

2 · 2024  
Das Arbeitgebermagazin  
der AOK

# gesundes unternehmen

**Klicken  
statt blättern**

Komfort-PDF mit  
interaktiven Buttons  
und Links



## Am Ball bleiben: Beschäftigte zu Bewegung motivieren

→ Hier klicken

→ Gemeinsames Ziel: AOK-Firmenlauf

→ Essenzuschüsse – was 2024 gilt

→ Gelassen in die Betriebsprüfung

**gesundes unternehmen –**  
das Arbeitgebermagazin der AOK.  
Die Gesundheitskasse.

**Herausgeber:**  
AOK-Bundesverband  
Rosenthaler Straße 31  
10178 Berlin

AOK NordWest  
Kopenhagener Straße 1  
44269 Dortmund  
aok.de/nw

**Kontakt, Adressänderungen  
und Kommentare:**  
aok.de/fk/nw/kontakt

**Verlag und Redaktion:**  
Ministry Group GmbH  
Stadtdeich 2–4  
20097 Hamburg

Momentum Data Driven  
Stories GmbH  
Am Sandtorkai 27  
20457 Hamburg

**Editorial Director:**  
Jochen Brenner  
**Redaktionsleitung:**  
Per Horstmann, Maria Zeitler (stv.)

**Fachredaktion:**  
Fionn Birr, Heike Bohn,  
Ina Hieronimus, Silke Siems,  
Heike Wegener, Maria Zeitler  
**Regionalredaktion**

**AOK NordWest:**  
Georg Focke, Olaf Fuhrmann,  
Ursel Kemper (Leitung),  
Andrea Stemke, Stephan Sunnus,  
Birgit Ursprung

**Alle Bildrechte:** AOK, sofern  
nicht anders angegeben

**Alle Illustrationen:** AOK

**Druck:**  
L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG  
DruckMedien  
Marktweg 42–50  
47608 Geldern

**Erscheinungsweise:**  
viermal jährlich/KU

**Redaktionsschluss:**  
6. März 2024

Mit der kostenfreien Aussendung des Magazins **gesundes unternehmen** kommt die AOK NordWest ihren sich aus § 104 SGB IV und § 13 SGB I ergebenden Beratungs- und Informationspflichten nach. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie elektronische Vervielfältigung von Artikeln und Fotos nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlags. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos keine Gewähr.



**Tom Ackermann**  
Vorsitzender des Vorstandes  
AOK NordWest  
Die Gesundheitskasse.



# Gemeinsam in Bewegung bleiben

**Draußen wird es** langsam wärmer, der Winter ist vorbei. Viele Menschen beginnen nun wieder damit, mehr Sport zu treiben. Diesen Schwung können Arbeitgeber mitnehmen, auch über den Frühling hinaus – und damit sowohl ihren Beschäftigten als auch dem Unternehmen Gutes tun.

Wie sorgen Arbeitgeber dafür, dass ihre Mitarbeitenden auch im Arbeitsalltag langfristig aktiv bleiben? Wir geben in unserer aktuellen Ausgabe Antworten; sprechen dafür mit einem Sportwissenschaftler und stellen Unternehmen mit spannenden Ansätzen vor.

Auf Seite 8 erläutert außerdem Linda Wietmann, Bewegungsexpertin der AOK NordWest, warum sich Laufen besonders gut als gemeinsamer Sport im Betrieb eignet, und motiviert zur Teilnahme an den AOK-Firmenläufen. Diese sind für viele Unternehmen und Aktive bereits seit Jahren fester Bestandteil des Laufkalenders.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

## Jederzeit für Sie erreichbar



### Abonnementservice

Sie möchten Ihre Anschrift ändern, zusätzliche Exemplare des Magazins anfordern oder es abbestellen? Eine kurze Nachricht mit Ihrer Adresse und Betriebsnummer genügt.

Auch Ihre Anregungen und Ihre Meinung zum Magazin können Sie uns auf diesem Weg gern mitteilen. Wir freuen uns drauf!

→ [aok.de/fk/nw/kontakt](https://aok.de/fk/nw/kontakt)

**TITEL  
BETRIEB IN BEWEGUNG**



4

→ **Und jetzt alle zusammen**

Wie Unternehmen ihre Beschäftigten zu mehr Bewegung motivieren

→ **Laufender Betrieb**

Warum sich Laufen gut als Betriebssport eignet – und ein klares Ziel wichtig ist

→ **Noch mehr guter Sport für Ihr Team**

Welche Sportart eignet sich in Ihrem Betrieb? Wir stellen drei Ideen vor

**MAGAZIN**



15

→ **Gutes tun und sparen**

Diese Essenszuschüsse gelten 2024 – und das ist dabei zu beachten

→ **Gelassen in die Betriebsprüfung**

Wenn die Rentenversicherung prüft, stellen sich viele Fragen – hier sind die Antworten

**AUF EINEN BLICK**



23

→ **Auf einen Blick**  
News und Fakten

→ **„Fragen sind ein tolles Werkzeug“**

Rapper und Coach Michael Kurth, bekannt als Curse, spricht übers Zuhören und Sinnhaftigkeit im Job



→ **Poster: Allergien**

Infos und Tipps zum richtigen Umgang am Arbeitsplatz. Das dem gedruckten Magazin beiliegende Poster steht Ihnen online zum Download zur Verfügung.

Fotos (links): Studio4 via Getty Images; (Mitte): SolStock via Getty Images; (rechts): Robert Eikelpoth



→ **personal wissen** Der Service zu Sozialversicherung und Recht

**So funktioniert das  
Komfort-PDF**

Navigieren Sie mit einem Klick auf die Symbole durch das Magazin.



→ **Über einen Klick auf die Links** gelangen Sie auf weiterführende Internetseiten und Downloads.





# Und jetzt alle zusammen

## Gesunder Betrieb

Bewegungssaison ist immer, aber sie macht mehr Spaß, wenn das Wetter mitspielt. Doch nicht nur Sport ist wichtig, sondern auch die Bewegung im Alltag. Arbeitgeber können einiges tun, um ihr Team in Schwung zu bringen. Wir stellen Unternehmen mit kreativen Ideen vor.

**Briefe mit dem Fahrrad** austragen, Fitnesskurse geben oder Stadtführungen leiten: Bei manchen Tätigkeiten ist Bewegung bereits integriert, jedoch wiederholt sie sich einseitig. Für die große Mehrheit der Beschäftigten in Deutschland gilt Ersteres allerdings nicht. Wenn sich Menschen bei Bildschirmarbeit oder an Maschinen überhaupt bewegen, dann ebenfalls oft monoton. Das kann auf Dauer dazu führen, dass gesundheitliche Probleme entstehen. Der Schlüssel dagegen: vielseitige körperliche Belastungen und mehr Abwechslung in den Bewegungsabläufen.

## Bewegung ist alles

Der Handlungsspielraum für Arbeitgeber sei dabei groß, erklärt der Sportwissenschaftler Professor Ingo Froböse von der Deutschen Sporthochschule Köln. So umfasst die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) Angebote

während der Arbeitszeit – eine bewegte Mittagspause etwa oder die Unterbrechung langer Meetings durch Bewegungspausen. Betriebe können auch schon vor der Arbeit für mehr Bewegung sorgen, indem sie beispielsweise Jobräder anbieten, die Mitarbeitende für den Arbeitsweg nutzen. Alltagsbewegung ist ebenfalls vorteilhaft: Treppen steigen statt Aufzug fahren ist ein Klassiker.

## Dreimal V

„Es ist wichtig, die Relevanz körperlicher Aktivität als Philosophie ins gesamte Unternehmen hineinwirken zu lassen“, erklärt Froböse. Bei diesem ganzheitlichen Ansatz kommt dem Arbeitgeber eine dreifache Rolle zu, die drei V: Verhalten aktivieren, Verhältnisse anpassen und Verständnis entwickeln.

„Verhalten aktivieren“ meint alle Bemühungen, Mitarbeitende zu mehr Bewegung zu motivieren. Führungskräfte haben hier eine wichtige Rolle: als Vorbilder für einen aktiven Lebensstil und als Ermöglicher, die Bewegung in der Belegschaft gutheißen und fördern.

## Führung ist ein Spagat

In der Marketing-Agentur nyce wird dieses Führungsverständnis ganz selbstverständlich gelebt. Wenn sich das Team jeden Tag um 16 Uhr zum „Daily Dehnspaß“ trifft, um für den Tagesendspurt den Kopf freizubekommen, ist Geschäftsführerin Lisa Hofmann deshalb oft mit dabei.

„Ein Umfeld, in dem wir uns wohlfühlen, ist die Grundlage für unsere Arbeit“, erklärt Hofmann. „New Work heißt für mich eben auch: Raum für Bewegung schaffen und Bestätigung geben, wenn dieser Raum



Prof. Dr.  
Ingo Froböse  
Sportwissen-  
schaftler an der  
Deutschen Sport-  
hochschule Köln



## » Gesunde Bewegung ist ein Teil der Arbeit. Und das lassen wir unsere Mitarbeitenden auch wissen.«

Lisa Hofmann

genutzt wird.“ Es dürfe im Team auf keinen Fall ein schlechtes Gewissen aufkommen, wenn Arbeitszeit für sportliche Übungen verwendet wird, so Hofmann. Vielmehr gelte für sie: „Gesunde Bewegung ist ein Teil der Arbeit. Und das lassen wir unsere Mitarbeitenden auch wissen.“

### Raum für Bewegung

Wenn Arbeitgeber bewegungsfreundliche Verhältnisse schaffen möchten – das zweite V Betrieblicher Gesundheitsförderung –, tun sie gut daran, auf die Bedürfnisse der Belegschaft einzugehen. Eine geeignete Möglichkeit ist, die Mitarbeitenden frühzeitig in die Entwicklung entsprechender Angebote einzubinden. Die gemeinsam erarbeiteten Regelungen können in eine offizielle betriebliche Vereinbarung fließen. Ein Beispiel sind hier Zeitkontingente für Bewegung während der Arbeit.

Im nächsten Schritt können passende Kooperationspartner gefunden werden. Das gilt vor allem für kleinere Unternehmen, die oft weder über die Mittel noch über eigenes geschultes Personal, zum Beispiel für Bewegungs-Workshops oder Yogakurse, verfügen.

### Alles geben?

Die Kommunikationsberatung Drunk Octopus Communications mit sieben festangestellten Beschäftigten setzt in diesem Kontext auf eine Partnerschaft mit einem Fitnessclub, dessen Mitglieder in vielen Studios ohne Anmeldung trainieren können. Das Prinzip ist ganz einfach: Erst meldet sich das Unternehmen an, dann können sich Mitarbeitende individuell für eine Mitgliedschaft entscheiden. Diese wird vom Arbeitgeber subventioniert. Ein Vorteil: Remote Arbeitende können Angebote an ihrem Wohnort wahrnehmen.



**Lisa Hofmann**  
Geschäftsführerin  
der Marketing-  
Agentur nyce

Ein zweiter: Durch die große Bandbreite an Angeboten können Mitarbeitende immer wieder neue Dinge ausprobieren, ohne dass der Arbeitgeber dafür den Rahmen schaffen muss.

Auch ohne externe Partner fallen für Unternehmen allerdings nur selten größere Investitionen in Infrastruktur und Equipment an, um Bewegung in der Belegschaft zu fördern. Oft reicht bereits ein freier, gut belüfteter Raum, um gemeinsame und angeleitete Bewegung durchzuführen.

Kleinere Unternehmen könnten sich auch zusammenschließen, um gemeinsame BGF-Angebote zu schaffen und zum Beispiel Workshops für die Beschäftigten mehrerer Betriebe anzubieten.

### Immer alle mitnehmen

Ganz gleich, für welche Maßnahmen sich ein Unternehmen entscheidet – um so viele Teammitglieder wie möglich zum Mitmachen zu bewegen, müssen Arbeitgeber sie erst einmal erreichen und motivieren. Hier kann es helfen, regelmäßig auf die vielen positiven Effekte und die einfache Umsetzbarkeit von Bewegung während der Arbeit hinzuweisen. So erreichen Arbeitgeber das dritte V: Verständnis entwickeln. Workshops, in denen ausgewählte Fachleute einfache Übungen anleiten, die alle danach selbst ausführen können, helfen auch.

Wichtig ist, auch an die Mitarbeitenden zu denken, die an manchen Bewegungsangeboten nicht teilnehmen können. Niedrigschwellige Angebote, die zum Beispiel Menschen mit eingeschränkter Mobilität einbeziehen, sind hilfreich – genauso wie digitale Formate für Mitarbeitende, zum Beispiel im Homeoffice oder im Außendienst.

### Viele Vorteile für Arbeitgeber

Bewegung hat viele Vorteile für den Arbeitgeber. Ingo Froböse fasst sie so zusammen: „Ich habe gesunde, ausgeglichene Mitarbeitende, Krankheitstage werden reduziert und die Leistungsfähigkeit bleibt länger erhalten.“ Gemeinsame körperliche Aktivität sorgt außerdem für mehr Zusammenhalt im Team. „Gerade im Kampf um herausragende



Tischtennis, Laufen, Fitnessclub: Arbeitgeber haben zahlreiche Möglichkeiten – und Vorteile



## » Ein bewegtes Unternehmen ist ein gesundes Unternehmen. «

Ingo Froböse

Arbeitskräfte macht das ein Unternehmen attraktiver“, erklärt Froböse.

### Puls hoch, Stresslevel runter

Diesen Effekt kann auch Philipp Pudelko, Geschäftsführer von Drunk Octopus Communications, bei seinen Angestellten beobachten. Denn obwohl die Zusammenarbeit mit dem Sportanbieter dem Team erlaubt, sich ganz individuell für eine Sportart zu entscheiden, machen die Mitarbeitenden immer häufiger zusammen Sport. „Erst heute haben sich wieder Leute zum Radfahren verabredet“, erzählt Pudelko. „Aus der Sache ist ein echter Teamspirit entstanden.“

Bei nyce kann man ebenfalls von den positiven Effekten betrieblichen Sports berichten: „Durch zwanzig Minuten Dehnen wird das Stresslevel deutlich reduziert“, erklärt Hofmann. „Danach gehen wir wieder mit Energie an die Arbeit – und kommen auf neue kreative Ideen.“

Das Wohlbefinden der Mitarbeitenden ist bei nyce also ein entscheidender Faktor für den Erfolg der Agentur insgesamt. Für Ingo Froböse sollte die Agentur keine Ausnahme, sondern die Regel sein. Das drückt sich auch in der Maxime aus, die er allen Führungskräften ans Herz legt: „Ein bewegtes Unternehmen ist ein gesundes Unternehmen.“ ◦

### AOK-Firmenläufe 2024



Sie sind gut für die eigene Gesundheit, sorgen aber genauso für gute Stimmung im Büro oder im Betrieb.

Von April bis September wird in zahlreichen Städten in Westfalen-Lippe und Schleswig-Holstein wieder gemeinsam gelaufen. Die Teilnehmenden starten als Firmenteams.

Dabei geht es nicht um sportliche Höchstleistungen. Im Mittel-

punkt steht vielmehr der Spaß an der gemeinsamen Aktivität.

Aktuelle Infos dazu, wann und wo Läufe stattfinden und wie die Anmeldung funktioniert, erhalten Sie auf:

→ [aok-firmenlauf.de](https://aok-firmenlauf.de)





# Den Betrieb zum Laufen bringen

## Im Team laufen



Wer sich viel bewegt, ist gesund, fit und mit Spaß bei der Arbeit. Laufen eignet sich hier als Sportart im Betrieb perfekt, sagt Linda Wietmann, Bewegungsexpertin bei der AOK NordWest. Sie beantwortet Arbeitgeberfragen zum Thema Laufen.

### Warum ist Laufen besonders gut geeignet als Betriebssport?

Laufgruppen lassen sich mit wenig Aufwand und Kosten in fast jedem Unternehmen umsetzen. Materialien werden kaum benötigt;

die Ausrüstung ist überschaubar und Strecken lassen sich so gut wie überall finden. Vorteilhaft bei Schichtarbeit: Es ist egal, wann gelaufen wird. Unterschiedliche Trainingsniveaus werden dadurch

ausgeglichen, dass mehrere Teams zur gleichen Zeit auf verschiedenen Strecken starten, aber gemeinsam wieder ankommen. Und wenn Leute aus ganz unterschiedlichen Bereichen eines Unternehmens beim



## » Ein gemeinsames Ziel motiviert zum Dranbleiben. Mein Vorschlag: Als Team beim AOK-Firmenlauf starten.«

Laufen ins Plaudern kommen, stärkt das ganz nebenbei auch den innerbetrieblichen Austausch.

### Wer kann mitmachen?

Mit dem Laufen kann fast jede und jeder beginnen, da sich die Intensität ganz individuell anpassen lässt. Wer allerdings Beschwerden hat – zum Beispiel an Knie, Wirbelsäule oder mit dem Herzen –, sollte sich vorab ärztlich beraten lassen.

### Wie spreche ich meine Mitarbeitenden am besten an?

Die persönliche Ansprache, beispielsweise durch die Führungskraft, ist hier besonders wirksam. Sie kann durch Flyer, Aufrufe im Intranet oder Aushänge ergänzt werden. Und wenn Chef oder Chefin mitläuft, ist das eine starke Botschaft, die zum Mitmachen motiviert. Ein toller Einstieg ist auch ein Schnupperkurs mit einem Laufcoach, der durch interessante Trainingselemente wie Intervalllaufen oder spezielle Laufübungen zeigt, wie vielseitig dieser Sport ist. Das macht auch Laufneulingen Mut. Wichtig ist, dranzubleiben.

Immer mal wieder ansprechen und über bereits stattfindende Laufgruppen intern berichten, sodass nach und nach weitere Interessierte dazukommen.

### Womit kann ich die Laufenden unterstützen? Wie motiviere ich sie langfristig?

Menschen bleiben länger motiviert bei der Sache, wenn ein gemeinsames Ziel verfolgt wird. Insbesondere, wenn es sich um ein smartes Ziel handelt. Smart steht für spezifisch, messbar, attraktiv, realistisch und terminiert. Es soll also für jeden klar, erreichbar und vor allem erstrebenswert sein. Das Wichtigste aber ist der Spaß an der Sache. Mein Vorschlag: Als Team bei einem der AOK-Firmenläufe starten – dabei ist gute Laune garantiert.

### Gibt es weitere Angebote, die für die Aktiven interessant sein könnten?

Neben dem reinen Lauftraining sind auch Kräftigungsübungen wichtig. Dazu könnte eine Bewegungsecke motivieren, in der kleine Fitnessgeräte wie Kurzhanteln oder Gymnastikbänder zur Verfügung stehen. Poster mit einfachen Übungen zeigen, wie es geht. Anregungen bietet [aok.de/fk/nw/poster](https://aok.de/fk/nw/poster).

Und warum nicht in regelmäßigen Abständen, vielleicht alle zwei



**Linda Wietmann**  
Spezialistin Bewegungsberatung bei der AOK NordWest

Monate, einen Coach einladen? Spezielles Training zu unterschiedlichen Schwerpunkten ist gut gegen Langeweile und sorgt für Motivationskicks.

Wer Sportinteressierte im Betrieb hat, die sich nicht fürs Laufen begeistern können, kann zusätzlich eine Walkinggruppe einrichten. Damit kommen noch mehr Beschäftigte in Bewegung.

### Wo bekomme ich weitere Informationen, wenn ich Laufgruppen in meinem Betrieb umsetzen möchte?

Die Bewegungsfachleute der AOK NordWest unterstützen gern beim Umsetzen von Laufprojekten im Betrieb. Sprechen Sie uns einfach an:

→ [aok.de/fk/nw/kontakt](https://aok.de/fk/nw/kontakt)

### AOK-Tipp:

Interessante und nützliche Informationen für die Laufenden finden sich auf folgenden Websites:

→ [leichtathletik.de/leichtathletik-fuer-alle/laufen](https://leichtathletik.de/leichtathletik-fuer-alle/laufen)

→ [vibss.de/sportpraxis/multimedia/leistungssport/laufen](https://vibss.de/sportpraxis/multimedia/leistungssport/laufen)



# Noch mehr guter Sport für Ihr Team

## Aktiv werden



Die Entscheidung, Bewegungsangebote bereitzustellen, fällt Unternehmen eventuell leicht. Viel kniffliger ist die Frage, welche Sportarten es sein sollen. Drei Ideen, die Sie mit Ihrem Team vorab diskutieren können, damit so viele wie möglich mitmachen.



### Radfahren

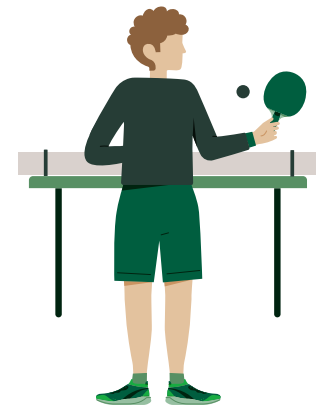
Viele Menschen radeln bereits in ihrer Freizeit. Warum nicht auch zusammen mit den Kolleginnen und Kollegen? Die Vorteile überzeugen: Regelmäßiges Radeln kann sowohl Stress abbauen als auch das Herz-Kreislauf- und das Immunsystem stärken. Der Kalorienverbrauch unterstützt beim Abnehmen – und das auf gelenkschonende Weise. Gemeinsame Touren lassen sich meist leicht organisieren. Räder können mitgebracht oder geliehen werden. Und geeignete Strecken finden sich fast überall. Interessant für Betriebe: Die AOK-Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Einzelne oder im Team werden Radkilometer gesammelt. Ziel ist es, an mindestens 20 Tagen im Aktionszeitraum das Rad für den Arbeitsweg zu nutzen. Bessere Fitness und tolle gesponserte Preise winken. Infos auf [mdrza.de](http://mdrza.de).



### Yoga

Yoga ist wohl die flexibelste Betriebssportart überhaupt und braucht wenig Platz: Alle Fitness-Level, Altersklassen und Geschlechter können mitmachen. Zu dritt im Betrieb, draußen im Garten, in Hallen mit 100 anderen oder am Monitor: Der herabschauende Hund, die Kobra oder der Baum sind überall gern gesehen. Besonders für Einsteigende ist eine fachkundige Anleitung nötig. Mehrere kleine Betriebe können hier kooperieren und durch erfahrene Yogis und Yoginis ein individuell zugeschnittenes Programm entwickeln lassen. Auch Online-Kurse sind möglich.

Selbst wenn Yoga für Neulinge frustrierend sein kann, weil die Erfolge erst mit der Zeit kommen – mit der richtigen Anleitung kommen sie aber bestimmt früher oder später.



### Tischtennis

Zwei Schläger, ein Ball und eine Platte mit Netz – mehr brauchen Sie nicht für Tischtennis. Es gibt sogar Netze, die direkt an kleineren Tischen angebracht werden und diese so schnell und unkompliziert in Tischtennisplatten verwandeln. Da es auch in vielen Parks und auf Spielplätzen Platten gibt, kann Tischtennis bei warmen Temperaturen auch draußen gespielt werden. Eine Betriebsmeisterschaft, Rundlauf oder einfach so hin und her: Tischtennis ist für alle da.

In Räumen in Hörweite zum Arbeitsplatz kann das Aufprallen des Balls auf die Platte jedoch schnell nerven. Also lieber einen eigenen Raum suchen – oder die Kolleginnen und Kollegen mit Kopfhörern versorgen, wenn sie damit einverstanden sind.

Der Infoservice zu Sozialversicherung und Recht  
Für das Personal- und Lohnbüro

# personal wissen

2.2024



## Recruiting im Ausland

### Mehr Fachkräfte durch Chancenkarte

Am 1. Juni 2024 wird die Chancenkarte eingeführt: Mit ihr dürfen Personen aus Drittstaaten nach Deutschland einreisen, die noch keinen Arbeitsvertrag haben. Das soll auch für Arbeitgeber das Recruiting von Fachkräften erleichtern.

**Die Chancenkarte** vergrößert den Bewerberpool, weil sie Menschen mit Potenzial die Einreise und damit die Jobsuche in Deutschland erleichtert. Arbeitgeber können die Chancenkarte auch als eine Art erstes Visum für bereits kontaktierte Fachkräfte aus Drittstaaten nutzen, um eine unbürokratische Einreise zu ermöglichen.



#### DATEN UND FAKTEN

##### Punkte für die Chancenkarte

**6** Punkte

sind für die Ausstellung der Chancenkarte notwendig.

**4** Punkte

reichen bei einer teilweise anerkannten Berufsqualifikation.

Quelle:  
Fachkräfteeinwanderungsgesetz.

#### Nebenbeschäftigung und Probearbeit

Zwölf Monate haben Inhabende einer Chancenkarte Zeit, um einen Job zu suchen beziehungsweise ihre Qualifikation anerkennen zu lassen. Damit Arbeitgeber herausfinden, ob sich eine Person mit Chancenkarte eignet, können sie ein Probearbeitsverhältnis von maximal zwei Wochen vereinbaren. Auch Nebenbeschäftigungen bis zu 20 Wochenstunden sind erlaubt. Dies dient dazu, dass Bewerberinnen und Bewerber ihren Lebensunterhalt sichern können – eine Grundvoraussetzung, um die Chancenkarte zu erhalten.

#### Sprache und Punkte

Die anderen beiden Voraussetzungen sind Sprachkenntnisse sowie das Erreichen von sechs Punkten in einem Punktesystem. Wer über eine voll anerkannte Qualifikation verfügt, erhält die Chancenkarte direkt.

#### Fachkraft gefunden. Und nun?

Sobald ein Unternehmen eine Person mit Chancenkarte beschäftigt, muss diese sich um einen regulären Aufenthaltstitel bewerben. Dabei gelten die Bestimmungen zur Zuwanderung von Drittstaatsangehörigen.

#### So unterstützt die AOK

Bei Fragen zur SV-rechtlichen Beurteilung von Probearbeitsverhältnissen berät Sie Ihre AOK.

→ [aok.de/fk/nw/kontakt](https://aok.de/fk/nw/kontakt)

Konkrete Infos zu den Zuwanderungsregelungen erhalten Sie im Online-Training zum Fachkräfteeinwanderungsgesetz:

→ [aok.de/fk/medien-und-seminare/online-trainings/fachkraefteeinwanderungsgesetz](https://aok.de/fk/medien-und-seminare/online-trainings/fachkraefteeinwanderungsgesetz)

Der Arbeitgeberpodcast „AOK im Ohr“ informiert in einer dreiteiligen Serie über das Fachkräfteeinwanderungsgesetz.

→ [aok.de/fk/podcast](https://aok.de/fk/podcast)



Zurück zum Inhalt



1,7%

beträgt in allen Fällen  
der Beitragsanteil des  
Arbeitgebers.  
(Beschäftigungsort  
Sachsen: 1,2 Prozent)



## Pflegeversicherung

# Nachweis Kinderzahl: einfach digital

Der Beitragssatz in der Pflegeversicherung hängt von der Elterneigenschaft und Kinderzahl ab. Voraussichtlich ab Frühjahr 2025 können Arbeitgeber diese Angaben digital über die Datenstelle der Rentenversicherung abrufen.

**Seit 1. Juli 2023** gelten für Eltern unterschiedliche Beitragssätze in der Pflegeversicherung, je nachdem, wie viele Kinder sie haben. Beschäftigte mit Kindern erhalten ab dem zweiten Kind unter 25 Jahren einen Beitragsabschlag von 0,25 Prozent (bis zum fünften Kind). Arbeitgeber sind derzeit dazu angehalten, die Angaben zu anrechnungsfähigen Kindern von ihren Beschäftigten einzuholen.

## Digitales Nachweisverfahren

Spätestens ab 31. März 2025 wird ein digitales Verfahren zum Nachweis berücksichtigungsfähiger Kinder zur Verfügung stehen. Dann haben Arbeitgeber bis 30. Juni 2025 noch drei Monate Zeit, um die Abschläge samt Zinsen rückwirkend zum 1. Juli 2023 zu erstatten.



## HÄUFIGE FRAGEN ZUM NACHWEISVERFAHREN

### Wie lange gilt die Elterneigenschaft?

Wird die Elterneigenschaft einmal festgestellt, bleibt sie ein Leben lang und bewahrt vor dem Beitragszuschlag.

### Wie lang gibt es die Abschläge?

Abschläge gelten bis zum Ablauf des Monats, in dem das jeweilige Kind das 25. Lebensjahr vollendet hat.

### Werden im Ausland lebende Kinder berücksichtigt?

Ja. Es ist unerheblich, ob die Kinder im In- oder Ausland geboren wurden oder leben.

### Was passiert, wenn die Angaben im späteren digitalen Verfahren von den derzeitigen abweichen?

Sofern die im vereinfachten Nachweisverfahren vom Mitglied mitgeteilten Angaben von den im digitalen Verfahren zur Verfügung gestellten Angaben oder von den im analogen Verfahren vorgelegten Nachweisen abweichen, erfolgt keine rückwirkende Korrektur zulasten des Arbeitgebers oder des Mitglieds.



### So unterstützt die AOK

Weitere Hinweise finden Sie im Arbeitgeberportal:

→ [aok.de/fk/pflegeversicherung-beitrag-2023](https://aok.de/fk/pflegeversicherung-beitrag-2023)

## Grenzgänger

### Homeoffice bei Wohnsitz im EU-Ausland

Immer mehr Grenzgänger arbeiten aus dem Homeoffice im Ausland für ihren Arbeitgeber in Deutschland.

Seit dem 1. Juli 2023 ermöglicht ein multilaterales Abkommen, dass Grenzgänger bis zu 49,99 Prozent ihrer Gesamtarbeitszeit aus dem Homeoffice im Ausland arbeiten können und dennoch für sie das deutsche Sozialversicherungsrecht gilt, wenn der Arbeitgeber seinen Sitz in Deutschland hat.

Bis dahin galt eine Grenze von 25 Prozent der Gesamtarbeitszeit. Neben Deutschland sind sämtliche Nachbarländer außer Dänemark dem Abkommen beigetreten. Damit es Anwendung findet, müssen

Arbeitgeber bei der Deutschen Verbindungsstelle Krankenversicherung Ausland (DVKA) einen Antrag auf eine Ausnahmereinbarung von der 25-Prozent-Regelung stellen.

Erläuterungen zur elektronischen Antragstellung finden Sie auf der Webseite der DVKA:

**dvka.de > Arbeitgeber & Erwerbstätige > Anträge & Fragebögen finden, Stichwort „Telearbeit“**



**So unterstützt die AOK**

Weitere Informationen auf dem Arbeitgeberportal:

→ [aok.de/fk/workation](https://aok.de/fk/workation)

## KURZMELDUNGEN

### Elternzeit melden

Für alle Elternzeiten, die 2024 neu beginnen, müssen Arbeitgeber jeweils den Beginn und das Ende der Elternzeit ihrer gesetzlich krankenversicherten Beschäftigten der zuständigen Krankenkasse elektronisch melden. Dies gilt, wenn die krankenversicherungspflichtige Beschäftigung durch die Elternzeit mindestens einen Kalendermonat unterbrochen wird.

→ [aok.de/fk/jahreswechsel](https://aok.de/fk/jahreswechsel) > Neues im elektronischen Meldeverfahren

### Unbedenklichkeitsbescheinigung auch in englischer Sprache

Seit dem 1. Januar 2024 beantragen Unternehmen Unbedenklichkeitsbescheinigungen elektronisch. Die Bescheinigung kann auch in englischsprachiger Version ausgestellt werden. Ist das gewünscht, übermitteln die Einzugsstellen den Vordruck im PDF-Format sowohl in Deutsch als auch in Englisch („clearance certificate“).

→ [aok.de/fk/tools/weitere-inhalte/ausschreibungen/unbedenklichkeitsbescheinigung](https://aok.de/fk/tools/weitere-inhalte/ausschreibungen/unbedenklichkeitsbescheinigung)

## Sie fragen, Expertinnen und Experten antworten

URLAUBSABGELTUNG  
UND MÄRZKLAUSEL

**Ein Mitarbeiter ist zum 31. Januar 2023 aus dem Unternehmen ausgeschieden. Nach einem Vergleich musste Urlaubsabgeltung im Januar 2024 nachgezahlt werden. Welchem Zeitraum ist die Zahlung zuzuordnen? Da der Arbeitnehmer aufgrund von Erkrankung keine SV-Tage im Januar 2023 hatte, werden keine SV-Beiträge abgeführt. Ist das korrekt?**

Einmalig gezahltes Arbeitsentgelt, das nach Beendigung des Beschäftigungsverhältnisses gezahlt wird, ist dem letzten Entgeltabrechnungszeitraum des laufenden Kalenderjahres zuzuordnen, auch wenn dieser nicht mit Arbeitsentgelt belegt ist. Dabei sind Einmalzahlungen vom 1. Januar bis zum 31. März des aktuellen Jahres dem letzten Entgeltabrechnungszeitraum des vergangenen Kalenderjahres zuzuordnen. Voraussetzungen: Das Arbeitsentgelt wird vom selben Arbeitgeber gezahlt und übersteigt zusammen mit dem sonstigen für das laufende Kalenderjahr festgestellten beitragspflichtigen Arbeitsentgelt die anteilige Beitragsbemessungsgrenze. Sofern im Januar 2023 keine Sozialversicherungstage angefallen sind, werden von der Urlaubsabgeltung folgerichtig keine Beiträge berechnet.



Sie fragen, unsere Expertinnen und Experten antworten innerhalb von 24 Stunden:

→ [aok.de/fk/expertenforum](https://aok.de/fk/expertenforum)



Zurück zum Inhalt



### Beitragszuschuss 2024

Der Beitragszuschuss des Arbeitgebers bei privat Versicherten beträgt maximal 421,77 Euro – jedoch nie mehr als die Hälfte des tatsächlichen Krankenversicherungsbeitrags.

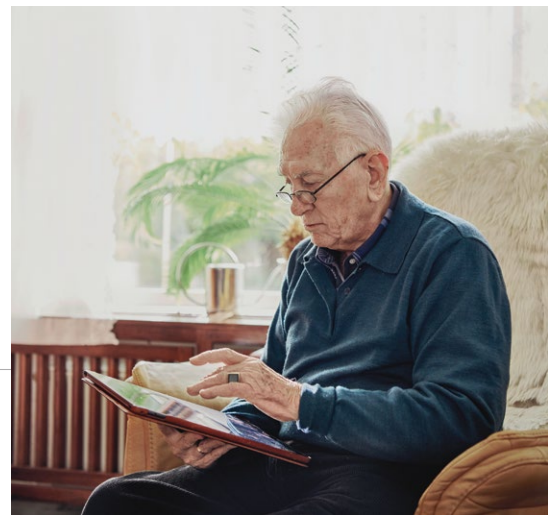
#### Privat versicherte Beschäftigte

## Beitragszuschuss bei Rentenbezug

Der Beitragszuschuss, den Arbeitgeber für krankenversicherungsfreie Beschäftigte leisten, ist unabhängig vom gleichzeitigen Bezug einer Rente.

**Wird zu einer Rente** vom Rentenversicherungsträger ein Beitragszuschuss gewährt, wirkt sich das nicht auf die Berechnung des Beitragszuschusses des Arbeitgebers aus. Der (beitragsfreie) Arbeitgeberzuschuss zu einer privaten Krankenversicherung der oder des Beschäftigten muss daher unabhängig von der beitragsrechtlichen Behandlung einer gleichzeitig bezogenen Rente gezahlt werden.

- Freiwillig gesetzlich Krankenversicherte, die neben dem Arbeitsentgelt eine Rente beziehen, geben den Beitragszuschuss des



Rentenversicherungsträgers an ihre Krankenkasse weiter.

- Privat krankenversicherte Beschäftigte mit Rentenbezug hingegen geben den Beitragszuschuss des Rentenversicherungsträgers nicht weiter.

Diese Rechtslage haben die Spitzenverbände der Sozialversicherungsträger nicht beanstandet. Der Arbeitgeber hat seinen Beitragszuschuss unabhängig von der Rentenzahlung zu leisten.

### So unterstützt die AOK

Das Besprechungsergebnis zu Fragen des gemeinsamen Beitragseinzugs vom 23. November 2023 finden Sie in der Rechtsdatenbank:

→ [aok.de/fk/rechtsdatenbank](https://aok.de/fk/rechtsdatenbank) >  
**Grundlagen > Besprechungsergebnisse > Niederschriften > 2023 (unter TOP 4)**

#### AKTUELL

### Neu: E-Paper zu SV-Themen

Die Fachbroschüren „Basis-Info Sozialversicherung“, „Erfolgreich ausbilden“ und „Fachkräfte aus dem Ausland“ sind jetzt als E-Paper verfügbar. Die Vorteile: intuitiv navigieren und thematisch passende Rundschreiben, Gesetze und Tabellen direkt aufrufen. Broschüren zu elf sozialversicherungsrechtlichen Themen stehen stets aktuell zum Download bereit.

→ [aok.de/fk/broschueren](https://aok.de/fk/broschueren)

### Podcast: AOK im Ohr

Was gibt es Neues in der Sozialversicherung? Wie können Arbeitgeber die Gesundheit der Beschäftigten fördern? Im Podcast spricht die AOK mit Expertinnen und Experten über aktuelle Themen und Trends rund um Sozialversicherung und Gesundheit im Betrieb. Abrufbar im Fachportal für Arbeitgeber, bei Apple Podcasts und Spotify.

→ [aok.de/fk/podcast](https://aok.de/fk/podcast)



# Gutes tun und sparen

## Benefits

Steuerfreie Essenszuschüsse machen es möglich.

**Arbeitgeber können Mitarbeitende** mit Zuschüssen für die Verpflegung an Arbeitstagen unterstützen. Diese freiwillige soziale Leistung ist ein bei Mitarbeitenden beliebter Benefit. Als Grundlage dient der amtliche Sachbezugswert, der jedes Jahr neu festgelegt wird und der 2024 bei 4,13 Euro für ein Mittag- oder Abendessen liegt. Dazugerechnet wird ein steuerfreier Arbeitgeberzuschuss von 3,10 Euro. Bis zu 7,23 Euro sind so als Essenszuschuss pro Tag für ein Mittag- oder Abendessen möglich.

Der amtliche Sachbezugswert ist sozialversicherungsfrei, muss als Pflichtanteil aber pauschal mit 25 Prozent versteuert werden – häufig übernimmt das der Arbeitgeber. Es kann auch vereinbart werden, dass der Mitarbeitende den Pflichtanteil selbst bezahlt. Arbeitgeber zahlen dann lediglich die 3,10 Euro steuer- und sozialversicherungsfrei dazu.

### In der Praxis

Der Zuschuss kann über vergünstigte Mahlzeiten, etwa in der (Online-)Kantine oder aus Automaten, gewährt werden – aber auch über Essensmarken und Gutscheine, die die Mitarbeitenden erhalten, um bei Partnerrestaurants und Akzeptanzstellen wie Supermärkten in der Umgebung Lebensmittel oder Mahlzeiten zu kaufen. Auch eine nachträgliche Erstattung für gekaufte Produkte oder Speisen kann erfolgen.



**10,43 €**

ist der  
kalendertägliche  
Sachbezugswert  
für die freie  
Verpflegung.

**4,13 €**

ist der  
Sachbezugswert  
für ein Mittag-  
oder Abendessen.

Digitale Lösungen wie elektronische Guthabenkarten erleichtern die Abrechnung. Viele Dienste rechnen den Sachbezugswert und die Essenszuschüsse automatisch aus. So kann über digitale Essensmarken auch die Steuerlast reduziert werden. Denn gibt jemand mehr als 7,23 Euro für eine Mahlzeit aus, mindert der Zusatzbeitrag, den der Mitarbeitende zahlt, den zu versteuernden Pflichtanteil. Bei Gewährung eines Zuschusses zum Mittagessen (oder auch Abendessen) können 2024 infolgedessen 7,23 Euro (4,13 Euro + 3,10 Euro) durch den Arbeitgeber erstattet werden. ○



So unterstützt  
die AOK

Mehr zu Sachbezugswerten für freie Verpflegung und freie Unterkunft erfahren Sie im AOK-Fachportal für Arbeitgeber:

→ [aok.de/fk/tools](https://aok.de/fk/tools) > Sachbezugswerte

Quelle: Sachbezugsverordnung für 2024.

# Gelassen in die Betriebsprüfung

## Vorbereitung zählt

Sozialversicherung, Entgelte, Umlagen: Die Rentenversicherung prüft, ob Unternehmen damit korrekt umgehen. Wer professionell vorbereitet ist, kann entspannt die nächste Betriebsprüfung erwarten.

**Alles richtig gemacht** bei der Sozialversicherung. Wer dieses Resultat hört, hat die Betriebsprüfung der Rentenversicherungsträger locker gemeistert. Dank guter Vorbereitung. Damit anzufangen ist immer der richtige Zeitpunkt. Denn mindestens alle vier Jahre wird jeder Arbeitgeber geprüft. Noch offene Fragen? Hier kommen die Antworten:

### Kommt jemand ohne Ankündigung ins Haus?

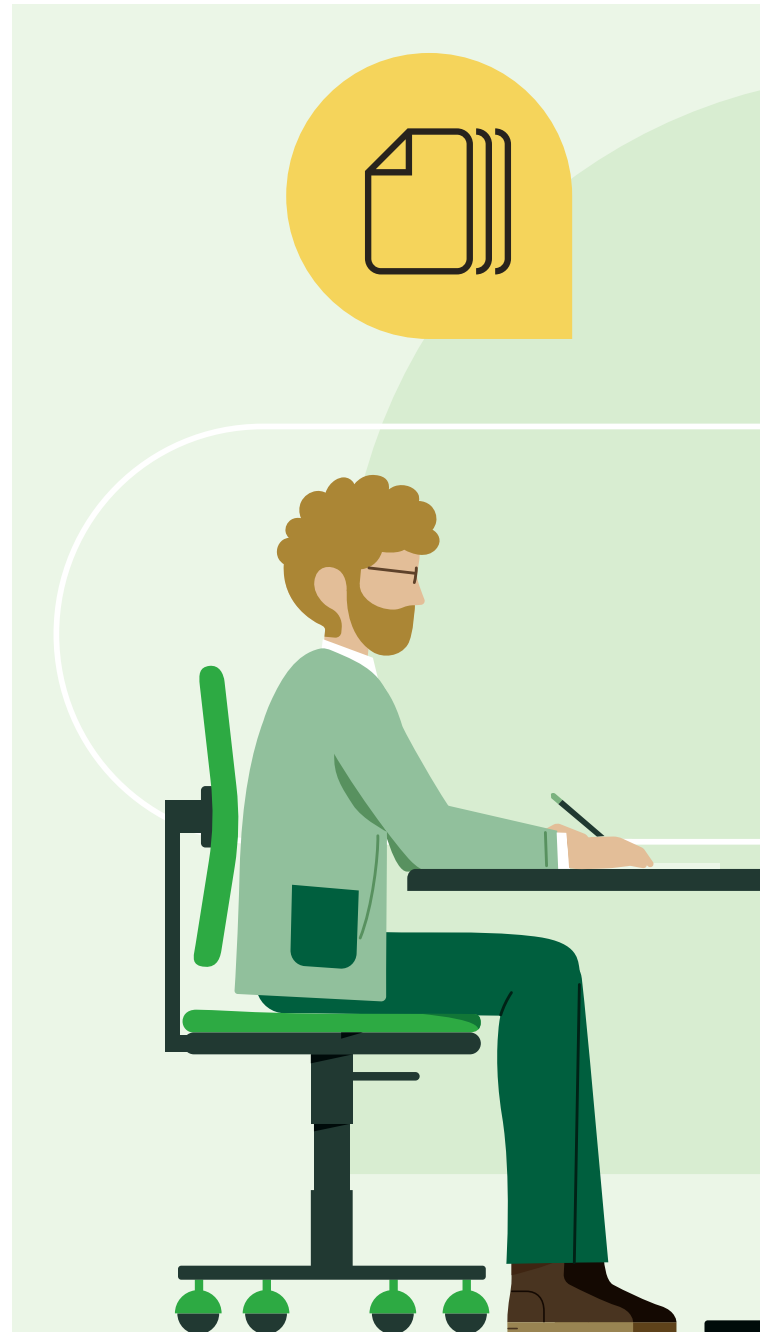
Nein, die Rentenversicherung informiert vorab darüber, dass und wann eine Prüfung bevorsteht. Anschließend fordert sie Unterlagen an, die mittlerweile elektronisch zu übermitteln sind (auf Antrag bis 31.12.2026 Übermittlung in Papierform möglich). Offene Fragen werden vor Ort im Unternehmen geklärt.

### Immer im Unternehmen?

Ja. Werden Löhne und Gehälter jedoch über ein Steuerbüro, ein Rechenzentrum oder eine ähnliche Institution an die Sozialversicherung gemeldet, findet die Prüfung dort statt. Es sei denn, der Arbeitgeber hat etwas dagegen. In jedem Fall erfolgt dieser Termin zur üblichen Arbeitszeit und so, dass der betriebliche Ablauf nicht unzumutbar beeinträchtigt wird.

### Wie lange dauert die Prüfung?

In kleineren Betrieben ist mit ein bis zwei, in größeren mit mehr Tagen zu rechnen, dann eventuell auch mit mehreren Prüfenden. Der Termin wird rechtzeitig vorab mit dem Unternehmen vereinbart.



## Wie viele Unternehmen werden geprüft?

# 765.000

Betriebe wurden 2021 geprüft.

Quelle: Deutsche Rentenversicherung, 2022.



### Die Prüfungen haben ergeben:

**681** Mio. € Nachzahlungen

**550** Mio. € Nachforderungen wegen Schwarzarbeit und illegaler Beschäftigung

**131** Mio. € Rückerstattungen

### Kann man Unterlagen nachreichen?

Ja, sogar während der laufenden Prüfung oder noch später. Dafür macht die prüfende Person einen Termin.

### Was genau wird geprüft?

Es geht um Beiträge, Umlagen, Abgaben und Meldepflichten. Das betrifft die Sozialversicherung (Kranken-, Pflege-, Renten- und Arbeitslosenversicherung), die Unfallversicherung, die Umlagen zu den Ausgleichskassen U1 und U2, die Insolvenzgeldumlage und die Künstlersozialabgabe. Auch Beschäftigungsverhältnisse werden geprüft, zum Beispiel die Arbeitszeiterfassung an sich oder das Vorliegen von Scheinselbstständigkeit.

### Wie kann man sich am besten vorbereiten?

Die Rentenversicherung meldet sich mit deutlichem Vorlauf und fordert die Unterlagen an. Kommt die Prüfperson dann ins Haus, benötigt sie einen Arbeitsplatz sowie alle Unterlagen beziehungsweise den elektronischen Zugang dazu, denn sie müssen grundsätzlich in elektronischer Form vorliegen.


### Kann man während der Prüfung mit der prüfenden Person sprechen?

Selbstverständlich. Man kann gleich zu Beginn nachfragen, ob alle benötigten Unterlagen vorliegen. Möglich ist auch – falls Unstimmigkeiten festgestellt werden –, zur Klärung um eine Zwischenbesprechung zu bitten. Lassen Sie sich auf jeden Fall nach der Prüfung über das Ergebnis informieren. Auch dann ist es noch möglich, eventuelle Ungereimtheiten zu besprechen.

### Was passiert, wenn Unregelmäßigkeiten bestehen?

Im günstigsten Fall erhalten Unternehmen Rückerstattungen, es kann jedoch auch zu Forderungen kommen. Gegen diese Bescheide können Arbeitgeber Widerspruch einlegen. Auf Antrag kann die Prüfung übrigens in kürzeren Abständen erfolgen. So können Betriebe verhindern, dass sich Forderungen über eine zu lange Zeit summieren. ◦



 So unterstützt die AOK

Weitere Informationen zum Thema Betriebsprüfung gibt es im AOK-Fachportal für Arbeitgeber:

→ [aok.de/fk/jahreswechsel/betriebspruefung](https://aok.de/fk/jahreswechsel/betriebspruefung)



# Weniger Präsenz, mehr Produktivität

**Arbeiten von zu Hause** gehört in deutschen Unternehmen mittlerweile zum Standard: 61 Prozent der Arbeitgeber erlauben Homeoffice, und Beschäftigte verbringen laut einer Umfrage des ifo Instituts 17 Prozent der Arbeitszeit zu Hause. Der Umfang variiert je nach Branche: Im IT-Bereich wird fast zwei Drittel der Zeit von zu Hause gearbeitet, im Dienstleistungssektor ein Viertel. Im Großhandel sind es mehr als 10 Prozent, im Einzelhandel rund 5 Prozent. In Gastronomie und Beherbergungsbranche ist Präsenz oft unvermeidlich, hier liegt der Anteil bei unter 1 Prozent.

Bei einem knappen Drittel der Unternehmen gibt es hingegen überhaupt keine Präsenzpflcht mehr, fand eine Studie des Fraunhofer-Instituts heraus. Auf die Produktivität der Mitarbeitenden wirkt sich Homeoffice demnach nicht negativ aus: Rund 20 Prozent der Betriebe gaben an, dass sie sich erhöht habe. Bei mehr als 35 Prozent blieb sie gleich.

## SO GEHEN BETRIEBE IN DEUTSCHLAND MIT HOMEOFFICE UM

Rund

**32** %

der deutschen Unternehmen ermöglichen Homeoffice an zwei Tagen pro Woche.

Rund

**28** %

der deutschen Unternehmen verzichten gänzlich auf eine Präsenzregelung.

Quelle: Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation IAO und Deutsche Gesellschaft für Personalführung e.V. (DGFP), „Arbeiten nach der Corona-Pandemie – Ein Jahr danach“, 2023.





## Recruiting

# Ghosting im Job nimmt zu

**Immer häufiger** erscheinen frisch eingestellte Beschäftigte nicht am ersten Arbeitstag. Laut einer Umfrage von softgarden e-recruiting im Jahr 2023 treten 4,2 Prozent die Stelle nicht an – ohne zu kündigen. Der wichtigste Grund für das Ghosting nach Vertragsunterschrift ist der Studie zufolge ein besseres Jobangebot.

6 Prozent brechen zwar nicht den Kontakt mit dem künftigen Arbeitgeber ab, kündigen aber noch vor dem ersten Arbeitstag. Auch in der Einarbeitungszeit springen viele wieder ab: Innerhalb der ersten 100 Tage kündigen 21 Prozent den neuen Job. Eine gute Einarbeitung ist daher wichtig, um neue Beschäftigte dauerhaft zu halten.

## Wenn die neue Fachkraft am ersten Tag nicht zur Arbeit kommt

# 4,2 %

der Befragten gaben an, schon einmal trotz unterschriebenen Vertrags eine Stelle nicht angetreten zu haben, ohne Bescheid zu sagen.

# 45 %

von ihnen sagten, dass der Arbeitgeber das hätte verhindern können.

Quelle: softgarden, 2023.



## Nachhaltigkeit

# Neue CSR-Richtlinien

**Die Anforderungen** an die Nachhaltigkeitsberichterstattung von Unternehmen ändern sich tiefgreifend.

Ab dem Geschäftsjahr 2024 wird die Anwendung der Richtlinien für CSR (Corporate Sustainability Reporting) ausgeweitet: Galten die Vorgaben des Lieferkettengesetzes seit 2023 nur für Firmen mit mindestens 3.000 Beschäftigten, sind ab 2024 auch Betriebe mit mindestens 1.000 Mitarbeitenden betroffen.

Das Gesetz verpflichtet Unternehmen zur Einhaltung der Menschenrechte und des Umweltschutzes innerhalb der gesamten Lieferkette. Um die Vorgaben erfüllen zu können, beschäftigen sich Betriebe am besten frühzeitig mit der Planung. So können sie die Kapazitäten und Zeiten vorhalten, um neue Strukturen und Prozesse umzusetzen.

Weitere Informationen unter: [bafa.de/lieferketten](https://www.bafa.de/lieferketten)

## Mensch und Maschine

## Skepsis vor KI abbauen

**Während viele Arbeitgeber** Chancen sehen, stehen Beschäftigte künstlicher Intelligenz (KI) oft kritisch gegenüber. Laut der Studie „Künstliche Intelligenz in produzierenden Unternehmen“ des ifaa Instituts für angewandte Arbeitswissenschaft schätzen 52 Prozent der Betriebe, dass Vorbehalte der Beschäftigten ein Hindernis für die KI-Einführung im Unternehmen sein können.

Das Projekt „KI\_eeper“, das noch bis Juni 2024 läuft, zeigt, wie Firmen diesen Bedenken begegnen können. Entwickelt wird ein KI-System, das Erfahrungswissen von Fachkräften im Arbeitsprozess speichert. Durch die frühe Einbeziehung der Mitarbeitenden sowie die Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse können Vorbehalte abgebaut werden. Mehr Informationen unter: [arbeitswissenschaft.net/forschungsprojekte/ki-eeper](https://arbeitswissenschaft.net/forschungsprojekte/ki-eeper)



## Messen

## Förderung für junge Unternehmen

**Das Bundesministerium** für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) fördert mit dem Programm „Young Innovators“ die Teilnahme junger, innovativer Unternehmen an ausgewählten internationalen Leitmesse in Deutschland. Sie erhalten 60 Prozent der Kosten für Standmiete und Standbau für die ersten beiden Messeteilnahmen, ab der dritten Teilnahme werden 50 Prozent gefördert. Mehr Informationen zu Voraussetzungen, Förderungen und Anträgen finden Sie hier: [bafa.de](https://bafa.de) > **Wirtschaft** > **Auslandsmarkterschließung**

Foto: Tom Werner via Getty Images

## TERMINE



**23.-24.4.2024:**  
**Zukunft Personal Nord**

Im Mittelpunkt der Messe Zukunft Personal Nord stehen die Trends der Arbeitswelt von morgen. Vorträge und Workshops beleuchten den Einfluss des demografischen Wandels oder der digitalen Transformation auf die Personalarbeit. Veranstaltungsort ist die Messe Hamburg.

→ [zukunft-personal.com](https://zukunft-personal.com) > ZP Events > ZP Nord



**28.4.2024: Welttag für Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz**

Die International Labour Organisation (ILO) ist eine Sonderorganisation der Vereinten Nationen und hat 2003 den Aktionstag eingeführt. So soll Aufmerksamkeit auf sichere, gesunde und menschenwürdige Arbeit gelenkt werden. Arbeitgeber können den Tag nutzen, um betriebliche Gesundheitsangebote zu bewerben.

→ [ilo.org](https://ilo.org) > topics > safety and health at work



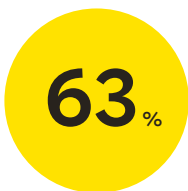
## Künstlersozialkasse

## Abgabe weiter bei 5 Prozent

**Wer künstlerische oder** publizistische Leistungen in Anspruch nimmt, muss auf die gezahlten Honorare die Künstlersozialabgabe bezahlen. Für das Jahr 2024 wird der Abgabesatz weiterhin 5,0 Prozent betragen, geht aus der Künstlersozialabgabe-Verordnung hervor.

Basis für die Zahlung ist die Meldung der Honorare an die Künstlersozialkasse (KSK), die jährlich bis zum 31. März für das Vorjahr abgegeben werden muss. Für die voraussichtlich zu zahlende Abgabe müssen monatliche Vorauszahlungen geleistet werden. Nach Feststellung der tatsächlichen Höhe der Honorare nimmt die KSK den Ausgleich mit den bereits geleisteten Vorauszahlungen vor.

Weitere Informationen unter:  
**kuenstlersozialkasse.de**

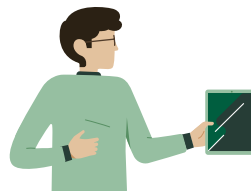


der Gen Z wünschen sich mehr vegetarisches Essen in der Kantine.

## Neues Online-Angebot

## Vorteile für Firmenkunden

**Die neue Landingpage** der AOK NordWest bringt gebündelten Nutzen: Hier finden Arbeitgeber clevere Tools für den Joballtag, hilfreiche Informationen rund um die Sozialversicherung oder Ideen und Anregungen für Maßnahmen zur Gesundheitsförderung im Betrieb. Termine für aktuell anstehende Seminare werden hier angekündigt. Und Ansprechpersonen zu bestimmten Themen können einfach ermittelt werden. Nicht zuletzt erfahren Arbeitgeber, welche Vorteile die AOK NordWest für ihre Firmenkunden und deren Mitarbeitende bereithält.



→ [aok.de/fk/nw/vorteile-firmenkunden](https://aok.de/fk/nw/vorteile-firmenkunden)

## Klimaschutz

## Gen Z isst gern nachhaltig

**An das Essen** am Arbeitsplatz hat insbesondere die jüngere Generation hohe Erwartungen. Für die Gen Z ist ein gesundes und nachhaltiges Lebensmittelangebot auch bei der Arbeit wichtig. Das zeigt die „Global Eat at Work“-Studie der Compass Group unter 35.000 Beschäftigten in 26 Ländern. Vegetarische oder

vegane Alternativen sind bei der Gen Z gefragt: 63 Prozent befürworten mehr pflanzliche Optionen in der Betriebskantine, doch nur 37 Prozent der Gen X und 30 Prozent der Babyboomer. Außerdem finden 71 Prozent der Befragten, Arbeitgeber sollten Nachhaltigkeit bei der Arbeit aktiv fördern.



**11.–12.6.2024:**  
**TALENTpro Expofestival 2024**

Bei der Veranstaltung für HR-Fachleute geht es um die Themen Recruiting, Talent-Management und Employer Branding. Das Branchentreffen zieht seit 2018 zahlreiche Fachleute an, da es spannende Vorträge, den Netzwerkgedanken und ein Festivalambiente mit Musik und Kulinarik vereint. Veranstaltungsort: Zenith München.

→ [talentpro.de](https://talentpro.de)



**14.6.2024:**  
**Weltblutspendetag**

Der internationale Tag der Blutspende soll daran erinnern, dass Blutspenden Leben retten kann. Er findet jährlich am 14. Juni, dem Geburtstag des Entdeckers der Blutgruppen, statt. Arbeitgeber können auf die Wichtigkeit und Termine in der Region hinweisen. Mehr Informationen zur Blutspende:

→ [drk-blutspende.de](https://drk-blutspende.de)



Zurück zum Inhalt



### Neue Regelungen

## Elternzeit und Elterngeld

**Wichtig für Arbeitgeber**, die seit dem 1. Januar 2024 Elternzeiten an die Krankenkassen melden: Für Eltern von ab dem 1. April 2024 geborenen Kindern gelten neue Regeln bei Elternzeit und Elterngeld. Sie betreffen den Zeitraum, in dem Eltern gleichzeitig Basiselterngeld beziehen können: Dieser wird auf einen Monat (innerhalb des ersten Lebensjahres des Kindes) beschränkt. Beim ElterngeldPlus, dem Partnerschaftsbonus sowie bei Mehrlings- oder Frühgeburten existieren Ausnahmen. Zudem wurde die Einkommensgrenze für den Bezug von Elterngeld bei Paaren auf 200.000 Euro gesenkt. Für Elternpaare von ab dem 1. April 2025 geborenen Kindern wird die Grenze dann nochmals gesenkt auf 175.000 Euro. Maßgeblich ist das zu versteuernde Jahreseinkommen.

### Weiterbildung

## Die Online-Seminare der AOK

Die AOK NordWest bietet zahlreiche Online-Seminare an: Hier erhalten Sie alle wichtigen Informationen zu den Themen Sozialversicherung und Betriebliche Gesundheitsförderung.



### Diese Themen erwarten Sie in den Online-Seminaren:

Mai 2024  
**Praktika richtig abrechnen**

Juni 2024  
**Sozialversicherung bei Entsendungen**

Juli 2024  
**Ziele erreichen: ein starkes Team aus Erfolgsorientierung**

September 2024  
**Digitale Arbeitswelt = New Work? Chancen für die Gesundheit**

September 2024  
**Alles Wichtige zur Betriebsprüfung**

Haben Sie Interesse an diesen und weiteren Online-Seminaren der AOK?  
Im Arbeitgeberportal finden Sie eine Übersicht:

→ [aok.de/fk/nw/seminare](https://aok.de/fk/nw/seminare)

# »Fragen sind ein tolles Werkzeug«

## Interview

Ob als Rapper, Autor, Podcast-Moderator oder systemischer Coach: Michael Kurth, bekannt auch unter seinem Künstlernamen Curse, ist gefragt.



**So verschieden Menschen sind, sind auch die Bedürfnisse von Beschäftigten.**

### **Abgabetermine, Konzertreisen, Auftritte: Ihr Alltag und der Ihres Teams ist geprägt von Terminen. Da kann man schon in Stress geraten. Wie können Führungskräfte Überlastung erkennen?**

Menschen mit Verantwortung können im Team zum Beispiel auf die individuellen Unterschiede ihrer Beschäftigten achten, auf Faktoren wie Stress oder die persönlichen Umstände. Dafür gibt es ein tolles Werkzeug: Fragen. „Was braucht ihr? Was wünscht ihr euch?“ – das bedeutet nicht, dass alles umgesetzt wird, es wird aber angesprochen.

### **Manchen Menschen fällt es ja schwer, sich mitzuteilen. Welche Tipps haben Sie da?**

Es braucht viele Faktoren für eine gute Kommunikationskultur – zum Beispiel eine allgemeine Toleranz für die individuellen Voraussetzungen im Team oder auch Bereitschaft, aktiv zuzuhören. Am wichtigsten ist aber, sich bewusst zu machen, dass Kommunikation ein konstanter Prozess ist. Bei einem Projekt habe ich zum Beispiel mal alle 14 Tage einen festen Teamtermin gehabt, in dem wir über Bedürfnisse in der Arbeit gesprochen haben. Oft haben wir dort jedes Mal die gleichen Sachen gesagt, aber so sind wir im Dialog geblieben.

### **Sie beschäftigen sich in Ihren Veröffentlichungen viel mit Sinn und Selbsterfahrung. Wie wichtig ist Sinnhaftigkeit im Job?**

Es kommt darauf an. Für manche Menschen ist es wichtig, dass ihr Job einen sinnstiftenden Inhalt hat. Da wird es auch mal stressig, aber unterm Strich erfüllt dieser Job etwas – das ist oft die übergeordnete Motivation. Es gibt aber auch Menschen, denen eintönige Jobs Freude machen. Die sagen: „Ich gehe zur Arbeit und dann ist es auch mal anstrengend, aber wenn ich nach Hause komme, habe ich damit nichts mehr zu tun.“ So verschieden Menschen sind, sind auch die Bedürfnisse von Beschäftigten.

### **Michael „Curse“ Kurth**

zählte in den 2000ern zu den wichtigsten deutschen Rappern. Auch heute ist er noch als Rapper aktiv. Er arbeitet aber auch als systemischer Coach, betreibt einen Podcast und veröffentlicht Bücher über Achtsamkeit.



Zurück zum Inhalt





## Mehr Fitness ganz nebenbei

Die Gesundheit fördern und gewinnen: Motivieren Sie Ihre Beschäftigten zur AOK-Mitmachaktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Vom 1. Mai bis 31. August können Sie Radfahrtage sammeln, CO<sub>2</sub> einsparen, als Team punkten – und Preise gewinnen.



Mehr Infos gibt es  
auf [mdrza.de](https://www.mdrza.de)

AOK. Die Gesundheitskasse.

