

Presseinformation

DEKRA Fit & Safe für Berufskraftfahrer mit neuen Features

Maßgeschneidertes Programm für fitte und gesunde Trucker

- ▶ Mehr Sicherheit und Gesundheit im Güterverkehr
- ▶ Flexibles Gesundheitsprogramm in neuer Kompaktversion für KMU
- ▶ Materialien in Deutsch, Englisch, Polnisch und Russisch

Weniger Risiken im Güterkraftverkehr und ein Plus an Verkehrssicherheit, sind die Ziele von „DEKRA Fit & Safe“. Das Programm für betriebliche Gesundheitsförderung ist speziell auf Berufskraftfahrer zugeschnitten. Mit mehreren Erweiterungen haben die DEKRA Experten das Konzept jetzt noch passgenauer gestaltet: Neben Sprachversionen in Deutsch, Englisch, Polnisch und Russisch gibt es eine kompakte Basisvariante, die speziell auf kleine und mittlere Unternehmen zugeschnitten ist.

Das Konzept Fit & Safe wurde von DEKRA Experten speziell für die besonderen Anforderungen von Berufskraftfahrerinnen und -fahrern sowie Speditionen konzipiert – denn klassische Programme zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) greifen in diesem Arbeitsumfeld häufig zu kurz.

„Berufskraftfahrende stehen insgesamt unter hohen beruflichen Belastungen, die oftmals mit ungesunden Verhaltensweisen einhergehen und körperliche sowie psychische Beschwerden begünstigen“, erklärt Johannes Hopp, Leiter Arbeitsmedizin & Betriebliches Gesundheitsmanagement bei DEKRA. Dazu zählen unter anderem Herz-Kreislauf- und Muskel-Skelett-Erkrankungen oder ernährungsbedingte Gesundheitsprobleme. „Ein schlechter Gesundheitszustand wirkt sich außerdem negativ auf das Fahrverhalten aus und erhöht das Unfallrisiko“, so DEKRA Experte Hopp weiter.

Neben einem Zugewinn an Verkehrssicherheit durch DEKRA Fit + Safe können fitte und gesunde Trucker durch geringere Ausfallzeiten und längere Lebensarbeitszeiten auch

Datum Stuttgart, 27. März 2026 / Nr. 26
Kontakt Tilman Vögele-Ebering
Telefon 0711.7861-2122
Fax 0711.7861-742122
E-Mail tilman.voegel-ebering@dekra.com

DEKRA e.V.
Konzernkommunikation
Handwerkstraße 15
D-70565 Stuttgart
www.dekra.de/presse

dazu beitragen, den demografischen Wandel und Fachkräftemangel in der Branche abzufedern.

Bereits in der Entwicklungsphase von DEKRA Fit & Safe wurden Lkw-Fahrpersonal und Logistikunternehmen eingebunden, um die tatsächlichen Anforderungen zu identifizieren. Lange und unregelmäßige Arbeitszeiten, hoher Zeitdruck, Schlafmangel sowie wechselnde Arbeitsumgebungen stellen enorme Belastungen dar. Auf Basis dieser Erkenntnisse entstand ein Programm, das Fahrerinnen und Fahrer ortsunabhängig, flexibel und freiwillig nutzen können – und zugleich das gesamte Unternehmen einbezieht.“

Das Konzept von DEKRA Fit & Safe sieht drei Schritte vor:

1. **Sensibilisierung:** Unternehmer, Führungskräfte und Disponenten werden durch Workshops, Veranstaltungen und Interviews für Gesundheitsthemen sensibilisiert. Gleichzeitig erfolgt eine Ist-Analyse über Fragebögen.
2. **Intensivprogramm:** Über mindestens zwölf Wochen vermittelt das Programm Berufskraftfahrern praxisnahes Wissen – etwa zu gesundem Schlaf, Stressmanagement, Ernährung oder Training. Ergänzt wird dies in einer Web-App durch Videos, Audioformate sowie ein digitales Dashboard.
3. **Nachhaltige Integration:** Ein persönlicher Gesundheitscoach begleitet die Teilnehmenden auf Wunsch durch das gesamte Programm.

Das Herzstück von DEKRA Fit & Safe ist der modulare Aufbau, der aus den drei Phasen besteht. Neu hinzugekommen ist nun eine Basisvariante, die ausschließlich die zweite Phase, das Intensivprogramm, umsetzt. Diese kostengünstige Lösung bietet einen reduzierten Umfang und eignet sich für Unternehmen, die ihren Fahrerinnen und Fahrern schnell und effizient gesundheitsrelevantes Wissen bereitstellen möchten, beispielsweise in kleinen und mittelgroßen Speditionen.

Die Auswertung erfolgt transparent und datenschutzkonform über ein digitales Dashboard. Zusätzlich bietet DEKRA eine digitale Anbindung an weitere Angebote wie etwa das europäische Netzwerk für medizinische unterwegsversorgung „DocStop“.

Das Programm bietet zahlreiche Vorteile: Neben der Sensibilisierung des ganzen Personals steigert es die Mitarbeiterzufriedenheit und verbessert das Unternehmensimage durch gelebte Fürsorge. Die Vermittlungsformate sind zeitlich flexibel anpassbar und verfügen über eine moderne Web-App für mobile Endgeräte mit Tipps, beispielsweise zu Ernährung und Stress. Es besteht auch die Möglichkeit einer individuellen Begleitung durch Online-Gesundheits-Coaches.

www.dekra.de/de/fit-and-safe/

Über DEKRA



Seit mehr als 100 Jahren steht DEKRA für Sicherheit. 1925 mit dem ursprünglichen Ziel gegründet, die Verkehrssicherheit durch Fahrzeugprüfungen zu gewährleisten, hat sich DEKRA zur weltweit größten unabhängigen nicht börsennotierten Sachverständigenorganisation im Bereich Prüfung, Inspektion und Zertifizierung entwickelt. Heute begleitet das Unternehmen als globaler Partner seine Kunden mit umfassenden Dienstleistungen und Lösungen, um Sicherheit und Nachhaltigkeit weiter voranzutreiben – ganz im Sinne des DEKRA Jubiläumsmottos "Securing the Future". Im Jahr 2024 hat DEKRA einen Umsatz von 4,3 Milliarden Euro erzielt. Rund 48.000 Mitarbeitende sind in etwa 60 Ländern auf fünf Kontinenten mit qualifizierten und unabhängigen Expertendienstleistungen im Einsatz. DEKRA gehört mit dem Platinum-Rating von EcoVadis zu den Top-1-Prozent der nachhaltigsten Unternehmen weltweit.