Bitte nutzen Sie die Pfeiltaste ihrer Tastatur zum Weiterblättern oder klicken Sie direkt mit der Maus auf die entsprechende Seite

Please use the arrow key of your keyboard to change pages or directly click with your mouse cursor on the respective page







Vollbildmodus beenden exit full screen mode



AKTUELL INFORMIERT: FITNESS & GESUNDHEIT - AUSGABE 2/2011

MEDICAL FITNESS





Neues bei ORTEMA

- Neueröffnung Shop
- Erweiterung Medical Fitness
- Start ambulante Rehabilitation

Seite 2



Medical Fitness

- Tag der offenen Tür
- Leistungsdiagnostik
- Termine

Seite 3-4



Betriebliche Gesundheitsförderung

- Outdoor-Event
- Arbeitsplatzanalyse
- Unternehmertag

Seite 5 + 8



Ambulante Rehabilitation

- Therapeutisch gut versorgt und trotzdem daheim
- Nachsorge-Angebote

Seite 6

ORTEMARÜCKBLICK...

- was bisher geschah!

Das Jahr 2011 wurde als ein Jahr der Veränderungen und Erneuerungen angekündigt. Nun neigt es sich dem Ende zu und schon jetzt können wir auf die erfolgreiche Umsetzung einiger Ziele zurückschauen.

Bauliche Maßnahmen

Noch immer gleicht das Gelände der Orthopädischen Klinik Markgröningen (OKM) und der ORTEMA einer großen Baustelle. Der Neubau der OKM wird Anfang 2012 in Betrieb gehen und einige Bauprojekte der ORTEMA konnten bereits fertig gestellt werden bzw. stehen kurz vor der Fertigstellung. Im Oktober wurden die **neuen Umkleideräume des Medical Fitness Bereichs** in Betrieb genommen. Durch den Anbau stehen den Kundinnen und Patientinnen neue, großzügige Räume zur Verfügung, welche über die doppelte Fläche sowie über modernere Duschbereiche verfügen. Die Trennwand des Herren- und des bisherigen Damenumkleideraums wurde entfernt, so dass auch den Herren doppelt so viel Platz und erweiterte Duschmöglichkeiten zur Verfügung stehen.

Mit Fertigstellung der neuen Umkleiden wurde im Medical Fitness Bereich außerdem ein neues Schließsystem eingeführt, das eine zeitgemäße und zügige Abwicklung am Check-In ermöglicht. Durch diese Maßnahmen können eventuelle Wartezeiten und Verzögerungen vermieden werden, zudem ermöglicht es den Mitarbeitern am Medical Fitness Empfang eine noch intensivere Betreuung der Kunden und Patienten.

Ein weiterer Anbau entsteht auf der Ostseite des Medical Fitness Gebäudes. Die Fertigstellung eines dort geplanten Ruheraums für die Patienten der ambulanten Rehabilitation steht kurz bevor.

Leider verzögert sich der für 2011 geplante **Bau von zusätzlichen Park- plätzen um mehrere Monate**. Der Bau eines großen Parkhauses mit rund 300 Stellplätzen befindet sich in der Planungs- und Genehmigungsphase.

Da der Baubeginn auf das kommende Jahr verschoben werden musste, bitten wir unsere Kunden und Patienten noch um ein wenig Geduld!

Eröffnung des neuen ORTEMA Shops

Im Zuge des Klinikumbaus wurde Anfang August der neue ORTEMA Shop im Eingangsbereich der OKM eröffnet. Kunden und Patienten können dort unter anderem Getränke und Süßwaren sowie Hygieneartikel erwerben. Selbstverständlich wird das Angebot auch durch Orthopädische Hilfsmittel verschiedenster Art, Sitzkeile oder Therabänder ergänzt. Die ORTEMA Mitarbeiterinnen freuen sich auf zahlreiche Besucher!



Der Neue ORTEMA Shop

Neues bei ORTEMA Medical Fitness

Im Medical Fitness Kursbereich war die Einführung des **Zumba-Kurses** ein voller Erfolg, denn die Mitglieder sind begeistert von den abwechslungsreichen Schrittkombinationen auf fetzige, lateinamerikanische Musik. Weitere Kurse sind in Planung und werden schnellstmöglich im Kursplan integriert!

Morgenstund hat Gold im Mund! Auf Anregung der Kunden wurden die Öffnungszeiten im Medical Fitness ab Oktober erweitert. An vier Tagen pro Woche stehen die Medical Fitness Mitarbeiter den Mitgliedern bereits schon ab 7 Uhr zur Verfügung. Die Öffnungszeiten am Mittwoch sowie an den Wochenenden bleiben unverändert.

Ambulante Rehabilitation

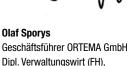
Im August 2011 erfolgte endlich auch die Zulassung der ORTEMA für die ambulante orthopädische Rehabilitation. Die ersten Patienten konnten bereits erfolgreich rehabilitiert werden (siehe unten). Dieses neue Angebot wollen wir Ihnen auf Seite 6 näher vorstellen.

Zudem erhalten Sie - wie gewohnt - einen Überblick über unsere Angebote und interessante Informationen zu Themen rund um Ihre Gesundheit.

Weitere Informationen zu den aktuellen Angeboten aller Bereiche der ORTEMA GmbH finden Sie unter www.ortema.de oder www.ortema-medicalfitness.de.







Betriebswirt (VWA)



Hartmut Semsch

Hartmut Semsch Geschäftsführer ORTEMA GmbH Orthopädie-Techniker Meister

AMBULANTE ORTHOPÄDISCHE REHABILITATION Nun ist es endlich soweit. Die ORTEMA hat die Zulassung für die ambulante orthopädische Rehabilitation erhalten. Mit dieser Erweiterung ist das umfassende Angebotsspektrum nun komplett. Es umfasst die ERFOLGREICH GESTARTET

ambulante orthopädische Rehabilitation erhalten. Mit dieser Erweiterung ist das umfassende Angebotsspektrum nun komplett. Es umfasst die ambulante Therapie auf Rezept, die stationäre Versorgung aller Patienten in der Orthopädischen Klinik, die ambulante orthopädische Rehabilitation, zahlreiche Nachsorge- und Rehabilitationssportangebote, vielfältige Präventions- und Gesundheitskurse, das Training im Medical Fitness sowie Angebote für Freizeit-, Breiten- und Leistungssportler. Der ORTEMA Geschäftsbereich Rehabilitation & Medical Fitness bietet damit für Personen aller Altersgruppen und mit verschiedenen gesundheitlichen Voraussetzungen, die Möglichkeit gesund zu werden, gesund zu bleiben bzw. die Leistungsfähigkeit und Fitness zu verbessern.

Anfang August startete die ambulante orthopädische Rehabilitation der ORTEMA direkt neben der Orthopädischen Klinik Markgröningen. Unter fachärztlicher Anleitung werden von einem eigenständigen Reha-Team orthopädische Patienten jeweils mehrere Stunden pro Tag individuell behandelt und trainiert. Am 06.09.2011 wurde Roland Glasbrenner als erster Reha-Patient nach einer erfolgreichen 15-tägigen Rehabilitation entlassen. Chefarzt Dr. med. Sven Schemel, ORTEMA-Geschäftsführer Hartmut Semsch und Geschäftsbereichsleiter Rüdiger Loy wünschten dem Patienten weiterhin viel Gesundheit und überreichten ihm neben Blumen einen Gutschein zum weiteren Training im Medical Fitness.

Die ambulante Rehabilitation ist geeignet für Patienten, die für eine Rehabilitation gerne zu Hause bleiben wollen, im häuslichen Bereich weitgehend selbständig sind und in fahrbarer Entfernung zur Klinik wohnen. Behandelt werden können zum einen Patienten mit Problemen des Bewegungssystems wie beispielsweise chronischen Schmerzen, Gelenkverschleiß, Instabilitäten und Fehlstellungen, zum anderen Patienten nach Operationen oder akutstationären Aufenthalten.

Nach einer Operation, z.B. in der Orthopädischen Klinik Markgröningen, kümmert sich der Sozialdienst der jeweiligen Klinik um Ihre Anschlussrehabilitation. Patienten mit chronischen Problemen, z.B im Bereich des Rückens, können von ihrem Hausarzt zur Rehabilitation an die ORTEMA überwiesen werden.



Der erste erfolgreich ambulant rehabilitierte Patient wird mit einem Blumenstrauß verabschiedet. (v. l.): Hartmut Semsch, Dr. Sven Schemel, Roland Glasbrenner, Rüdiger Loy

Um allen interessierten Patienten den Zugang möglichst leicht zu gestalten, steht ein Fahrdienst zur Verfügung. Das Mittagessen kann im Restaurant der Orthopädischen Klinik "OKM Ambiente" eingenommen werden. Momentan läuft die Erweiterung der Räumlichkeiten für einen größeren und attraktiveren Ruheraum, um beim Umfang von 4-6 Stunden zumeist aktiver Therapien den Patienten die Möglichkeit für erholsame Ruhephasen zu ermöglichen.

Zulassungen bestehen aktuell bei der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg und der AOK. Die anderen gesetzlichen Krankenkassen werden in Kürze ebenfalls beitreten.

Der Zulassungsprozess für die Deutsche Rentenversicherung Bund und die Ersatzkassen läuft noch. Hier hoffen wir jedoch baldmöglichst ebenfalls einen Erfolg vermelden zu können.

Ebenso neu sind Angebote zur Reha-Nachsorge. Diese umfassen Kursangebote und eine medizinische Trainingstherapie zur Stabilisierung des Rehabilitationserfolgs.

Das gesamte Spektrum der Physiotherapie, Ergotherapie und medizinischen Trainingstherapie wird schon seit Jahren erfolgreich für Patienten der orthopädischen Klinik und für Patienten mit einem Rezept eingesetzt.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Therapie-Anmeldung unter ☎ 07145 91 53850 oder per E-Mail an rehabilitation@ortema.de.

Die Internetseite www.ortema-rehabilitation.de befindet sich im Aufbau und wird in Kürze ebenfalls mit umfangreichen Informationen zur Verfügung stehen.



TAGDER OFFENEN TÜR ORTEMA Medical Fitness

Nach dem großen Andrang am letztjährigen Tag der offenen Tür öffnen wir auch in diesem Jahr an einem Sonntag im Oktober unsere Tore für alle Interessierten. Gesundheitsbewusste und fitnessinteressierte Personen können sich an diesem Tag vom vielfältigen Angebot, den Räumlichkeiten und dem einzigartigen Ambiente im Medical Fitness überzeugen und vom speziellen Angebot am Tag der offenen Tür profitieren!

Im letzten Jahr hat sich der Medical Fitness Bereich enorm weiterentwickelt, denn unser Ziel ist es, unseren Mitgliedern jederzeit ein attraktives, zeitgemäßes und gesundheitsorientiertes Programm zu bieten.

Überzeugen Sie sich zum Beispiel von unserem umfangreichen Gerätepark, der im Laufe dieses Jahres um einen weiteren Medical Fitness Zirkel erweitert wurde. Durch die Ergänzung kann das Training noch flexibler und abwechslungsreicher gestaltet werden. Wie beim bisherigen Zirkel sind die Geräte chipkartengesteuert, so dass das Training aufgrund aller gespeicherten Einstellungen weiterhin kontrolliert und einfach durchzuführen ist. Durch kürzere Belastungsintervalle werden jedoch andere Trainingsreize gesetzt, so dass das Mitglied je nach individuellem Ziel an dem für ihn passenden Zirkel trainieren kann. Auf dem Weg zu Ihrem Ziel erstellen die Sportlehrer Ihnen regelmäßig ein neues Trainingsprogramm und wählen die entsprechenden Übungen und Geräte für Sie aus.

Auch im Kursbereich gehen wir gerne auf die Wünsche unserer Kunden ein. Mit der Wiederaufnahme der beliebten Skigymnastik und eines weiteren Aqua Fitness Kurs am Donnerstagabend wurde der Kursplan auf inzwischen 50 Kurse pro Woche erweitert und bietet außer verschiedenen Ausdauerkursen auch Kräftigungs- und Entspannungsangebote. Ein Highlight ist selbstverständlich unser Zumbakurs, der von Männern und Frauen jeden Alters heißt begehrt ist.

TAG DER OFFENEN TÜR
SONNTAG
23. OKTOBER 2011
10:00 BIS 16:00 Uhr

Voller Stolz werden wir Ihnen in diesem Jahr auch unsere neuen Umkleidekabinen präsentieren können. Mit der Fertigstellung Anfang Oktober haben die Mitglieder nicht nur die doppelte Fläche und mehr Duschmöglichkeiten zur Verfügung, sondern profitieren auch vom neuen Schließsystem. Mit nur einer einzigen Karte kann nun eingecheckt, der Schrank verschlossen und an den chipkartengesteuerten Geräten trainiert werden. Mit der Einführung dieses neuen Systems wollen wir außer einem schnelleren und barrierefreien Check-In vor allem die gewonnene Zeit intensiv dazu nutzen, unseren Mitgliedern eine noch bessere Betreuung zu gewährleisten und auf die individuellen Anliegen der Kunden und Patienten einzugehen.

Das Medical Fitness Team freut sich auf Sie!

Sind Sie neugierig geworden? Testen Sie unsere Angebote!

Wie im letzten Jahr möchten wir Ihnen am Tag der offenen Tür ein besonderes Angebot machen. Wir geben Ihnen die Möglichkeit, unser Fitnessprogramm vier Wochen lang zu testen*. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob ein Fitnessstudio das Richtige für Sie ist oder ob Ihnen unser Programm zusagt, dann nutzen Sie diese Gelegenheit! Nach den ersten vier Wochen haben Sie einen umfassenden Überblick gewonnen und können dann entscheiden, ob Sie langfristig bei ORTEMA Medical Fitness trainieren möchten!

Des Weiteren sparen Sie am Tag der offenen Tür <u>79,90 Euro</u> und bekommen ein Begrüßungspräsent!**

*Aktionszeitraum vom 23.- 30. Oktober 2011 / **gültig für Neuinteressenten ab 16 Jahre



DIE HEILBRONNER EISHOCKEY SPIELER ZUM KRAFTTEST BEI

ORTEMA

Bereits seit vier Jahren kommen die Heilbronner Falken (2. Bundesliga Eishockey) zu ORTEMA, um zu Beginn der Saisonvorbereitung ihren aktuellen Leistungszustand zu ermitteln. Auch im August 2011 fanden 15 Profisportler den Weg nach Markgröningen und mussten sich verschiedenen Leistungstests unterziehen.

Direkt nach der Sommerpause des Eishockeyspielbetriebs finden sich die Profis aus Deutschland, Frankreich und Kanada bei ORTEMA ein. Auf dem Programm stehen Tests zur Messung der Maximal- und Schnellkraft, der Beweglichkeit sowie der Koordinationsfähigkeit. Die Ergebnisse ermitteln nicht nur den **aktuellen Trainingszustand** der Spieler, sondern bieten einen **entscheidenden Ansatz für die Trainingsgestaltung** in der Vorbereitung auf die neue Saison. Auch durch den Vergleich der Testergebnisse mit sportartspezifischen Richtwerten für Eishockeyspieler kann der Trainer jeden Spieler individuell "abholen" und ihm ein entsprechendes Trainingsprogramm erstellen.

Die Mitarbeiter der ORTEMA GmbH waren begeistert von der Arbeit mit den Heilbronner Falken. "Es hat Spaß gemacht, mit den Profis zusammenzuarbeiten und wir sind stolz darauf, einen wichtigen Beitrag zur Saisonvorbereitung leisten zu können", so Carolin Braun, Dipl.-Sportwissenschaftlerin und Sporttherapeutin in der Medizinischen Trainingstherapie.

Die Zusammenarbeit mit den Heilbronner Falken unterstreicht einmal mehr die Vielseitigkeit der ORTEMA, denn die Angebotspalette reicht von der Therapie über den Gesundheitssport bis hin zur Leistungsdiagnostik mit Profisportlern verschiedener Sportarten.





10 EURO

WICHTIGE TERMINE 2011

12012

So 23. Okt. 2011 Tag der offenen Tür bei ORTEMA Medical Fitness 10:00 bis 16:00 Uhr

O11 Spinning® Special bei ORTEMA Medical Fitness

Di 01. Nov. 2011 Spinning® Special bei ORTEMA Medical Fitness mit Überraschungen (für Medical Fitness Mitglieder)

Di 08. Nov. 2011

Patienten-Info: "Schmerzen nach der Operation

Das muss nicht sein!"

Referenten: Chefarzt Dr. Stögbauer, Oberärztin Dr. Maitra,

Orthopädische Klinik Markgröningen

Di 06. Dez. 2011

Patienten-Info: Wenn die Schulter schmerzt

Referent: Oberarzt Dr. Jehmlich, Sektionsleiter Schulter

Orthopädische Klinik Markgröningen

-> Alle Termine der Patienten-Informationsveranstaltungen unter www.okm.de

Mo 30. Jan. 2012* Start Ernährungskurs nach der LC-Methode bei ORTEMA Medical Fitness (der Termin für die Informationsveranstaltung wird rechtzeitig bekannt gegeben)



& SANITÄTSHAUS

11. + 12. Feb. 2012 3. Gesundheitsmesse im Forum Ludwigsburg

*Telefonische Anmeldung

07145 91 53770 für Info-Abend erbeten, für Kursteilnahme zwingend notwendig. Weitere Informationen unter www.ortema-medicalfitness.de.



Beim Einkauf eines Light Rückenschutzes oder Skihelms 10 Euro sparen!*

*Einlösen des Gutscheins nur bei ORTEMA Orthopädie-Technik. Der Gutschein kann nur einmal pro Produkt eingelöst werden. Keine Bar-Auszahlung möglich. Gültig bis 31.01.2012.

MEDICAL FITNESS

DIE ENTWICKLUNG EINER BRANCHE



Keine Branche hat sich in den vergangenen drei Jahrzehnten so enorm verändert wie die Fitnessbranche. "Muckibuden" und eine grelle und von Modetrends bestimmte Aerobicwelle aus Amerika wandelten sich im Laufe der Jahre in eine Branche, in der die Themen Wellness, Gesundheit und Prävention eine immer größere Rolle spielen. Der Begriff "Medical Fitness" hat sich inzwischen ebenfalls durchgesetzt, so dass der Deutsche Industrieverband für Fitness und Gesundheit e.V. (DIFG) erstmals einen Medical Fitness Report veröffentlicht hat.

Viele erinnern sich noch an den Aerobicboom in den 80er Jahren, als Jane Fonda im neonfarbenen Fitnessdress auf dem Bildschirm ganze Familien in den Wohnzimmern zum Hüpfen animierte oder muskelbeladene und braungebrannte Bodybuilder das Idealbild der Fitnessbranche darstellten. Seitdem waren hautenge Leggins und Bodys mit dazu passenden Legwarmers und Stirnbändern ein absolutes Muss für jede Hausfrau, die versuchte, sich auf musikalische Begleitung und mit teils akrobatischen Übungen fit zu halten.

Männer dagegen waren bestrebt, an gefährlich aussehenden Kraftmaschinen möglichst viele Eisen zu stemmen, um ihren im Solarium gebräunten Körper zu stählen. Funktionalität, gelenkschonendes Training oder Herzfrequenzzonen waren in dieser Zeit Fremdwörter!

Die Branche hat sich gewandelt und mit ihr die Fitnesssportler. Inzwischen nutzen über 7 Millionen Deutsche die Angebote der Fitnessstudios. Da sich ein Großteil dieser Studios an den Themen Gesundheit und Prävention orientiert, hat die DIFG eine Definition für den Begriff "Medical Fitness" formuliert:

"Medical Fitness bedeutet individuell abgestimmte Bewegungsangebote in der Kombination mit präventiven und therapeutischen Maßnahmen zur Erhaltung oder Wiederherstellung der körperlichen Fitness und Gesundheit."

Im Medical Fitness Report der DIFG werden die Kundenziele und die angebotenen Dienstleistungen näher erläutert. Die Hauptgründe, in einem gesundheitsorientierten Studio zu trainieren, sind Rückenprobleme, allgemeine Gesundheitsförderung und Gewichtsreduktion. Als wichtigste Dienstleistungen werden unter anderem eine hohe Qualifizierung der Mitarbeiter, regelmäßige

Trainingskontrollen und Gesundheitschecks, Rückentraining und die Kooperation mit Ärzten und Krankenkassen angegeben.

Die DIFG sieht den Medical Fitness Bereich als den **Fitnesszweig der Zukunft**, der vor allem eine wichtige Stellung bei der Vorbeugung von Krankheiten einnimmt. Als Zielgruppen werden vor allem gesundheitsbewusste Personen, die über 50-jährigen und Personen mit Rückenproblemen angesprochen.

Nach Veröffentlichung des Reports im Februar 2011 kann die ORTEMA GmbH mit Stolz verkünden, dass der Medical Fitness Bereich – seit inzwischen vier Jahren - mit Recht seinen Namen trägt. Wieder einmal hat die ORTEMA damit ihre Rolle als Vorreiter und Innovator unter Beweis gestellt.

Das ganzheitliche Angebot der ORTEMA GmbH bietet eine **Gesamtversorgung** im Bereich Gesundheit und beinhaltet nicht nur präventive und gesundheitsorientierte Fitnessprogramme, sondern auch therapeutische Maßnahmen und Rehabilitationsangebote.

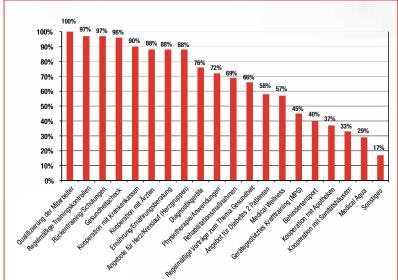
Im Vergleich zu anderen Fitnessstudios, die im Schnitt 13 Dienstleistungen im Bereich Medical Fitness anbieten, kommt die ORTEMA GmbH auf stolze 18 der im Report vorgestellten Dienstleistungen (s. Abb.).

Die Resonanz der Medical Fitness Mitglieder bestätigt die positive Entwicklung der Fitnessbranche. Ein Großteil unserer Kunden hätte sich nie vorstellen können, in einem Fitnessstudio zu trainieren und fühlt sich inzwischen pudelwohl und gut aufgehoben. Auch den **positiven Effekt auf den Gesundheitszustand** spüren die Mitglieder egal welchen Alters deutlich und haben das Training deshalb als festen Bestandteil in den Alltag aufgenommen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich das Bewusstsein der deutschen Bevölkerung geändert hat, denn es wird immer mehr Verantwortung über den eigenen Körper und die allgemeine Gesundheit übernommen.

Die ORTEMA GmbH stellt sich mit all ihren Angeboten auf die gesundheitsorientierten Bedürfnisse der Menschen ein, denn wir wollen Ihnen helfen, Ihre Gesundheit zu erhalten oder wiederherzustellen.

Gerne laden wir Sie ein, sich am Tag der offenen Tür am Sonntag, den 23.0ktober 2011, über unsere Angebote zu informieren.



MEDICAL FITNESS REPORT 2011 - des "DIFG e.V. Deutscher Industrieverband für Fitness und Gesundheit e.V."

Wir beraten Sie gerne, welche Möglichkeiten sich Ihnen bieten und wie Sie die sportliche Aktivität in Ihren Alltag integrieren können.



Ihre Ansprechpartnerin:

Steffi GranzerBereichsleiterin Medical Fitness
Dipl.-Sportwissenschaftlerin
Tel. 07145 91 53770

Weitere Informationen erhalten Sie unter **2 07145 91 53770** oder im Internet unter **2 07145 91 53770** www.ortema-medicalfitness.de.



Damals: Aerobic in den 80er Jahren

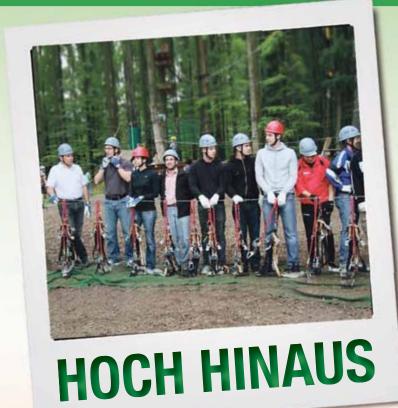


Heute: Modernste, chipkartengesteuerte Kraftgeräte



Heute: Pulsgesteuertes Ausdauertraining

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



FIRMA UIDS IM KLETTERGARTEN

ORTEMA organisierte für ihre Kooperationsfirma WIDOS einen Besuch im Klettergarten, denn auch Outdoor-Aktionen sind ein Bestandteil des ganzheitlich ausgerichteten Konzepts der Betrieblichen Gesundheitsförderung.

In teilweise schwindelerregende Höhen begaben sich die Mitarbeiter der Firma WIDOS im Juli, denn der Wunsch war, das Sommer-Outdoor-Event im Waldhochseilgarten in Rutesheim stattfinden zu lassen. Nach einer allgemeinen Parcours-Einweisung und einer Einführung in selbständig seinen Parcours wählen. Auf schwingenden Holzbalken balancieren, in 12 Meter Höhe von einem Baumstamm in ein Netz springen oder von Baum zu Baum schwingen war für den einen schon eine Grenzerfahrung, für den anderen fing der Spaß dabei erst an. Im Anschluss konnten sich alle Teilnehmer beim gemeinsamen Grillen wieder stärken Wir freuen uns schon auf die nächste Veranstaltung!

"Ein tolles Event", so Michael Dommer, Leiter Marketing und Vertrieb bei WIDOS, "welches in der Firma noch Tage später das Gesprächsthema Nummer 1 war und viele Mitarbeiter dazu veranlasst hat, privat noch einmal dort hinzugehen."

das Sicherungssystem durch das Klettergarten-Personal durfte sich jeder Für ihre Kooperationsfirmen im Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung organisiert die ORTEMA zwei Events pro Jahr, an denen neben den Mitarbeitern auch Angehörige teilnehmen können. Ziel der Veranstaltung ist, den Zusammenhalt und die Kommunikation der Mitarbeiter zu fördern und Bewegung auch in anderer Form erfahrbar zu machen.



FIRMA SPINNER AUTOMATION GMBH

TRAINIERT BEI ORTEMA!

Seit September betreut ORTEMA im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung die Firma SPINNER automation GmbH aus Markgröningen mit 41 Mitarbeitern.

Als direkter Partner der Firma SPINNER Werkzeugmaschinen hat sich die Firma SPINNER automation auf die Verknüpfung von Fertigungs- und Automationsprozessen

Alles begann am Aktionstag Betriebliche Gesundheitsförderung der ORTEMA im Mai, als ein Verantwortlicher der Firma SPINNER automation sich ein Bild von den Angeboten der ORTEMA machen konnte. Begeistert vom ganzheitlichen Konzept präsentierte dieser das Programm seinem Chef. Nach weiteren Gesprächen war klar: ORTEMA hat das passende Konzept im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung. Vor allen Dingen die Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung seiner Mitarbeiter, aber auch ein attraktiver Arbeitgeber zu sein, waren die Hauptbeweggründe von Dominik Jauch, Geschäftsführer der SPINNER automation, Wir heißen alle Mitarbeiter herzlich willkommen diese Kooperation einzugehen.

Nach einer Kick-Off-Veranstaltung in der Firma hat sich direkt die Hälfte der Mitarbeiter zu einem Einweisungstermin und Fitnesstest bei ORTEMA angemeldet. Inzwischen sind weitere Trainierende dazu gekommen. Neben dem Gesundheitstraining beinhaltet das Konzept monatlich einen Aktionsstand in der Firma SPINNER mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten, wie z.B. aktive Bewegungspausen, Wirbelsäulengymnastik, Blutzucker- und Cholesterinmessung, individuelle Gesundheitsberatung und Vorträgen von Psychologen, Ernährungsberatern und Sportwissenschaftlern. Außerdem werden Outdoor-Aktionen wie bspw. der Besuch eines Klettergartens, Wanderungen, Radtouren oder eine Firmenolympiade durchgeführt. Hierbei werden auch Mitarbeiter angesprochen, die nicht zum Training zu ORTEMA kommen. Vor allem durch die Integration aller Mitarbeiter in das Konzept sowohl durch die innerbetrieblichen Aktionsstände und Events als auch durch das Training bei ORTEMA - wird die Nachhaltigkeit des Konzepts unterstrichen.

und freuen uns auf eine tolle Zusammenarbeit!

NEUES SYSTEM ZUR

ARBEITSPLATZANALYSE

Mit ihrem neuen System zur Arbeitsplatzanalyse kann die ORTEMA jeden Arbeitsplatz, egal ob Sitz- oder Steharbeitsplätze sowie auch kombinierte Arbeitsplätze analysieren und optimieren.

"Corpus Ergonomics" nennt sich die Software-Neuanschaffung im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung. Basierend auf dem Prinzip "Analysieren, Visualisieren, Optimieren, Dokumentieren" können die Arbeitsplätze von Mitarbeitern gezielt und mit System angepasst und optimiert werden. Dabei werden zunächst Fragebögen an die Mitarbeiter der Firmen ausgehändigt. Diese sind notwendig, um die ergonomischen Eigenschaften des Arbeitsplatzes sowie bestehende körperliche Beschwerden der Mitarbeiter zu erfassen. Anschließend werden die Mitarbeiter während der Arbeit am Arbeitsplatz fotografiert. Das Bild wird in die Software eingelesen und verschiedene Referenzpunkte werden markiert. Ein Vergleich zwischen den gemessenen Werten und den Normwerten gibt dann Aufschluss über Haltungsdefizite und evtl. bestehende haltungsbedingte Beschwerdezonen (vgl. Bilder unten).

Anhand dieser Analyse findet schließlich die Beratung der Mitarbeiter statt. Teilweise sind die Arbeitsplätze nur mit minimalen Veränderungen zu optimieren. In einigen Fällen können bestehende Probleme über kleinere Hilfsmittel wie z.B. Unterarmauflagen behoben werden, manchmal sind jedoch auch Veränderungen der Möblierung notwendig.

Eine erste erfolgreiche Anwendung dieses Systems hat bei der Firma WIDOS in Heimerdingen stattgefunden. Sowohl die Sitzarbeitsplätze in der Verwaltung als auch Steharbeitsplätze und kombinierte Arbeitsplätze in der Produktion wurden erfasst. Das Ergebnis zeigte deutlich, dass von den Mitarbeitern angegebene Beschwerdebereiche mit dem analysierten Haltungsdefizit übereinstimmten.

Neben der Veränderung der Arbeitsplätze – wenn möglich – kann eine Beratung hinsichtlich geeigneter Kräftigungs-, Dehn- und Lockerungsübungen bzw. Trainingsinhalten erfolgen. Dieses Training können die Mitarbeiter dann selbstverständlich im Medical Fitness Bereich der ORTEMA absolvieren.

Ihre Ansprechpartnerin:

Julia Wagner Betriebliche Gesundheitsförderung B.A. Sportwissenschaft Tel. 07145 91 53770





ORTEMA macht Betriebliche Gesundheitsförderung für die SPINNER automation GmbH. (v. l.) Sportwissenschaftlerin Julia Wagner, Geschäftsführer SPINNER automation Dominik Jauch, Geschäftsbereichsleiter Rüdiger Loy



Die Haltungsanalyse am Sitzarbeitsplatz



Ihre individuelle Sitzposition mit Beschwerdezonen © IBIO



Optimierte Sitzposition

AMBULANTE ORTHOPÄDISCHE BEHABILITATION

Bei chronischen Schmerzen an Wirbelsäule und Gelenken oder nach einer durchgeführten Operation ist eine individuelle Komplexbehandlung z.B. im Rahmen einer modernen, ambulanten Rehabilitation meist sinnvoll und hilfreich. Die Therapieinhalte werden individuell auf den Patienten zugeschnitten. Behandlungszeiten können

oft abgestimmt werden, somit bleibt Zeit für Beruf und Familie. Ziel einer Rehabilitation ist das möglichst rasche Erreichen von normaler Mobilität, Lebensfreude und auch Sportfähigkeit.

Sportverletzungen, Operationen an Gelenken und Wirbelsäule oder chronische Schmerzen bringen oft für Monate bis Jahre Stillstand in Beruf, Studium, Familie, Sport und Freizeit. Durch eine ambulante Rehabilitation werden viele Betroffene in wenigen Wochen wieder mobiler und belastbarer.

Dies zeigt sich in folgendem Beispiel:

"Schon kurz nach der Implantation einer Hüft-Endoprothese begann die 58-jährige Teamleiterin einer Softwarefirma mit ihrer ambulanten Rehabilitation in der ORTEMA-Reha. Dabei profitierte sie von einer qualifizierten, flexiblen und stadiengerechten Rehabilitation unter fachärztlicher Supervision. Die gesundheitlichen Fortschritte waren für sie schnell spürbar, da sie nach der Operation wieder zu Hause bei ihrer Familie weilte und die in der Reha gelernten Übungen und Verhaltensweisen gleich ausprobieren konnte."

Viele Patienten mit Problemen der Extremitätengelenke (z.B. Arthrose, Knorpelschäden, Instabilität, Band- oder Sehnenruptur) profitieren von einer ambulanten Reha durch Verbesserung von Schmerz, Beweglichkeit und Belastbarkeit im Alltag, Sport und Beruf.

Nach einer Gelenkoperation (z.B. Endoprothesenimplantation, Bandplastik, Sehnennaht, Knorpelchirurgie) ist eine Rehabilitation notwendig für eine

THERAPEUTISCH GUT VERSORGT **UND TROTZDEM DAHEIM**

Die Ursache von Rückenschmerzen ist oft nicht nur ein Bandscheibenvorfall, sondern eine Kombination von Überlastungen der Muskulatur und der Bänder, Wirbel-Blockierungen, Bandscheibenverschleiß, chronischen Fehlhaltungen, muskulären Schmerzpunkten und auch psychischen Faktoren. Solche vielschichtigen Erkrankungen der Wirbelsäule sind mit individuell angepassten,

modernen Therapieformen im Rahmen einer ambulanten Rehabilitation meist auch ohne Operation sehr gut behandelbar. Aber auch nach einer Wirbelsäulen-Operation ist eine ambulante Reha-Behandlung fast immer sinnvoll.

Was geschieht in der Reha?

Die Rehabilitationstherapie wird vom Arzt immer individuell auf den Patienten abgestimmt. Dabei stehen inhaltlich soweit möglich aktive Therapien wie z.B. Medizinische Trainingstherapie (MTT) und Krankengymnastik im Fokus. Individuelle passive und wissensvermittelnde Therapiebausteine (z.B. Rückenschule, TEP-Schule, Arthose-Schule) und erlernte "Selbstübungen" zum Trainieren daheim runden ein stimmiges Behandlungskonzept ab. Alle Therapien werden auf die Belastbarkeit des Patienten ausgerichtet und von motivierten Mitarbeitern eines multiprofessionellen Reha-Teams durchgeführt. Durch fachärztliche Therapiesteuerung und Supervision sind Physiotherapeuten, Diplom-Sportwissenschaftler, Sport- und Gymnastiklehrer, Masseure, Ernährungsberaterinnen, Psychologen, Ergotherapeuten und Krankenschwestern in einem eingespielten Team Garant für eine kompetente und meist erfolgreiche Behandlung.



Übergewicht und Bewegungsmangel sind hauptverantwortlich für viele Erkrankungen auch am Bewegungsapparat. Wichtig ist die Hinführung und Motivation des Patienten zu regelmäßigem Sport und auch Bewegung in bewährten oder neuen Sportarten ohne Angst und ohne Schmerzen. Häufig ist dies auch der bestmögliche Schutz vor erneuten Problemen an Wirbelsäule und Gelenken (Sekundärprävention).



Wir helfen Ihnen kompetent, wenn Sie gesund, mobiler und leistungsfähiger werden bzw. bleiben wollen.



Dr. med. Sven Schemel

ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie und Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Seit Juni 2010 ist er Chefarzt der ambulanten Rehabilitation der ORTEMA. Er beschäftigt sich mit der nichtoperativen Behandlung von Wirbelsäule, Gelenken und Bewegungsorganen sowie deren Schmerzen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter 2 07145 91 53850 oder im Internet unter www.ortema-rehabilitation.de.

WIE GEHT ES NACH DER REHA WEITER?

Nachsorgeprogramme der Deutschen Rentenversicherung im Anschluss an Ihre Rehamaßnahme oder Rehasport über die gesetzlichen Krankenkassen.

ASP (ambulantes Stabilisierungsprogramm)

Im Anschluss an eine ambulante oder stationäre Reha besteht die Möglichkeit, Genehmigung können Sie sofort Kontakt mit uns aufnehmen, Termine verüber den Deutschen Rentenversicherungsträger an einem Nachsorgeprogramm teilzunehmen, um die Behandlungserfolge in der Reha zu stabilisieren, auszubauen und nachhaltig zu sichern.

Die Deutsche Rentenversicherung hat hierfür indikationsspezifische Rehabilitationsnachsorgeprogramme entwickelt. Voraussetzung für die Teilnahme an einer Nachsorgeleistung ist in jedem Fall die entsprechende Empfehlung des Arztes der Reha-Einrichtung.

Beginn und Dauer

Das ASP sollte zeitnah - innerhalb eines Monats - spätestens jedoch sechs Monate nach Beendigung der Rehabilitation angetreten und spätestens ein Jahr nach dem Entlasstag abgeschlossen werden. Das Programm umfasst max. 24 Behandlungseinheiten mit einer Zeitdauer von 90-120 Minuten in der Regel zweimal pro Woche.

Inhalte

Die Behandlungseinheiten bei ORTEMA bestehen aus reinen Gruppentherapien wie z.B. Nordic Walking und Wassergymnastik oder Gymnastikgruppen in Verbindung mit medizinischem Gerätetraining. Vor Beginn der Therapien findet eine ärztliche Aufnahmeuntersuchung statt.

Verordnung

Während Ihrer stationären oder ambulanten Rehabilitation informiert Sie der Arzt über die Nachsorgeleistung ASP. Die Empfehlung erhält die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg. Von dort erhalten Sie dann einen

Bewilligungsbescheid zur Durchführung des Nachsorgeprogramms. Nach einbaren und mit dem Programm beginnen. Die Kosten des ASP übernimmt die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg. Eine Zuzahlung ist

Rehabilitationssport

Wurde die Reha von einer gesetzlichen Krankenkasse finanziert, so bietet sich im Anschluss die Möglichkeit, über ein vom Arzt verordnetes Bewegungstraining an einem spezifischen Kurssystem teilzunehmen.

Rehabilitationssport kann aber auch ohne vorangegangene Reha-Maßnahme verordnet werden. Das Angebot richtet sich insbesondere an Personen mit Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat. Auch für Menschen mit chronischen Beschwerden ist der Rehabilitationssport ein adäquates Mittel zur Schmerzlinderung und Steigerung des Wohlbefindens.

Beginn und Dauer

Für den Zeitpunkt des Beginns gibt es keine Vorgaben. Auch die Anzahl der Termine kann von Ihrem Arzt frei verordnet werden. Häufig sind dies 50 Einheiten, die innerhalb von maximal 18 Monaten absolviert werden sollen. Die Trainingseinheiten dauern jeweils 45 bis 60 Minuten.

Inhalte

Rehabilitationssport wird als reines Gruppentraining angeboten und von einem lizenzierten Übungsleiter betreut. Es werden Übungen zur Verbesserung von Koordination, Kraft und Beweglichkeit durchgeführt.



Die ORTEMA ist im Bereich der Versorgung orthopädischer Krankheitsbilder hoch spezialisiert. Entsprechend wird der Rehabilitationssport vor allem in problemspezifischen Gruppen durchgeführt. Aktuell werden ein spezieller Rückenkurs und die Knie-Hüftschule angeboten.

Verordnung

Sie erhalten von Ihrem Arzt eine Verordnung über Rehabilitationssport. Wenn Sie sich bei uns melden, vereinbaren wir zunächst einen Termin für ein Beratungsgespräch, in dem wir alle wichtigen Punkte mit Ihnen klären. Vor Beginn des Trainings muss Ihre Rehasportverordnung dann noch von Ihrer Krankenkasse genehmigt werden.

Weitere Informationen erhalten Sie unter **2** 07145 91 53850 oder per E-Mail unter nachsorge@ortema.de.

ORTHOPÄDIE-TECHNIK

SCHRITT FÜR SCHRITT

Vor neun Monaten hat Steffen Stachorski bei einem Autounfall beide Beine verloren. Jetzt baut sich der 23-jährige ORTEMA Patient ganz unerschrocken ein neues Leben auf.

Zwischen Unfall und Aufwachen kämpfen die Ärzte um das Leben des jungen Patienten. Immer wieder müssen sie Wasser aus der Lunge holen, ständig wird der geschwächte Körper von Infektionen befallen. Das rechte Bein war beim Unfall weggerissen worden, das linke schließlich auch nicht mehr zu retten. "Es war lange nicht klar, ob ich überhaupt überlebe", so Steffen Stachorski.

An dem Tag, an dem er das Bewusstsein wiedererlangt, beginnt er mit seinem neuen Leben. Er versucht das Positive an der neuen Situation zu sehen. Und das Positive daran ist, so denkt er sich, dass er immerhin keine Querschnittslähmung hat.

Von Ludwigsburg kommt er in die Orthopädische Klinik nach Markgröningen, wo ihm bei ORTEMA Prothesen angepasst werden. Weil er doppelseitig amputiert und noch sehr jung ist, bekommt er wahre Hightech-Prothesen eines isländischen Herstellers. Die elektronischen Gelenke sind lernfähig und passen sich jeder einzelnen Aktion an. Sie erkennen sogar Unebenheiten,

versteifen sich dann kurz, geben langsam wieder nach. So leistungsfähig die neuen Beine mit Steffen Stachorskis alten weißen Turnschuhen unten dran auch sind, er muss wieder gehen lernen. Wie ein Kind. Auf einem Barren stützt sich der 1,80m große Mann ab, der mit den Prothesen genauso groß ist wie vor dem Unfall. Nach nur wenigen Schritten hechelt er wie nach einem Marathon, Schweiß rinnt über den Körper. Doch der junge Mann kämpft. Nach wenigen Tagen schafft er drei Barrenlängen hintereinander. In der Klinik trifft er den VfB-Stürmer Cacau, der dort einen Fotoshooting-Termin hat. Später signiert der Fußballer seine Kickschuhe und

schenkt sie dem VfB-Fan.





PARALYMPIC SKI-NATIONALTEAM ABSOLVIERT TRAININGSCAMP BEI ORTEMA

Mitte Juli war das alpine Paralympic Skiteam zu Gast in Markgröningen. Die Athleten der Skinationalmannschaft für Behinderte absolvierten vier gemeinsame speziell auf ihre körperlichen Bedürfnisse abgestimmte Trainingseinheiten und hatten gleichzeitig die Möglichkeit, eine individuelle Protektoren- und Orthesenversorgung durch die Spezialisten von ORTEMA in Anspruch zu nehmen.

"Besser hätte es nicht laufen können", resümierte Justus Wolf, der das Amt des Cheftrainers von Maike Hujara übernommen hat.

Auf dem Programm standen für die Sportler intensives Kraft- und Ausdauertraining unter Aufsicht von Trainer Wolf und Sportwissenschaftlern der ORTEMA. Geschwitzt wurde auf dem Fahrrad beziehungsweise Handbike und an den Geräten.



Wolf selbst war von den Trainingsmöglichkeiten in Markgröningen begeistert. Gleichzeitig wurden die DPS-Athleten auch mit Protektoren und Orthesen versorgt, die aufgrund der körperlichen Einschränkungen der Ski-Asse individuell gefertigt werden müssen.

Um das Protektorenmaterial optimal auf die Bedürfnisse der Athleten abzustimmen, werden sie im Deutschen Luft- und Raumfahrtzentrum im Windkanal getestet. Danach können die ORTEMA-Techniker noch kleinere Korrekturen an der Ausrüstung rechtzeitig vor dem Saisonstart vornehmen. Denn nur so ist es auch im Behindertensport möglich, an die fantastischen Erfolge der vergangenen Jahre anzuknüpfen.

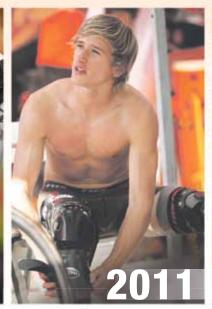
Wir gratulieren Ken Roczen zum Moto Cross Weltmeister-Titel

und bedanken uns für sein jahrelanges Vertrauen in unsere Produkte & Leistungen.

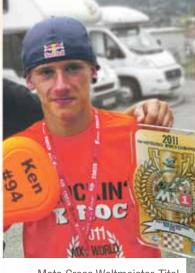












Moto Cross Weltmeister-Titel

Unser neuer Sport Protection

Ballsport Katalog 2011/12.

Mit vielen ausgewählten Produkten u.a. für die Ballsportarten Fußball, Handball, Volleyball, Basketball usw.

Jetzt kostenlos anfordern oder unter www.ortema.de

als PDF downloaden.

JETZT NEU! P1 LIGHT RÜCKENSCHUTZ



Neu und auf Wunsch in Farbe präsentiert sich der P1 Light Rückenschutz sorgt für noch sportlichere Optik. passend zur Skisaison. Die Modelle mit Schultergurt sind jetzt zusätzlich

mit noch weicheren und flexibleren Gurten ausgestattet, damit der Rückenschutz effektiver auf die Körperkontur eingestellt werden kann.

Der moderne, neu angepasste ORTEMA Schriftzug auf der Rückseite

Bereits von einigen Athleten u.a. auch aus dem Motobike-Bereich getestet und für äußerst gut mit angenehmen Tragekomfort befunden, wird der neue Protektor seinen Einsatz auch im Skisport finden.

NEU!

In den Sonderfarben neongrün, neonorange und blau

sowie in der Standardausführung schwarz erhältlich

























SPORT PROTECTION

BALLSPORT - Ab sofort erhältlich!

SPORT PROTECTION BALLSPORT





NEU!

UNTERNEHMEN BEFASSEN SICH MIT DEM THEMA BURN-OUT

Immer mehr Arbeitnehmer leiden unter einem Burn-out. Auch die Zahl der Muskel-Skelett-Erkrankungen steigt nach wie vor jährlich an. Firmenchefs müssen sich dem Thema Betriebliche Gesundheitsförderung daher verstärkt annehmen.

Im Mai 2011 veranstaltete die ORTEMA den ersten "Aktionstag Betriebliche Gesundheitsförderung". Vertreter aus 18 verschiedenen Unternehmen der Region hatten sich in Markgröningen eingefunden, um sich rund um das Thema Betriebliche Gesundheitsförderung zu informieren. Ziel war, über die Phänomene Stress und Burn-out aufzuklären sowie Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung aufzuzeigen, durch welche die Gesundheit der Arbeitnehmer gefördert bzw. die Krankheitsauslöser in Unternehmen minimiert werden können. Fachvorträge von Experten, praktische Umsetzung von Maßnahmen sowie ein gesunder Snack gaben den Teilnehmern die Möglichkeit, sich ein Bild zu machen wie man Betriebliche Gesundheitsförderung ganzheitlich und nachhaltig angehen kann.

Zunächst stimmte Rüdiger Loy, Dipl.-Kaufmann und Dipl.-Sportwissenschaftter, die Gäste auf das Thema ein und machte während seinem Vortrag deutlich, dass der Anteil der psychisch bedingten Krankheitstage in Unternehmen in den letzten Jahren stetig zugenommen hat und inzwischen den zweiten Platz in der Krankheitsstatistik einnimmt. Gründe für die steigende Zahl der psychischen Erkrankungen liegen vor allem im wachsenden Termin- und Leistungsdruck, was bei nahezu jedem vierten Arbeitnehmer zu ständigen Kopfschmerzen und Schlafstörungen führt.

Dr. med. Sven Schemel, Chefarzt ambulante Rehabilitation der ORTEMA, erläuterte in seinem Vortrag "Mehr Schmerz bei Stress?" zunächst den Unterschied zwischen akutem und chronischem Schmerz. Akuter Schmerz hat eine lebenswichtige Schutzfunktion, chronische Schmerzen dagegen haben diese Funktion verloren und können als eigenständiges Krankheitsbild

ein häufig auftretendes Problem und führen zu langen Arbeitsausfallzeiten.
Anschließend stellte Herr Dr. Schemel sehr anschaulich dar, dass Schmerzen auch vom aktuellen Stressniveau abhängig sind. "Jeder Mensch empfindet Schmerzen anders", so Schemel. "Ein gestresster Mensch wird den Schmerz sehr viel stärker wahrnehmen als ein ausgeglichener".

Eine Möglichkeit, wie Bewegung in den beruflichen Alltag integriert werden kann, durften die Teilnehmer des Unternehmertags am eigenen Leibe erfahren. Während einer 15-minütigen **Aktivpause** wurden alle Muskeln bewegt, gedehnt und spezielle Übungen gezeigt, durch die Muskelverspannungen vermieden bzw. gelöst werden können.

Anschließend verstand es Dr. Wolfgang Kringler, Dipl.- Psychologe, durch seinen mitreißenden Vortrag, das Thema Burn-out den Zuhörern näher zu bringen. Er machte deutlich, dass nicht Lärm, Zeitdruck oder viel Arbeit automatisch Stress bedeuten. "Stress entsteht dann, wenn wir es nicht schaffen, damit umzugehen", so der Psychologe. "Ähnlich wie bei Schmerzen ist allerdings auch hier wichtig zu verstehen, dass Stressempfinden individuell sehr unterschiedlich sein kann".

Verschiedene Maßnahmen können dabei helfen, dem Stress besser zu begegnen oder einen Ausgleich zum Arbeitsstress zu schaffen, damit ein Burn-out erst gar nicht entsteht: Spezialistenvorträge zu gesundheitsgefährdendem und gesundheitsschützendem Verhalten, gezielte gesundheitssportliche Aktivität z. B. in Rücken-, Herz-Kreislauf- und Entspannungskursen, praktische Aktions- und Informationsveranstaltungen zu gesundheitlichen Themen im Betrieb, Ergonomie- und Arbeitsplatzberatung u. v. m.

haben diese Funktion verloren und können als eigenständiges Krankheitsbild Entscheidend ist dabei, dass **Angebote exakt** auf die Ziele, Rahmenbedingungen angesehen werden. Im betrieblichen Alltag sind z. B. chronische Rückenschmerzen und Besonderheiten eines jeden Unternehmens **zugeschnitten sein müssen**.

Die Einführung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements ist als **länger-fristiges strategisches Projekt** anzusehen, das neben einer umfassenden Planung und regelmäßigen Überprüfung der vorgenommenen Maßnahmen vor allem eines "Antreibers" im Unternehmen bedarf, um erfolgreich und nachhaltig umgesetzt werden zu können. Studien zeigen, dass durch gezielte Programme zur Gesundheitsförderung **Krankheitstage und Krankheitskosten um bis zu 26% verringert** werden können. Pro eingesetzten Euro errechnen diese Untersuchungen damit einen **Return on Investment** von 2,5 bis 5 Euro für die Unternehmen.

Damit profitieren von einem betrieblichen Gesundheitsmanagement sowohl die Arbeitnehmer durch attraktive, gesundheitsfördernde Angebote und einer Unterstützung zur Führung eines gesunden Lebensstils als auch die Arbeitgeber durch gesündere und leistungsfähigere Mitarbeiter und damit einer gesteigerten Produktivität. Zudem stellen genannte Maßnahmen eine hohe Attraktivität hinsichtlich der Bindung bestehender und dem Gewinn neuer Mitarbeiter dar.



Ihr Ansprechpartner:

Rüdiger Loy Geschäftsbereichsleiter Rehabilitation & Medical Fitness Dipl.-Kaufmann, Dipl.-Sportwissenschaftler Tel. 07145 91 53850





 $\textbf{ORTEMA GmbH} \cdot \text{Kurt-Lindemann-Weg 10} \cdot 71706 \; \text{Markgröningen}$

ORTEMA Medical Fitness · Tel. 07145 91 53770 · Fax 07145 91 53960 medicalfitness@ortema.de · www.ortema-medicalfitness.de

ORTEMA Rehabilitation · Tel. 07145 91 53850 · Fax 07145 91 53960 rehabilitation@ortema.de · www.ortema-rehabilitation.de

 $\textbf{ORTEMA Orthop\"{a}die-Technik} \cdot \textbf{Tel. 07145} \hspace{0.2cm} 91\hspace{0.2cm} 53800 \cdot \textbf{Fax 07145} \hspace{0.2cm} 91\hspace{0.2cm} 53980 \cdot \textbf{info@ortema.de} \cdot \textbf{www.ortema.de}$

Filiale Pforzheim · Rastatter Straße 17-19 · 75179 Pforzheim · Tel. 07231 13966-67 · Fax 07231 13966-84 · pforzheim@ortema.de Filiale Waiblingen · Alter Postplatz 13 · 71332 Waiblingen · Tel. 07151 985994-0 · Fax 07151 985994-94 · waiblingen@ortema.de Filiale Ludwigsburg · Posilipostraße 4 · 71640 Ludwigsburg · Tel. 07141 99-68720 · Fax 07141 99-68739 · ludwigsburg@ortema.de

IMPRESSUM

Herausgeber

ORTEMA GmbH · Kurt-Lindemann-Weg 10 71706 Markgröningen Verantwortliche:
Olaf Sporys, Hartmut Semsch,
Dr. Andrea Grebe, Dr. Peter Steiner
Geschäftsführer der ORTEMA GmbH
Bilder/Fotos: ORTEMA GmbH
ART-KOM GmbH · ⊚ .shock - Fotolia.com

Gestaltung: ART-KOM GmbH
Auflage: 35.000 Exemplare
Erscheinungsweise: zweimal jährlich
2011 © Copyright ORTEMA GmbH

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG DURCH UNSERE PARTNER













