

Einstieg in die
private Kranken-
vollversicherung.
Jetzt besonders
günstig!

www.signal-iduna.de

SIG
Versich

Donners

Deutsches Handwerksblatt

Offene
Forderungen?

Dann schnell
anmelden unter
www.saf-portal.de

Die große Freiheit, „Nein“ zu sagen

Keine einfache Aufgabe, mit dem Rauchen aufzuhören – Mit der richtigen Unterstützung kann es aber gelingen

Ein Gefühl von Freiheit und Abenteuer. Dank Rauchverbot in Deutschland kann das gerade noch bei wärmenden Strahlen unter einer Heizsonne gelebt werden. Doch das alleine ist nicht der Grund, warum immer mehr Raucher dem einst so geliebten Glimmstängel Ade sagen. Unterstützung gibt es dabei von vielen Seiten. Wie beispielsweise durch den Familienbetrieb Hoppen.

Holdrio... Der letzte Zug einer Zigarette. Noch einmal tief inhaliert. Den Qualm langsam hinausgeblasen. Mit einem beherzten Ruck die Reste eines Wegbegleiters in guten wie auch schlechten Zeiten im Aschenbecher ausgedrückt. Aus und vorbei. Schluss mit lustig. Ab jetzt ein Langweiler mit Übergewicht, während die Raucher dicht gedrängt unter der Heizsonne stehen und einen mordsmäßigen Spaß haben. Mal ehrlich: Wer hat nicht bei dem Gedanken eines Rauchstopps auch an solche Horrorfantasien gedacht.

Einmal den persönlichen Entschluss gefasst, dem Laster abzuschwören, beweisen diese Menschen damit den richtigen Riecher, erklärt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf ihrer Homepage „Rauchfrei“. Schon kurze Zeit nach dem Rauchstopp verbessern sich nicht nur Geruchs- und Geschmackssinn. Nach etwa 20 Minuten sinken Puls und Blutdruck. Nur 24 Stunden später nimmt allmählich das Herzinfarktrisiko ab.

In Deutschland gibt es zirka 18 Millionen erwachsene Raucher. Davon versuchen jährlich ein Drittel aufzuhören. Oft leider vergebens. Der Zigaretten-Verzicht erfordert viel Puste und ist nicht selten erst nach mehreren Anläufen



Ein lohnenswertes Engagement von Peter (r.) und Ralf (l.) Hoppen. Die Drogenbeauftragte Sabine Bätzing weiß, dass KMU-Betriebe eine wichtige Rolle in Sachen Rauchstopp leisten können.

Foto: Lopata/axentis.de

von Erfolg gekrönt, muntert die BZgA Verzagte auf. Eine wichtige Rolle dabei können die rund drei Millionen kleinen und mittleren Betriebe mit ihren fast 20 Millionen Beschäftigten spielen.

Einer von ihnen ist der Familienbetrieb Hoppen. Erste Schritte in Richtung Raucherstopp unternahm der Betrieb aus Mönchengladbach-Rheydt im Jahr 2005. Seit damals sind die Büroräume von Peter, Karin und Ralf Hoppen rauchfrei. In der Tischlerei galt das Rauchverbot schon immer. Das wurde Zug um Zug auf die Baustellen und Fahrzeuge ausgedehnt. „Das Pro und Kontra des Rauchens haben unsere 30 Mitarbeiter im-

mer häufiger abgewogen“, schildert Ralf Hoppen die Diskussionen zum Thema Rauchen am Arbeitsplatz. „Diejenigen, die aufhören wollten, haben wir dann aktiv unterstützt. Die Kosten für die Akupunktur bei einer Ärztin für traditionelle chinesische Medizin wurden übernommen. Den Bestand eines ohnehin schon gut sortierten Medikamentenschrankes für die Mitarbeiter ergänzten die Firmeneinhaber kurzerhand um Nikotinpflaster und Nikotinkaugummi. Ganz wichtig, findet der ehemalige Genussraucher, der vor fünf Jahren die letzte Zigarette in die Hand nahm, dass niemand gedrängt wird aufzuhören. „Aber“, fügt er

an, „für jeden Betrieb lohnt es sich, mit den Mitarbeitern darüber zu sprechen.“

Die Investitionen, rechnet der 46-Jährige vor, „sind Peanuts gegenüber der Gesunderhaltung unserer Leute und nicht zuletzt auch ein Garant, dass der Betrieb gut läuft“. Vier seiner Mitarbeiter sind inzwischen nikotinfrei. Die acht, die der Zigarette bislang treu bleiben, dürfen weiter nach Herzenslust in einem speziell eingerichteten Außenbereich schmauchen.

Wie oft bei den gesundheitsfördernden Projekten der Firma, stand die IKK Nordrhein hilfreich zur Seite. Schulungsmaßnahmen gehörten zu dem Angebot, Info-

material und ein Mitarbeiter der Krankenkasse standen im Bedarfsfall vor Ort zur Verfügung. „Das ist ja das Gute an der IKK“, sagt Peter Hoppen. „Wir haben immer mit den gleichen Leuten zu tun. Wenn nötig, wird auch mal ein weiterer freiwilliger Tag eingeräumt.“

Das Engagement des niederrheinischen Handwerksbetriebs hat sich bis nach Berlin herumgesprochen. Bei dem bundesweit ersten Wettbewerb „Unser Betrieb macht rauchfrei - Rauchfrei tut gut“ gehören sie zu den Hauptpreisträgern. Von der Drogenbeauftragten Sabine Bätzing erhielten sie dafür Lob und Anerkennung. Und ein ansehnliches Preisgeld von 5.000 Euro. 134 Betriebe nahmen an dem von der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. initiierten Projekt teil. Die Preisgelder betragen insgesamt 46.750 Euro. Aber sind die Hoppens denn nun besondere Gutmenschen? „Mitnichten“, weist Ralf Hoppen entschieden zurück. „Wir sind ein wirtschaftlich orientierter Betrieb.“ Doch mit dem Einsatz moderner Maschinen und einem guten Marketing ist noch lange nicht Schluss. „Wir übernehmen doch auch die Verantwortung für unsere Mitarbeiter“, betont er. Zumal die Gesundheitsmaßnahmen ganz deutlich die Betriebsidentifikation steigern. Für den Familienbetrieb Hoppen deshalb eine Win-Win-Situation.

Auf die Idee, einen qualifizierten Handwerker nicht einzustellen, weil der noch an der Kippe hängt, kommt der Firmenchef nicht. Zumal der „Neue“ doch noch gar nicht das Nichtraucherprogramm der Familie Hoppen kennt ... **kle Infos zum Thema unter www.handwerksblatt.de Rubrik Gesundheit**

erk GmbH,
62, PVST,

435-3822