

## Das Gesundheitsförder-Programm speziell für Lkw-Fahrer

Der Beruf des Lkw-Fahrers ist einer der härtesten Jobs überhaupt: hohe Anforderungen an Konzentration und Aufmerksamkeit beim Fahren, wiederkehrende Auf- und Abladetätigkeiten und „nebenbei“ die Erledigung von Frachtpapieren. Es ist nicht leicht, unter diesen Stressfaktoren eine gesundheitsbewusste Lebensweise einzuhalten. Um Truckerinnen und Trucker dabei zu unterstützen und ihre Leistungsfähigkeit zu erhalten, hat DEKRA ein digital gestütztes Gesundheitsförder-Programm für Lkw-Fahrer entwickelt.

### Damit der Transport von Gütern auf der Straße gesünder und attraktiver für die Fahrer wird

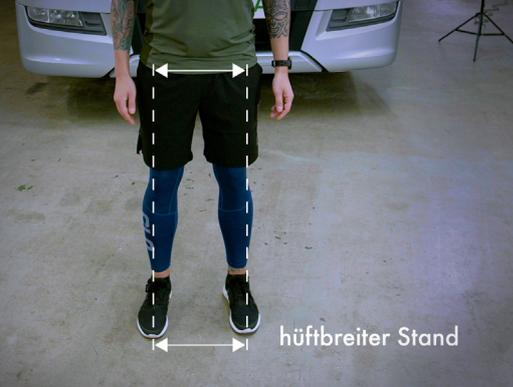
Die hohe berufliche Belastung und ein oft ungesunder Lebensstil erhöhen bei Lkw-Fahrern nicht nur das Risiko für Herz-Kreislauf- und Muskel-Skelett-Erkrankungen. Wenn die Gesundheit eingeschränkt ist, kann sich das auch negativ auf das Fahrverhalten auswirken, das Unfallrisiko steigt. Zudem liegt der Altersdurchschnitt der europäischen Lkw-Fahrer bei über 50 Jahren – höchste Zeit zum Handeln!

### Genau das Gesundheitsförder-Programm, das Ihre Fahrer brauchen

Um den Beruf des Lkw-Fahrers gesünder und attraktiver für den Nachwuchs zu gestalten, hat DEKRA das Gesundheitsförder-Programm DEKRA Fit & Safe entwickelt. Die Inhalte lassen sich individuell auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens anpassen. Die Nutzung erfolgt freiwillig und ist dank digitaler Formate immer und von überall aus möglich. Durchführung und Auswertung erfolgen über ein digitales Dashboard. So profitieren alle Beteiligten von höchster Flexibilität, Effektivität und Transparenz.

### Vorteile für Unternehmen, Disponenten und Fahrer: DEKRA Fit & Safe

- ▶ Ein modulares Gesundheitsförder-Programm zur Verbesserung der Gesundheit von Lkw-Fahrern
- ▶ Sensibilisiert alle Beteiligten Ihres Unternehmens für eine gesündere Lebens- und Arbeitsweise
- ▶ Erhöht die Zufriedenheit Ihrer Mitarbeiter und damit Ihre Attraktivität als Arbeitgeber
- ▶ Ist immer und überall flexibel abrufbar
- ▶ Ermöglicht die individuelle Nutzung der Informations- und Trainingsmodule und eine datenschutzkonforme Steuerung und Auswertung per digitalem Dashboard



### Dreistufiges, digital begleitetes Programm

Gesundheitsbewusstes Verhalten gezielt planen und flexibel in den Arbeitsalltag integrieren, ohne Zwang, aber mit viel Spaß und Motivation: Das Programm DEKRA Fit & Safe ist so gestaltet, dass das gesamte Unternehmen von Geschäftsleitung über Disposition bis zum Fahrpersonal profitiert. Während der Entwicklungszeit sind unsere Experten mit Lkw-Fahrern unterwegs gewesen, haben Fragebögen verteilt, Interviews geführt und auch zwischen den Zeilen genau hingehört. Das Ergebnis ist ein modulares dreistufiges Programm, das sensibilisiert, aktiviert und auf Nachhaltigkeit abzielt.

### DEKRA Fit & Safe Programmaufbau



### Unsere Erfahrung

Alle sprechen über Sicherheit. Wir tun etwas dafür. Ganz gleich, ob es um Informationen, Messung, Prüfung oder um Beratung geht: Wir sind ganz nah bei Ihnen. Oder kennen Sie einen anderen Sicherheitsdienstleister, der in ganz Deutschland flächendeckend, mit einem so umfassenden, einheitlichen Leistungsspektrum und durchgängiger Qualität für Sie da ist?

Machen Sie sich selbst ein Bild von unseren Dienstleistungen oder sprechen Sie gleich persönlich mit uns.

Wir freuen uns auf den Dialog mit Ihnen.

### DEKRA Automobil GmbH

Industrie, Bau & Immobilien  
Handwerkstraße 15  
70565 Stuttgart  
Telefon 0800.333 333 3  
fitandsafe@dekra.com

dekra.de

### Vermittlungsformate von DEKRA Fit & Safe

- ▶ Firmenindividuell zeitlich anpassbare Lern- und Fitnessprogramme
- ▶ Web-App u. a. mit Trainings- und Ernährungstipps
- ▶ Verschiedene digitale Lernformate, z. B. Podcasts, Videos etc.
- ▶ Bei Bedarf individuelle Begleitung durch Gesundheits-Coaches

### Weitere Leistungen, von denen Sie profitieren

Neben unserem Service rund um Arbeits- und Gesundheitsschutz bieten wir Ihnen zahlreiche Dienstleistungen in angrenzenden Bereichen, darunter:

- ▶ Betriebliche Gesundheitsförderung
- ▶ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ▶ Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung
- ▶ Notfallpsychologie
- ▶ Arbeitsmedizinische Betreuung
- ▶ Arbeitssicherheit
- ▶ Verkehrsmedizin und Verkehrspsychologie

und vieles mehr.