgendes zu beachten: Liegt der Verlängerungszeitraum im Semester? Und beträgt die wöchentliche Arbeitszeit über 20 Stunden? Dann ist der Studierende ab dem Zeitpunkt, an dem die Verlängerung abzusehen war, nicht nur in der Renten-, sondern auch in der Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung voll versicherungspflichtig, denn er gilt jetzt nicht mehr als sogenannter ordentlicher Studierender.

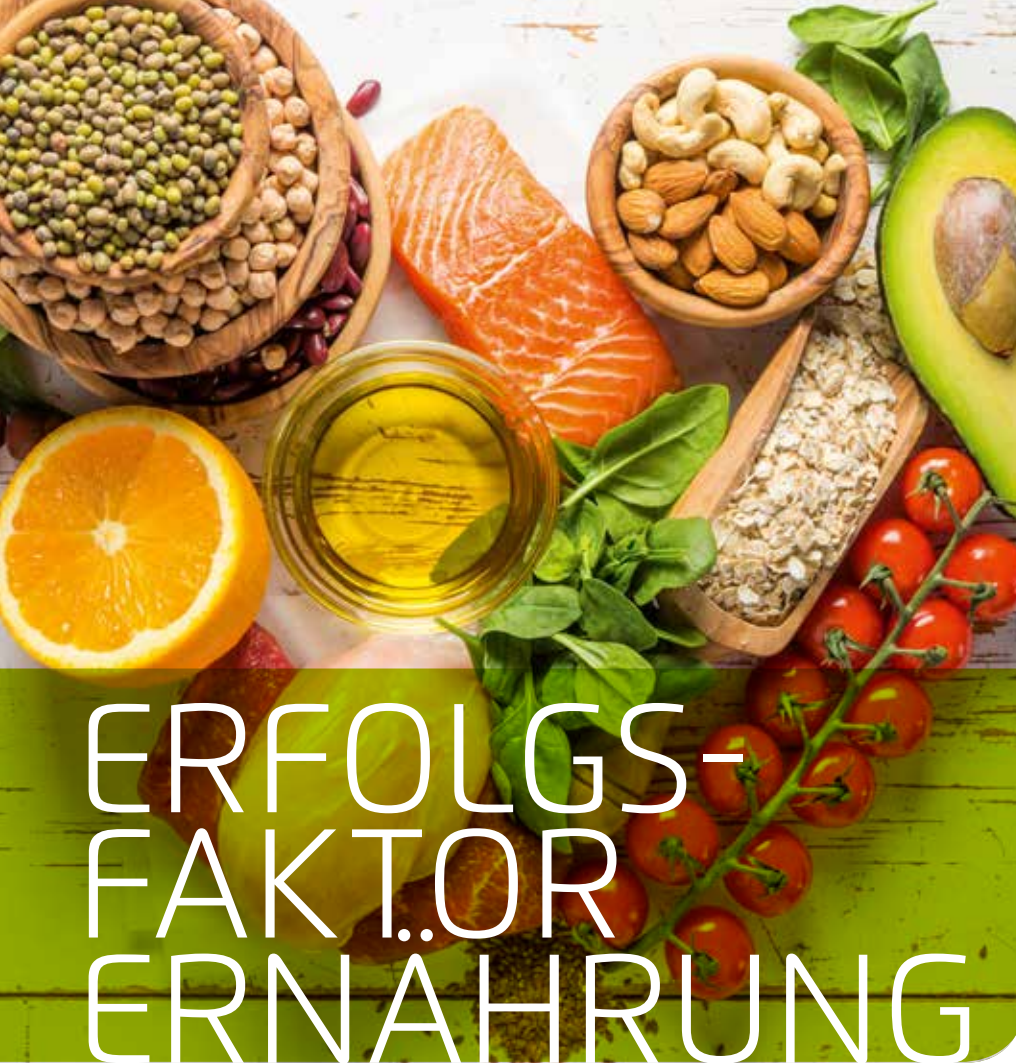
### Tipps zur Beschäftigung von Studierenden

- ⇒ Nehmen Sie von den in Ihrem Betrieb beschäftigten Studierenden und Praktikanten, die an einer Hochschule eingeschrieben sind, immer eine Immatrikulationsbescheinigung als Nachweis zu Ihren Akten.
- ⇒ Lassen Sie sich von Studierenden einen Nachweis über eventuelle weitere Arbeitsverhältnisse vorlegen.
- ⇒ Auch wenn die Beschäftigung eines Studierenden in Ihrem Betrieb beitragsfrei ist, gilt die grundsätzliche Versicherungspflicht von Studierenden in der Kranken- und Pflegeversicherung weiter, um die sich der studentische Mitarbeiter kümmern muss.

### HABEN SIE NOCH FRAGEN ZUM THEMA „SOZIALVERSICHERUNG VON PRAKTIKANTEN UND STUDIERENDEN“?

Ihren persönlichen Firmenkundenberater finden Sie unter [www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de). Einfach den **Webcode 14871** eingeben, Postleitzahl eintragen und Kontakt aufnehmen.





# ERFOLGS- FAKTOR ERNÄHRUNG

*Bei der Fußball-WM geht es vor allem um Leistung. Die Spieler folgen ausgeklügelten Trainingsplänen und haben auch in fernen Ländern ihren eigenen Koch dabei. Er weiß stets, was der durchtrainierte Körper der Athleten braucht, um das nächste Spiel zu gewinnen. Doch auch bei unserer täglichen Arbeit geht es letztlich um Leistungsvermögen und Ausdauer. Mit der richtigen Ernährung und ein paar einfachen Grundregeln kann man auch im harten Arbeitsalltag gewinnen.*

Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung gilt für Leistungssportler eine einfache Regel: Ihre Ernährung sollte zu 55 bis 60 Prozent aus Kohlenhydraten, zu 10 bis 15 Prozent aus Eiweiß und zu 30 Prozent aus Fett bestehen. Ein Verbrauch von 4.000 Kalorien pro Tag ist für Fußballprofis keine Seltenheit. So viele Kalorien brauchen wir bei der täglichen Arbeit natürlich nicht, aber die Zusammensetzung unserer Ernährung entscheidet genau wie bei der WM darüber, wie leistungsfähig wir sind.

## **Schon beim Start auf Sieg setzen**

Mit einem guten Frühstück schaffen wir es, bis zum Mittagessen ohne Leistungseinbrüche aus-

zukommen. Der Heißhunger hat keine Chance. Auch für Menschen, die morgens wenig Appetit haben, bieten sich viele Möglichkeiten für ein solides Ernährungsfundament. Denn es kommt nicht auf die Menge an, sondern auf die Zusammensetzung des Frühstücks. Vollkornprodukte machen lange satt und geben im Laufe des Vormittags immer wieder neue Energie. Helles Brot, süßer Aufstrich, Cornflakes und Kuchen gehören nicht auf den Frühstückstisch. Dann lieber Joghurt mit Beeren, Nüssen und Haferflocken.

## **Nur nicht ins Kantinen-Koma fallen**

Schnitzel oder Currywurst mit Pommes sind

nach wie vor die Klassiker der Mittagspause. Doch für Konzentration und Leistungsfähigkeit sind sie schlichtweg kontraproduktiv. Zu kalorienreiche Kost, zu viel Fett, Fleisch und Frittiertes provozieren das sogenannte Kantinen-Koma: ein Völlegefühl, verbunden mit einem starken Konzentrationsverlust. Dabei muss das Essen mittags gar nicht immer warm sein. Leichte Kost aus der eigenen Lunchbox schmeckt knackiger und frischer als viele schnelle Mittagsgesichter. Und wenn es doch ein warmes Essen sein muss, sollte es vorwiegend aus frischem Gemüse bestehen. Ein bisschen mageres Fleisch oder Seefisch ist auch erlaubt.

## **Auch zwischendurch stark bleiben**

Sich schnell verbrauchende Kohlenhydrate aus hellem Brot, Keksen oder Süßigkeiten sorgen schon nach kurzer Zeit für deutlich spürbare Leistungseinbrüche. Mit dem instinktiven Griff zu Gummibärchen, Schokoriegel & Co. verschärfen wir diese Ernährungsmisere nur. Vollkornprodukte sorgen dafür, dass die typischen Leistungslöcher erst gar nicht entstehen. Um die Konzentration auch zwischen den Mahlzeiten zu fördern, bieten sich frisches oder getrocknetes Obst und Nüsse in kleinen Mengen an.

## **Auch Trinken will gelernt sein**

Ebenso wichtig wie die passende Versorgung mit Kohlenhydraten, Eiweiß, Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralien ist ein ausgeglichener Flüssigkeitshaushalt. Denn ohne Wasser können viele Nährstoffe nicht wirken. Die Konzentration lässt nach, Kopfschmerzen und Müdigkeit sind die Folge. Eineinhalb bis zwei Liter Flüssigkeit am Tag sind empfehlenswert, am besten in Form von Mineralwasser, Leitungswasser oder Kräutertee. Achtung: Stilles Wasser enthält oft kaum Mineralstoffe wie Calcium, Magnesium oder Natrium, daher unbedingt auf die Analyse auf dem Etikett achten! Bei Leitungswasser gilt: Je höher der Härtegrad, desto mehr Mineralien und desto besser für uns Menschen. Selbst der geliebte Kaffee zählt inzwischen zur Flüssigkeitszufuhr dazu.

Für unsere Profifußballer bei der WM ist übrigens Mineralwasser mit einem hohen Natriumgehalt (ab 200 mg/l) ideal, um den Salzverlust beim Training und den Spielen zu kompensieren. Für alle anderen, die ihre ganz persönliche WM Tag für Tag im Büro gewinnen möchten, reicht ein Mineralwasser mit einem geringeren Natriumgehalt (circa 100 mg/l). Auch auf versteckte Salze im Essen – vor allem Fertignahrung enthält sehr viel Salz – sollte man achten.



Ein Interview über Sport, Beruf und Ernährung mit Siegfried Weiler, Chefkoch an der Hermann Neuberger Sportschule in Saarbrücken.

Die Hermann Neuberger Sportschule liegt mitten im Saarbrücker Stadtwald, umgeben von viel Natur, sattem Grün und frischer Waldluft. Auf insgesamt 90.000 Quadratmetern bietet sie Sportlern modernste Trainingsstätten und großzügige Räumlichkeiten für Tagungen und Konferenzen. In der Sportschule ist auch der Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland beheimatet. Leistungssportler aus aller Welt trainieren hier ebenso wie Breiten- und Freizeitsportler. Einen sehr guten kulinarischen Ruf genießt auch die Küche der Sportschule, dafür sorgt schon alleine der ehemalige Sterne-Chefkoch Siegfried Weiler mit all seinem Talent sowie seiner Erfahrung mit Sportlerernährung.

**Herr Weiler, wie kommt ein ehemaliger Sternekoch in eine Sportschule?**

Das war Zufall! Ich habe früher auf Sternenniveau gekocht. Als meine Frau und ich unser zweites Kind bekommen haben, war die Zeit natürlich begrenzt. Da ich sportlich schon immer aktiv war, habe ich mich an der Sportschule beworben und eine Zusage bekommen.

**Was sind das für Sportler, die sich hier auf Ihre spezielle Ernährungskompetenz verlassen?**

Wir haben eigentlich alle Sportler zu Gast, von Breiten- zu Spitzensport und von Einzel- zu Gruppensport. Unsere oberste Prämisse ist es, jedem Sportler täglich gesunde und ausgewogene Ernährung bereitzustellen. Was und wie viel die Sportler zu sich nehmen, liegt dabei in ihrer Hand. Die meisten Sportler haben zusätzlich einen eigenen Ernährungsberater, der ihnen Ernährungspläne zusammenstellt. Unsere Gäste können sich ihr Essen entsprechend ihrer Vorgaben so aussuchen, wie sie das möchten.

**Wie unterscheidet sich die Ernährung eines professionellen Leichtathleten von der eines Hobbyläufers?**

Die Frage ist nicht leicht zu beantworten. Jeder Mensch braucht unterschiedliche Speisen. Wir bieten ein Rohkost- und Salatbuffet, eine Tagesuppe, eine Quarkspeise oder Dessert sowie zwei verschiedene Gerichte zur Wahl, mit wichtigen Kohlenhydraten wie Kartoffeln, Reis und Nudeln an. Ob in der Vorbereitung, im Wettkampf oder nur im Training – jeder kann sein Essen selber gestalten. Natürlich muss sich



„UM LEISTUNG ABRUFEN ZU KÖNNEN, MUSS MAN SICH BEWUSST ERNÄHREN“

EIN INTERVIEW MIT SIEGFRIED WEILER

ein Badmintonspieler bewusster ernähren als beispielsweise ein Fußballer, da er eine ganz andere Leistung beim Sport abrufen muss.

**Zu Ihren Gästen gehören nicht nur Sportler, sondern auch Mitarbeiter sowie Teilnehmer von Konferenzen und Tagungen. Wie kann der Speiseplan dabei helfen, über viele Stunden hoch konzentriert zu bleiben?**

Früher hat man gesagt, man muss dreimal am Tag essen, dann hieß es fünfmal am Tag. Ich denke, dass das vom einzelnen Menschen abhängig ist. Der eine sagt: „Mir reicht eine Banane für zwischendurch.“ Der andere sagt: „Ich brauch ein Käsebrötchen.“ Jeder Mensch ist individuell und dementsprechend greift der Gast auch zu, wenn es ein Angebot gibt.

**In der modernen Arbeitswelt gleicht ein Arbeitstag immer mehr einem Wettkampf, bei dem man möglichst gut abschneiden muss. Fördert Ernährung auch unsere Leistung im Büro?**

Generell sollte man sich über die Woche ausgewogen ernähren und das Essen bewusst wahrnehmen. Viele schnappen sich unterwegs ein Pizzateilchen und essen es auf dem Weg oder nehmen sich den Salat mit an den Arbeitsplatz. Zur Not kann man das so machen, aber auf Dauer macht diese Art der Ernährung krank. Um Leistung abrufen zu können, muss man sich bewusst ernähren. Am besten setzt man sich in der Mittagspause mit den Kollegen in der Küche zusammen und genießt das gemeinsame Essen.

**Morgen wird wieder ein harter Tag für mich.**

**Was würden Sie mir in die Lunchbox packen?**

Ich würde Ihnen zum Frühstück ein Wurst- oder Käsebrötchen einpacken. Zum Mittagessen gibt es einen leckeren Salat mit Ei, um den Speicher wieder aufzufüllen. Für den kleinen Hunger zum Nachmittagstief empfehle ich Ihnen eine Banane oder einen Apfel. Damit sind Sie für den harten Tag perfekt ausgestattet.



# BESCHÄFTIGUNG VON SAISONARBEITERN

*Gerade in der Landwirtschaft, Gastronomie und der Tourismusbranche ist die Saisonarbeit ein beliebtes Beschäftigungsmodell. Für das Meldeverfahren gelten hier seit dem 1. Januar 2018 neue Regelungen, die für mehr Transparenz und weniger Bürokratie sorgen sollen. „360°“ hat die wichtigsten FAQs zu diesem Thema für Sie zusammengestellt.*

In der Vergangenheit erwies sich das Meldeverfahren bei Saisonarbeitskräften wie Erntehelfern oder Skilehrern für beide Seiten – Arbeitgeber und Krankenkasse – als zunehmend problematisch. Gerade bei ausländischen Saisonarbeitnehmern führte die Durchführung der sogenannten obligatorischen Anschlussversicherung nach Ende der Beschäftigung – und damit der Versicherungspflicht – häufig zu Fehlentwicklungen. Da eine Aufklärung des Versicherungsstatus in vielen Fällen nicht möglich war, beispielsweise weil die Wohnadresse der betreffenden Person nicht ermittelt werden konnte, griff diese Regelung, die vom Grundsatz her den Verlust des Krankenversicherungsschutzes verhindern soll. Dadurch wurden aber auch Personen weiterhin pflichtversichert, die mittlerweile in ihr Heimatland zurückgekehrt und gar nicht mehr dem deutschen Sozialversicherungsrecht zuzuordnen waren.

Um dem entgegenzuwirken, wurde das Meldeverfahren bei Saisonarbeitern zum 1. Januar 2018 verbessert: Im Zuge der Anmeldung müssen Arbeitgeber nun die Angabe machen, dass

ein Beschäftigter als Saisonarbeitnehmer tätig ist. Durch diese Angabe im Meldeverfahren kann das weitere Krankenversicherungsverhältnis jetzt bereits während der Beschäftigung mit dem Arbeitnehmer geklärt werden. Es wird insoweit angenommen, dass die Voraussetzungen für eine obligatorische Anschlussversicherung in der gesetzlichen Krankenversicherung nicht gegeben sind. Das bedeutet, dass weitergehende Ermittlungen, die zu Mehraufwänden sowohl bei den Krankenkassen als auch bei den Arbeitgebern führen, nicht länger notwendig sind.

## **Welche Prüfungspflichten bestehen für den Arbeitgeber?**

Nach der gesetzlichen Definition ist Saisonarbeitnehmer, wer vorübergehend für eine versicherungspflichtige auf bis zu acht Monate befristete Beschäftigung nach Deutschland gekommen ist, um einen

- jahreszeitlich bedingten,
- jährlich wiederkehrenden,
- erhöhten Arbeitskräftebedarf des Arbeitgebers abzudecken.



Ob diese drei Voraussetzungen erfüllt sind, ist vom Arbeitgeber im Vorfeld zu prüfen und in der Regel leicht zu beantworten. Im Gegensatz dazu müssen Arbeitgeber nicht feststellen, ob der Arbeitnehmer allein für die Beschäftigung nach Deutschland gekommen ist und unmittelbar nach dieser Beschäftigung wieder in sein Heimatland zurückkehrt oder nach der Beschäftigung in Deutschland verbleibt.

#### **Welche Meldepflichten bestehen für den Arbeitgeber?**

Die Angabe des Kennzeichens „Saisonarbeiter“ ist nur bei Anmeldungen aufgrund des Beginns eines Beschäftigungsverhältnisses sowie bei der gleichzeitigen An- und Abmeldung (Abgabegründe 10 und 40) erforderlich. Hierdurch wird die Meldepflicht auf den eigentlichen Erfüllungszweck beschränkt. Lediglich zum Beginn der Beschäftigung ist somit durch den Arbeitgeber zu prüfen, ob der Beschäftigte zum Personenkreis der Saisonarbeiter gehört, und eine entsprechende Meldung abzusetzen.

#### **In welchen Fällen muss die gesonderte Kennzeichnung erfolgen?**

Die Angabe ist erforderlich bei Beschäftigten mit ständigem Wohnsitz im Ausland, die vorübergehend einer versicherungspflichtigen Beschäftigung in Deutschland nachgehen und danach voraussichtlich in das Heimatland zurückkehren.

Sie ist nur bei gesetzlich krankenversicherten Beschäftigten und für Meldezeiträume ab dem 1. Januar 2018 erforderlich.

#### **In welchen Fällen ist das gesonderte Kennzeichen nicht erforderlich?**

Nicht erforderlich ist die Kennzeichnung bei geringfügig Beschäftigten sowie bei Beschäftigten, die ausschließlich in der gesetzlichen Unfallversicherung versichert sind (Personengruppen 109, 110, 190).

#### **Was ist bei einer fehlerhaften Angabe in der Anmeldung zu beachten?**

Fehlt die Angabe des Kennzeichens „Saisonarbeiter“ oder war diese fehlerhaft, muss die Anmeldung storniert und mit dem korrekten Kennzeichen „Saisonarbeiter“ neu abgegeben werden.

Dadurch wird sichergestellt, dass die Krankenkassen erkennen, ob bei der Prüfung und Feststellung der obligatorischen Anschlussversicherung die Maßgaben nach § 188 Abs. 4 Satz 4 SGB V (Saisonarbeiter – Beitrittsmöglichkeit innerhalb von drei Monaten nach Ende der Beschäftigung mit Nachweis des Wohnsitzes/ständigen Aufenthaltes) oder die Maßgaben nach § 188 Abs. 4 Satz 1 SGB V (kein Saisonarbeiter – Austrittsmöglichkeit mit Nachweis einer anderweitigen Krankenversicherung innerhalb von zwei Wochen nach Information durch die Krankenkasse) Anwendung finden. Insoweit gelten für die Angabe des Kennzeichens „Saisonarbeiter“ die regulären Stornierungspflichten.

#### **Was ist bei einer Änderung des Status „Saisonarbeiter“ während der Beschäftigung zu beachten?**

Ändert sich der Status „Saisonarbeiter“ während des Beschäftigungsverhältnisses, ist die Anmeldung zu stornieren und mit dem richtigen Wert abzugeben. Da es für die Feststellung des Krankenversicherungsverhältnisses nach Ablauf der Beschäftigung von entscheidender Bedeutung ist, ob der Beschäftigte „Saisonarbeiter“ ist oder nicht, ist eine Stornierung und rückwirkende Korrektur der Anmeldung unerlässlich.

#### **HABEN SIE NOCH FRAGEN ZUM THEMA „BESCHÄFTIGUNG VON SAISONARBEITERN“?**

Dann melden Sie sich einfach bei uns, unsere Experten helfen Ihnen gerne weiter. Wie **Kathrin Schmid**, Leiterin Markt Ost.

Sie erreichen sie unter **06 31/2 01 66-30** oder per Mail unter **kathrin.schmid@ikk-sw.de**. Ihren persönlichen Firmenkundenberater finden Sie unter **www.ikk-suedwest.de** – unter dem **Webcode 14871** einfach Postleitzahl eingeben und Kontakt aufnehmen.



**Kathrin Schmid**  
Leiterin  
Markt Ost



Dany Müller,  
Bezirksleiter Saarlouis



# HALBZEIT PAUSE

[www.ikk-firmenparty.de](http://www.ikk-firmenparty.de)



Gemeinsam mit der besten regionalen Krankenkasse  
Ernährung neu entdecken und gewinnen.



Genießen Sie mit 30 Kollegen ein leckeres BBQ und jubeln Sie der deutschen Nationalmannschaft bei einem Vorrundenspiel zu. Schnell registrieren und die Live-Atmosphäre im Großformat in Ihre Firma holen: [www.ikk-firmenparty.de](http://www.ikk-firmenparty.de)

 **IKK** Südwest