



In 46 Tagen um die halbe Welt

Die SBB Kompetenz gGmbH wird erstmalig vom TappaLauf-Fieber angesteckt. / Fast 90 Prozent der SBB-Tapper/innen erreichen Mailand. / Insgesamt legen sie 25.000 km zurück.

Hamburg. Die Unentschlossenen wären dann natürlich doch gern mitgegangen – nachträglich, nachdem sie die Tappa-Infizierten mit ihren täglichen Schrittvergleichen, ihren virus-typischen Euphorien, ihren ansteckenden Erfahrungsberichten zwei Monate lang hatten ertragen müssen.

Die Mitlaufenden hatten nicht nur Spaß, viel Bewegung und frische Luft – sondern inzwischen sogar Vorreiterfunktion. Nicht nur für die nicht-teilnehmenden Kollegen ...

Schließlich sind sie alle tätig in der SBB Kompetenz gGmbH, einem großen Qualifizierungs- und Beschäftigungsträger, dessen Zielgruppen Benachteiligte des Arbeitsmarkts sind: Migranten, Alleinerziehende, Ältere und andere Personen mit fehlenden oder nicht mehr verwertbaren beruflichen Qualifikationen. Und explizit eben auch: gesundheitlich Eingeschränkte. Wobei alle in der Regel lange Jahre arbeitslos sind und viele - oftmals sogar gravierende - gesundheitliche Einschränkungen haben. Die einerseits durch lange Arbeitslosigkeit und erlebte Perspektivlosigkeit bedingt oder verstärkt wurden und die andererseits verhindern, dass die Betroffenen überhaupt wieder beschäftigungsfähig werden. Denn Gesundheit ist für die Beschäftigungsfähigkeit der entscheidende Faktor, wie empirische Untersuchungen belegen. Deshalb hat die SBB schon seit einigen Jahren besondere Angebote für diese Klientel entwickelt und Gesundheitsaktivierung in verschiedene Programme – etwa für die Älteren – aufgenommen.

Nun waren explizit die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mal dran: An die 40 von ihnen

sind vorangegangen (gelaufen!) – und haben am eigenen Leib erfahren, wie einfach und belohnend es ist, wenn man die Gesundheitsaktivierung mit einem niedrighwelligen Programm beginnt. Man braucht weder einen speziellen Sportdress, es fallen keine Gebühren fürs Fitnesscenter an, man kann es alleine oder in Gruppen, man kann es Tag & Nacht tun – wie es einem grade ins Konzept passt.

Da wurden interessante Impressionen berichtet: etwa von Hamburg bei Nacht und wie ganze Familien zu sonntäglichen Wanderungen gezwungen wurden. Oder: dass als Antreiber gegen den inneren Schweinehund heimlich, ohne deren Kenntnis, persönlich bekannte oder auch unbekannte Konkurrenten auserkoren wurden, gegen die man unbedingt gewinnen wollte.

Tatsächlich haben dann fast 90 Prozent der SBB-Läufer/innen Mailand erreicht, die SBB hat in der Firmen-Wertung Rang acht belegt – und alle haben gewonnen: mehr Spaß und Motivation zur Bewegung und die Erkenntnis, dass es ganz einfach ist, etwas fürs Wohlbefinden zu tun. Besonders für manch Ungeübten ist der TappaLauf außerdem zu einem bemerkenswerten persönlichen Erfolg geworden. Die leibhaftig gewonnenen Erkenntnisse können nun gut als Anregung dienen für weitere Aktivierungs-Aktivitäten für Kursteilnehmer der SBB.

Belohnt wurde die gesamte Lauf-Gruppe übrigens mit einer „TappaParty“ - in der Unternehmenskantine: selbstverständlich stilgerecht mit einem üppigen Buffet - mit leckeren spanischen Tap(p)as!