



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](http://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!

### Neujahrsgriße von der BGF-Koordinierungsstelle Land Bremen

Die BGF-Koordinierungsstelle Land Bremen wünscht allen Leserinnen und Lesern ein fröhliches und gesundes neues Jahr 2025!



Gesundheit als  
Verkaufsschlager  
– und Ihre Idee  
ist der Bestseller!

### Startschuss zum Ideenwettbewerb „49 gewinnt“: Kleine Ideen – große Wirkung für Gesundheit im Unternehmen!

Ziel ist es, den Unternehmen zu zeigen, wie einfache, aber wirkungsvolle Gesundheitsmaßnahmen den Erfolg steigern können – auch in schwierigen Zeiten, die durch Fachkräftemangel, Lieferengpässe und viele Krisen geprägt sind.

Teilnehmen können sowohl Unternehmen, die bereits Gesundheitsideen umgesetzt haben, als auch solche, die nur eine Idee haben.

Engeladen sind auch Unternehmen, die Interesse haben, eine Idee neu zu entwickeln. Parallel zum Ideenwettbewerb gibt es kostenlose Informations- und Unterstützungsangebote, um Ideen zu prüfen, weiterzuentwickeln oder um Impulse zur Ideenentwicklung zu erhalten.

Der Einsendeschluss ist der 31. Mai 2025. Auf die Gewinner, die von einer Fachjury ausgewählt werden, wartet Unterstützung im Wert von 10.000 bis 25.000 Euro für die gemeinsame Umsetzung oder Weiterentwicklung der Ideen. Die ausgezeichneten Ideen werden veröffentlicht und sollen als Inspiration für andere Unternehmen dienen.

### Gesundheit ist einfach umsetzbar – auch in schwierigen Zeiten

Oft wird angenommen, dass Gesundheitsmaßnahmen teuer und aufwendig sind. Aber schon kleine, unkompliziert umsetzbare Maßnahmen können positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Mitarbeitenden haben. Investition in Gesundheit lohnt sich und zeigt vielfältige Wirkung: Die Motivation verbessert sich, die Produktivität steigt, auch Ausfälle durch Krankheit werden seltener.

## Weitere Informationen und Anmeldung

Alle Details zur Teilnahme und Anmeldung gibt es unter [www.49gewinnt.de](http://www.49gewinnt.de). Dort können sich interessierte Unternehmen schon anmelden, um informiert zu werden und Unterstützungsangebote zu buchen. Frühzeitige Anmeldung hilft bei der optimalen Vorbereitung.

### Absentismus am Arbeitsplatz: Ursachen, Folgen und Strategien zur Prävention



Absentismus beschreibt das bewusste Fernbleiben von der Arbeit, oft bedingt durch psychische, soziale oder gesundheitliche Probleme.

Die Ursachen sind vielseitig und reichen von mangelnder Integration über Über- und Unterforderung bis hin zu gesundheitlichen Belastungen. Häufig empfinden Betroffene den Rückzug als eine Art Belohnung, um negativen Arbeitserfahrungen zu entkommen. Dies kann jedoch finanzielle und organisatorische Folgen für Unternehmen haben, da die Arbeit der Abwesenden auf Kollegen verteilt wird, was zu Überlastung und Unzufriedenheit führt.

Langfristig sinken dadurch Motivation, Produktivität und Kreativität im Team. Unternehmen können Absentismus durch gezielte Maßnahmen wie Umstrukturierungen, die Anpassung von Aufgaben und Arbeitsbereichen, minimieren. Teambuilding-Aktivitäten fördern das Zugehörigkeitsgefühl und die Anerkennung innerhalb der Belegschaft. Gespräche mit Betroffenen helfen, Ursachen wie fehlende Motivation oder psychische Probleme zu identifizieren und anzugehen. Die Förderung der Gesundheit durch Sport- und Achtsamkeitsangebote stärkt die Resilienz und das Wohlbefinden der Mitarbeitenden. Ein gut durchdachtes Gesundheitsmanagement wirkt präventiv gegen zukünftigen Absentismus.



### Veranstaltungen

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

11.02.2025, 9:00 Uhr bzw. 12.02.2025, 9:00 Uhr - Fachmesse Pro Care Hannover - Wir sind dabei! Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

21.02.2025, 9:30 Uhr - Kostenfreier Online-Vortrag der BGF-Koordinierungsstelle Niedersachsen: Vier Tage Woche - Zukunft oder Utopie? Um Anmeldung wird [hier](#) gebeten.

16.03.2025, 8:45 Uhr - Werderseelauf. [Hier](#) gibt es alle Infos.

### 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](mailto:lisa.punke@vdek.com)

Bildnachweise: ©StefaNikolic/iStock/Getty images E+; Rawpixel Ltd.; BGF-Koordinierungsstelle Land Bremen; BGF-Koordinierungsstelle