

SHIATSU
ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND
www.oeds.at

DEIN

Shiatsu am Arbeitsplatz - Guide

Österreichischer Dachverband für Shiatsu
Siebensterngasse 42/12
1070 Wien, Österreich

SHIATSU
ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND



Tipp:
Durch das Klicken auf die verschiedenen Kapitel landest du direkt dort.

Inhaltsverzeichnis

Erste Schritte	Seite 3
Must Knows	Seiten 4 - 7
Verrechnung	Seiten 8 - 9
Videos	Seite 10
Vorlagen	Seite 11

CLICK HERE

Erste Schritte

So fängst auch du an!

ANGEBOT

Angebot entwickeln – Klar. Zielgerichtet.

- Definiere dein Ziel
- Behandlungsdauer
- Setting
- Angebot stellen

PLANUNG

Organisation & Umsetzung

- Preis fair kalkulieren
- Zahlungsmodell klären
- Vertragliches
- Hygiene und Diskretion

SHIATSU?

Gezielt ansprechen – Wer braucht Shiatsu?

- Zielbranchen
- Ansprechpersonen
- Auftreten
- Schnuppertermin oder Präsentation anbieten

ÖDS

Bonus: Unterstützung nutzen

- ÖDS-Mitgliedschaft zeigt Qualität und schafft Vertrauen
- Info- und Werbematerial vom ÖDS nutzen
- Förderungen prüfen



Inhaltsverzeichnis

Must Knows

Für ein erfolgreiches Arbeiten!



Deine Fragen und Antworten

Warum Shiatsu in Unternehmen anbieten?

- **Förderung der Mitarbeitergesundheit**
- **Motivation und Wertschätzung**
- **Prävention statt Reaktion**
- **Stressreduktion**

Was brauche ich, um Shiatsu am Arbeitsplatz zu geben?

- **Fachliche Qualifikation** - Du solltest eine fundierte Shiatsu-Ausbildung abgeschlossen haben und idealerweise Mitglied im Österreichischen Dachverband für Shiatsu sein – das gewährleistet Professionalität und Qualitätssicherung.
- **Mobile Ausstattung** - Für Shiatsu am Arbeitsplatz braucht es eine geeignete, leicht transportierbare Ausstattung – zum Beispiel eine Shiatsu-Matte oder ein Massagestuhl, je nach den Gegebenheiten vor Ort.
- **Abgestimmtes Konzept** - Ein an die Bedürfnisse des Unternehmens angepasstes Angebot ist wichtig. Kläre vorab, welche Ziele verfolgt werden (z. B. Stressabbau, Förderung von Konzentration oder Haltung) und wieviel Zeit pro Einheit zur Verfügung steht.
- **Einverständnis und Organisation durch das Unternehmen** - Eine schriftliche Vereinbarung mit dem Arbeitgeber ist empfehlenswert – sie regelt organisatorische, rechtliche und ggf. versicherungsrelevante Fragen.
- **Hygiene- und Sicherheitsstandards** - Achte auf angemessene Hygienemaßnahmen (Desinfektion, frische Auflagen etc.) und beachte die arbeitsrechtlichen sowie gesundheitlichen Vorgaben des Unternehmens.

Wie wende ich mich an Unternehmen? Wen spreche ich am besten an?

- **Zielgruppe definieren** - Überlege, welche Art von Unternehmen oder Branchen besonders von Shiatsu profitieren könnten – z. B. Büros, soziale Einrichtungen, Gesundheitsbetriebe oder produzierende Unternehmen mit belastender körperlicher Arbeit.
- **Ansprechpersonen identifizieren**
  - Personalabteilung (HR)
  - Geschäftsführung
  - Betriebsrat
  - Betriebsärzt:innen oder Arbeitsmediziner:innen

Inhaltsverzeichnis

Must Knows

Für ein erfolgreiches Arbeiten!



Deine Fragen und Antworten

Wie wende ich mich an Unternehmen? Wen spreche ich am besten an?

Professionelle Kontaktaufnahme - Erstelle ein kurzes, informatives Angebot oder Exposé (ein Musteroffert findest du auf Seite 11). Betone den Nutzen von Shiatsu im Arbeitskontext, etwa:

- Förderung von Konzentration und Wohlbefinden
- Reduktion von Stress und körperlichen Beschwerden
- Beitrag zur betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)

Persönliches Gespräch oder Probetermin anbieten - Ein Schnuppertermin (Empfehlung: nicht unentgeltlich) oder eine kurze Präsentation im Unternehmen kann helfen, Shiatsu erlebbar zu machen und Vertrauen aufzubauen.

Wie kalkuliere ich den Preis für mein Shiatsu für Unternehmen?

Stundensatz als Basis - Orientiere dich an deinem üblichen Honorar

Pauschalpreis - um klare Kostensicherheit für ein Projekt zu bieten und die Abrechnung zu vereinfachen reagieren Unternehmen erfahrungsgemäß sehr positiv auf Pauschalangebote.

Dauer der Einheiten - Kurze Einheiten (z. B. 20 oder 30 Minuten) sind im betrieblichen Alltag oft praktikabler. Kalkuliere den Preis proportional oder biete Paketpreise für halbe oder ganze Tage an.

Vorbereitung, Anfahrt und Pausen - Berücksichtige auch die Zeit für Aufbau, Abbau, An- und Rückfahrt sowie ggf. Wartezeiten oder Pausen. Diese sollten fair in deinen Gesamtpreis einfließen.

Material und Ausstattung - falls du spezielles Equipment (z. B. Massagestuhl) oder Verbrauchsmaterialien verwendest, plane diese Kosten mit ein.

Zahlungsmodell klären

- **Unternehmen bezahlt:** Üblich ist eine direkte Rechnungsstellung an das Unternehmen.
- **Kombimodell:** Das Unternehmen übernimmt einen Teil (z. B. 50 %) – auch das ist gängig im Rahmen betrieblicher Gesundheitsförderung.
- **Mitarbeiter:innen zahlen selbst:** Dann stellt das Unternehmen nur den Raum zur Verfügung.

Steuern & Rechtliches - Preise verstehen sich in der Regel zzgl. USt., sofern du umsatzsteuerpflichtig bist. Ein schriftliches Angebot mit klarer Preisstruktur sorgt für Transparenz und Professionalität.

Inhaltsverzeichnis

Must Knows

Für ein erfolgreiches Arbeiten!



Deine Fragen und Antworten

Welche Förderungsmöglichkeiten für Shiatsu am Arbeitsplatz gibt es?

- **Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK)** - die ÖGK unterstützt Unternehmen bei der Umsetzung von BGF-Projekten, die darauf abzielen, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeitenden zu fördern. Maßnahmen wie Shiatsu können Teil solcher Projekte sein, wenn sie zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen und zur Gesundheitsförderung beitragen.
- **Fonds Gesundes Österreich (FGÖ)** - Der FGÖ fördert innovative BGF-Projekte, insbesondere solche, die neue Herausforderungen der Arbeitswelt adressieren, wie etwa die zunehmende Digitalisierung und Flexibilisierung. Shiatsu-Angebote, die in ein ganzheitliches Gesundheitskonzept eingebettet sind, könnten unter bestimmten Voraussetzungen förderfähig sein.
- **Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung (Netzwerk BGF)** - Das Netzwerk BGF bietet Beratung und Unterstützung bei der Planung und Umsetzung von BGF-Maßnahmen. Zwar werden keine direkten finanziellen Förderungen angeboten, jedoch können durch die Zusammenarbeit mit dem Netzwerk BGF Qualitätsstandards erfüllt werden, die für andere Förderstellen relevant sein könnten.

Welche Schritte zur Inanspruchnahme von Förderungen?

- **Projektplanung** - Projektplanung - Entwickeln Sie ein Konzept, wie Shiatsu in den betrieblichen Alltag integriert werden kann. Berücksichtigen Sie dabei die spezifischen Bedürfnisse des Unternehmens und der Mitarbeitenden.
- **Kontaktaufnahme mit Förderstellen** - Setze dich mit der ÖGK, dem FGÖ oder dem Netzwerk BGF in Verbindung, um die Fördermöglichkeiten und Voraussetzungen zu klären.
- **Antragstellung** - Reiche einen Förderantrag ein, der das Shiatsu-Projekt detailliert beschreibt und die erwarteten gesundheitlichen Vorteile für die Mitarbeitenden darlegt.
- **Umsetzung und Evaluation** - Führe das Projekt nach Bewilligung der Förderung durch und evaluiere seine Wirksamkeit, um den Erfolg nachzuweisen und gegebenenfalls weitere Förderungen zu beantragen.

Inhaltsverzeichnis

Must Knows

Für ein erfolgreiches Arbeiten!



Deine Fragen und Antworten

Welche Schritte zur Inanspruchnahme von Förderungen?

- **Beratung & fachliche Orientierung** - Der ÖDS bietet individuelle Beratung zu Fragen rund um Shiatsu am Arbeitsplatz. Von rechtlichen Rahmenbedingungen über Zielgruppendefinition bis hin zur Preisgestaltung und praktischen Umsetzung.
- **Professionelle Materialien** - Mitglieder erhalten Zugriff auf Infofolder, Argumentationshilfen, Texte zur Wirkung von Shiatsu im betrieblichen Setting und Gestaltungsvorlagen für Angebote oder Präsentationen.
- **Öffentlichkeitsarbeit & Sichtbarkeit** - Der ÖDS betreibt Öffentlichkeitsarbeit zur Förderung des Berufsbildes – darunter auch die Positionierung von Shiatsu als Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF). Unternehmen, die Shiatsu suchen, finden über den ÖDS qualifizierte Anbieter:innen.
- **Qualitätsnachweis & Vertrauen** - Die Mitgliedschaft im ÖDS signalisiert Professionalität und Ausbildung nach anerkannten Standards – ein wichtiger Vertrauensfaktor für Unternehmen und Kooperationspartner.
- **Vernetzung & Austausch** - Durch die diversen Veranstaltungen des ÖDS oder den Regionalgruppentreffen findet stets Austausch und Vernetzung innerhalb der Community stat.

Weitere wichtige Hinweise für deine professionelle Arbeit als Shiatsu-Praktiker*in

- **NQR-Level VI – Hol dir die Anerkennung deiner Qualifikation** - Der Nationale Qualifikationsrahmen (NQR) ordnet deine Shiatsu-Ausbildung dem Niveau VI zu – vergleichbar mit einem Bachelor-Abschluss. Lass dir den Abschluss offiziell vom ÖDS bestätigen, um deine berufliche Qualifikation sichtbar und vergleichbar zu machen – z. B. für Förderstellen, Arbeitgeber:innen oder öffentliche Einrichtungen. Einfach unter info@oeds.at.
- **Achte gut auf dich selbst** - Als Shiatsu-Praktiker:in arbeitest du mit voller Präsenz – vergiss dabei nicht auf deinen eigenen Körper. Achte auf eine gesunde Haltung, gönn dir Pausen, arbeite gelenkschonend und respektiere deine eigenen Grenzen. Nur wenn es dir gut geht, kannst du auch langfristig gut für andere da sein.

Wir vom ÖDS Büro stehen dir gerne zur Verfügung

Solltest du, deine Frage hier nicht wiederfinden, kannst du uns gerne jederzeit eine E-Mail an info@oeds.at schreiben oder uns telefonisch unter +43 660 2004409 kontaktieren.

Inhaltsverzeichnis

Verrechnung

Wichtige Tipps von Erfahrenen

SHIATSU
ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND

Das Unternehmen übernimmt die Kosten

- Du stellst eine Rechnung direkt an das Unternehmen.
- In der Regel vereinbarst du Tagessätze oder Pauschalen
- Du führst eine Liste der teilnehmenden Mitarbeitenden, auf Wunsch mit Feedback.

Die Mitarbeitenden zahlen selbst

- Du verrechnest jede Behandlung direkt mit den Mitarbeitenden (bar, Rechnung oder digital).
- Hier empfiehlt sich ein günstigerer Kurzbehandlungstarif (z. B. € 25–40 für 20–30 Minuten), ggf. mit 5er-/10er-Karte.

Die Verrechnung von Shiatsu im Unternehmenskontext unterscheidet sich von der Einzelpraxis. Sie hängt von mehreren Faktoren ab, u. a. von der Zahlungsmodalität, rechtlichen Rahmenbedingungen und der Unternehmensgröße. Hier die wichtigsten Punkte im Überblick:

Kostenbeteiligung (Mischmodell)

- Das Unternehmen übernimmt einen Teilbetrag pro Einheit.
- Du koordinierst die Abrechnung entweder separat oder über ein Sammelhonorar.

Inhaltsverzeichnis

Verrechnung

Drei verschiedene Möglichkeiten

SHIATSU
ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND

Registrierkassenpflicht

Achte besonders auf deine Umsätze falls du verschiedene Verrechnungsmöglichkeiten anbieten willst.
Die Pflicht gilt für Betriebe mit einem Jahresumsatz von mehr als 15.000 Euro netto und Barumsätzen (inklusive Bankomat- und Kreditkartenzahlungen) von mehr als 7.500 Euro netto pro Jahr.

Je nachdem, wie dein Shiatsu-Angebot im Unternehmen eingebunden ist, gelten unterschiedliche Anforderungen. Ob Pflicht zur Registrierkasse, genaue Rechnungstellung oder das Beachten kleiner Kostenpunkte – hier erfährst du, worauf es ankommt:

Kleine Kostenpunkte

Das "Problem der kleinen Kostenpunkte" bezieht sich auf die Schwierigkeit, kleine, einzelne Kosten ("Kleinvieh") im Budget zu verfolgen und zu kontrollieren, die in ihrer Summe jedoch erhebliche Ausgaben verursachen können. Berücksichtige also auch diese in deiner Preiskalkulation.

Rechnungen

Die Erstellung von Rechnungen nimmt je nach Methode und Komplexität des jeweiligen Unternehmens unterschiedlich viel Zeit in Anspruch. Verrechnest du nur mit Rechnung, dann sei dir bewusst, dass das Ausstellen dieser viel Zeit in Anspruch nehmen wird.

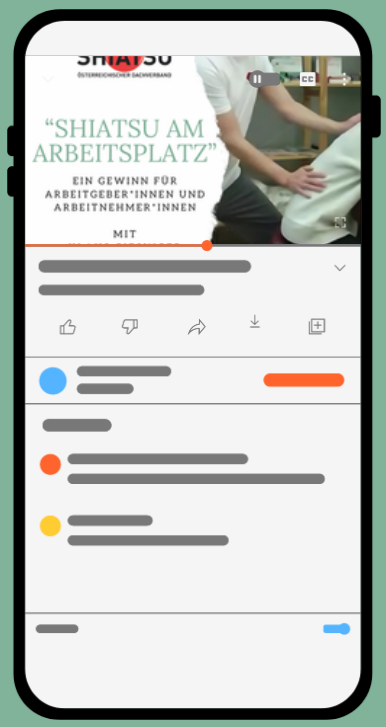
Inhaltsverzeichnis

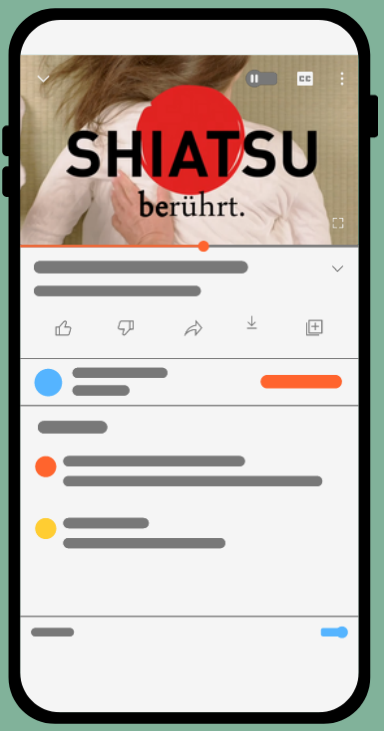
Bandmaterial

Hilfreiche Videos für deinen Start!

Shiatsu am Arbeitsplatz– Klaus Gisinger

ein Gewinn für Arbeitgeber:innen und Arbeitnehmer:innen





ÖDS – Trailer

Diese Videos bieten dir wertvolle Einblicke in die Themen „Shiatsu am Arbeitsplatz", „Was ist Shiatsu?". Sie zeigen, wie vielseitig und wirkungsvoll Shiatsu in unterschiedlichen Kontexten eingesetzt werden kann – ein wichtiger Beitrag zum besseren Verständnis und zur professionellen Anwendung dieser Methode.

Inhaltsverzeichnis

Vorlagen

Das funktioniert!

Musteroffert

Hier findest du ein vorgefertigtes Angebot, welches ganz einfach auf dich angepasst werden kann.





DSGVO

Vorgefertigte Kenntnisnahme nach DSGVO-Richtlinien



Richtig gendern

ÖDS-Leitfaden für geschlechterspezifischen und gendersensiblen Sprachgebrauch



Wording

Mit dieser Vorlage kannst du sicherstellen, dass du die rechtlich erlaubten Wörter in deinem Angebot verwendest.

Inhaltsverzeichnis