

# NEWSletter

3/08

[www.netzwerk-bgf.at](http://www.netzwerk-bgf.at)

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Regionalstellen:



Unsere Partner:



### Betriebliche Gesundheitsförderung mit jungen ArbeitnehmerInnen - Modellprojekt U21

Wenn es um das Thema Gesundheit geht, galten junge ArbeitnehmerInnen lange Zeit als eher „unspektakuläre Zielgruppe“. Dies spiegelt auch die Perspektive der Jugendlichen selbst wieder, für die Gesundheit häufig kein zentrales Thema darstellt. Gesundheit ist in dieser Lebensphase scheinbar eine Selbstverständlichkeit.

Das Projekt U21 (gestaltet von der OÖGKK, der NÖGKK und der SGKK im Auftrag des Hauptverbandes der österreichischen Sozialversicherungsträger und unterstützt vom Fonds Gesundes Österreich) möchte diese Selbstverständlichkeit etwas hinterfragen.

Betrachtet man die Lebensphasen zwischen dem 15-ten und dem 20-ten Lebensjahr, so werden gerade in diesen Jahren wichtige Weichen für die persönliche Gesundheit gestellt. Dies betrifft einerseits den persönlichen Lebensstil (z. B. Bewegung, Ernährung, Rauchen, Alkohol, etc.) als auch den Umgang mit arbeitsbezogenen Herausforderungen (z. B. Zeitdruck, Arbeitsumfeld etc.).

Gemeinsam mit den beteiligten Lehrlingen und deren Unternehmen möchte sich das Projekt U21 der Frage stellen, wie Gesundheit in dieser Situation am besten gefördert werden kann.

#### Die Projektunternehmen

Fünf Modellbetriebe wurden österreichweit eingeladen, sich als Entwicklungspartner zu beteiligen. Ausgewählt wurden innovative Betriebe aus der Metall und Holz verarbeitenden Industrie sowie Dienstleistungsunternehmen, die sich bereits mit dem Thema betriebliche Gesundheitsförderung beschäftigt haben.

Scheuch GmbH  
Auzolzminster, Oberösterreich

BRP-Rotax GmbH & Co. KG  
Gunskirchen, Oberösterreich

Lenzing AG  
Lenzing, Oberösterreich

M-real Hallein AG  
Salzburg

Sparkasse Niederösterreich Mitte West AG  
Niederösterreich



## Projekttablauf

Das Modellprojekt U21 läuft in vier Phasen ab:

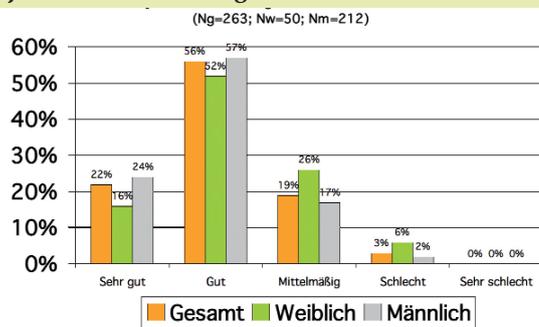
1. Phase: Kick-Off-Workshops in allen fünf Unternehmen. Dabei wurde von den jungen ArbeitnehmerInnen ein Fragebogen zur Erhebung gesundheitsrelevanter Arbeitssituationen und Arbeitsbedingungen ausgefüllt. Diese Fragebögen wurden anonym ausgewertet und die Ergebnisse den Unternehmen sowie den beteiligten jungen ArbeitnehmerInnen rückgemeldet.
2. Phase: In Gesundheitsworkshops wurden Ressourcen und Belastungen identifiziert und Maßnahmenvorschläge erarbeitet.
3. Phase: Aktuell werden diese Maßnahmenvorschläge schrittweise in den jeweiligen Unternehmen umgesetzt und verankert.
4. Phase: Im Frühjahr 2009 wird ein auswertendes Resümee gezogen.

Das Modellprojekt U 21 baut auf theoretischen und praktischen Grundlagen der betrieblichen Gesundheitsförderung auf. Bestehende Instrumente wurden adaptiert und innovativ weiter entwickelt. Ziele des Projektes sind die Integration von betrieblicher Gesundheitsförderung in die Lehrlingsausbildung und Personalentwicklung der teilnehmenden Unternehmen und die Erprobung neuer Instrumente und Zugänge für die Zielgruppe.

### Folgende Trends lassen sich beispielsweise aus den Ergebnissen der Gesundheitsbefragung erkennen:

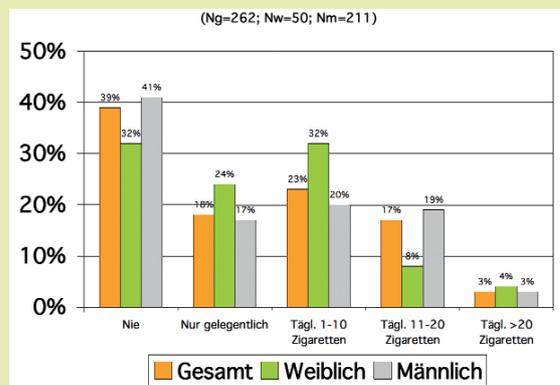
Insgesamt nahmen 264 junge ArbeitnehmerInnen an der Gesundheitsbefragung teil. Davon waren rund 80% (214) männliche und rund 20% (50) weibliche ArbeitnehmerInnen.

### Subjektive Einschätzung des Gesundheitszustandes



Anhand der Grafik lässt sich feststellen, dass die weiblichen jungen ArbeitnehmerInnen (68% Sehr gut bis Gut) ihren Gesundheitszustand tendenziell geringer einschätzen als die männlichen Befragten (81% Sehr gut bis Gut). Allerdings ist der Anteil jener befragten Jugendlichen, die einen schlechten beziehungsweise sehr schlechten Gesundheitszustand zum Ausdruck bringen, äußerst schwach besetzt, mit marginalen geschlechtsspezifischen Differenzen.

### Gesundheitsverhalten Thema Rauchen



Bezeichnet man jene jungen ArbeitnehmerInnen mit einem täglichen Zigarettenkonsum von mehr als 10 Zigaretten als starke RaucherInnen, dann fallen insgesamt 20% aller Befragten in diese Kategorie. Geschlechtsspezifisch lässt sich kein eindeutiger Trend erkennen.

### Aktuell werden folgende vorgeschlagenen Maßnahmen schrittweise in den jeweiligen Unternehmen umgesetzt und verankert:

In einem Unternehmen soll ein Ernährungsvortrag für alle Lehrlinge wichtige Impulse zu gesünderem Essverhalten bringen, im Anschluss findet für die Lehrlinge des ersten Lehrjahres eine Teamentwicklungsveranstaltung statt. Bei einem Workshop unter dem Motto „Gestalten und Bewegen“ adaptieren die Lehrlinge im zweiten Lehrjahr ihre Arbeitsplätze mit Fokus auf Ergonomie und Bewegungsabläufe.

Methoden für körperliche und mentale Fitness sowie Entspannungstechniken lernen die Lehrlinge im dritten Lehrjahr beim Workshop „chill out and relax“ kennen. Bewusstseinsbildung und Verhaltensänderung zum Thema Alkohol stehen bei zwei halbtägigen Veranstaltungen am Programm.

Weitere Schwerpunkte sind in diesem Unternehmen Seminare zur RaucherInnenentwöhnung und die Implementierung von Feedbackstrukturen in der Lehrlingsausbildung.

In einem weiteren Unternehmen wird ein „Vital-Scheck“ mit verschiedenen Themenblöcken eingeführt. Dieser beinhaltet

Pflichtmodule (wie Schichtarbeit und Gesundheit, Suchtprävention, Sozialkompetenzen etc.) sowie freiwillige Module (zum Thema Entspannung, Stressreduktion, Gefahrenbewältigung, Risikoverhalten etc.).

Zeitmanagement speziell für diese Zielgruppe und Outdoortrainings mit Schwerpunkt Suchtprävention stehen in weiteren Modellunternehmen genauso am Programm wie ein Projekt mit dem Inhalt „Gestaltung von Wohlfühlzonen“.

Die Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Projekt werden Mitte 2009 in einer Broschüre für Betriebe gebündelt, damit zukünftig weitere Unternehmen profitieren und effiziente Maßnahmen breiter umsetzen können.

### Kontaktadresse:

Oberösterreichische Gebietskrankenkasse

Bettina Stadlmayr

Telefon: 05/7807-DW 103519

E-Mail: [bettina.stadlmayr@ooegkk.at](mailto:bettina.stadlmayr@ooegkk.at)

# Vernetzung/Fortbildung für BGF-ProjektleiterInnen, sowie neues Angebot „Gesundes Führen“

Die erste Vernetzungs- bzw. Fortbildungsplattform des Fonds Gesundes Österreich und des Öst. Netzwerkes für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) für BGF-ProjektleiterInnen ist am 12. Juni 2008 in Wien erfolgreich über die Bühne gegangen. Insgesamt 15 der bis dato rund 150 ausgebildeten BGF-ProjektleiterInnen haben die Gelegenheit zur Weiterbildung und zum Erfahrungsaustausch genutzt.

Besonders positiv bewertet haben die TeilnehmerInnen die Präsenz der VertreterInnen des Fonds Gesundes Österreich (Dr. Klaus Ropin und Mag.<sup>a</sup> (FH) Sabrina Kucera) sowie des Österreichischen Netzwerkes für BGF (Elfriede Kiesewetter). Zusätzlich sorgte der Experteninput „Alter(n)sgerechtes Arbeiten“ von Mag. Markus Feigl für Diskussionsstoff und neue Blickwinkel. Anhand der größten Highlights aber auch Herausforderungen konkreter Projekte der TeilnehmerInnen, wurden im Rahmen des von Frau Mag.<sup>a</sup> Birgit Kriener moderierten World Cafés folgende Fragen behandelt:

1. Was sind zentrale Erfolgsfaktoren für die Umsetzungsphase der BGF?
2. „Gesunde Führung“: Wie können/sollen Führungskräfte in die BGF eingebunden werden?  
Wie ist Wertschätzung/Anerkennung „entwickelbar“?
3. Wie wird „BGF“ zum integrierten Bestandteil des Unternehmens? Nachhaltigkeit - Integration langfristig.

Da „Gesunde Führung“ auch im Rahmen dieser Plattform ein zentrales Thema war, möchten wir explizit auf die ab November 2008 geplante Seminarreihe „Gesundes Führen“ hinweisen. Vier Termine in Niederösterreich, Salzburg, Steier-

mark und Oberösterreich zu je zwei Tagen (Freitag, Samstag) werden für Personen mit Führungsverantwortung angeboten.

Dabei werden von den TrainerInnen Frau Mag.<sup>a</sup> Margit G. Bauer und Herrn Mag. Wilhelm Baier eine Einführung in die Grundlagen für Gesundes Führen, ein Methoden- und Techniken-Überblick gegeben sowie wird das Gesundbleiben als Führungskraft selbst eines der zentralen Themen sein.

Profile der TrainerInnen sowie weitere Details finden Sie unter [www.netzwerk-bgf.at](http://www.netzwerk-bgf.at) unter Ausbildungen, Gesundes Führen. Fragen sowie Anmeldungen können Sie gerne an [anja.kogelnig@oesb.at](mailto:anja.kogelnig@oesb.at) richten.

Die BGF-ProjektleiterInnen haben den regen Erfahrungsaustausch und Praxisbezug der Veranstaltung sehr geschätzt.

## Kontaktadresse:

ÖSB Consulting GmbH  
Anja Kogelnig  
Telefon: 01/33168-DW 101  
E-Mail: [anja.kogelnig@oesb.at](mailto:anja.kogelnig@oesb.at)



## Aktuelle Termine vormerken!

Vernetzung/Fortbildung für GesundheitszirkelmoderatorInnen – 16. Oktober 2008 in Salzburg  
Vernetzung/Fortbildung für BGF-ProjektleiterInnen – 18. Juni 2009 in Salzburg

## Gesundheitsfördernde Vernetzung

Zum dritten Mal hat die Salzburger Gebietskrankenkasse die von ihr betreuten Betriebe zum „SGKK-Unternehmensnetzwerk, Betriebliche Gesundheitsförderung“ (BGF) eingeladen.

Die Salzburger Gebietskrankenkasse (SGKK) ist regionale Kontaktstelle für Betriebliche Gesundheitsförderung in Salzburg.

Die Weiterentwicklung der Betrieblichen Gesundheitsförderung ist vielen Unternehmen ein wichtiges Anliegen – die SGKK bieten ihnen eine Plattform für persönliches Kennenlernen und unternehmensübergreifendes Lernen. Es geht darum, Erfahrungswissen aus verschiedenen Unternehmen in einen Raum zu stellen und für alle Beteiligten nutzbar zu machen.

Zahlreiche VertreterInnen der Unternehmen im Bundesland Salzburg, die die Charta BGF unterschrieben bzw. bereits das Gütesiegel BGF erhalten haben, tauschten sich bei diesem Treffen am 17. Juli 2008 aus.

Gastgeber war diesmal die Salzburg AG, die in ihr neues Ausbildungszentrum in Aigen einlud und ihr BGF-Projekt „Energie leben – Energie geben/Generationenmanagement“ präsentierte. Ein weiterer Programmpunkt war die Vorstellung des neuen Seminarangebotes des Fonds Gesundes Österreich im Rahmen BGF - „Gesundes Führen“.

## Kontaktadresse:

Salzburger Gebietskrankenkasse,  
Elisabeth Zeisberger  
Telefon: 0662/8889-DW 1041  
E-Mail: [elisabeth.zeisberger@sgkk.at](mailto:elisabeth.zeisberger@sgkk.at)



# Unternehmensnetzwerk BGF – Vorarlberger Unternehmen im aktiven Austausch!

Im Herbst 2007 startete in Vorarlberg das Projekt „Unternehmensnetzwerk“ der Arbeiterkammer, Wirtschaftskammer und dem Fonds Gesundes Vorarlberg, welches in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung und dem Fonds Gesundes Österreich initiiert wurde. Die drei bis heute durchgeführten Veranstaltungen sind bei UnternehmerInnen und BetriebsärztInnen auf sehr gute Resonanz gestoßen.

Mit dem Unternehmensnetzwerk wurde eine Plattform für den Austausch von Erfahrungen und guten Praxismodellen sowie für die Nutzung von Synergien in der Betrieblichen Gesundheitsförderung geschaffen. Kern jeder Veranstaltung bildet jeweils ein Impulsreferat eines Experten und Praxisberichte von UnternehmerInnen. In der anschließenden – immer sehr aktiven und offenen Diskussion – wird die Gelegenheit geboten, Aktionen und Prozesse für den eignen Betrieb zu reflektieren. Die ersten drei Unternehmensnetzwerke waren den Themen Erfolgsfaktoren der Betrieblichen Gesundheitsförderung, Ergonomie - Bewegung und Generationenmanagement gewidmet. Für den ersten Themenbereich konnte Dr. Christian Scharinger als Experte gewonnen werden. Zum Thema Generationenmanagement gab der internationale Experte Prof. Juhani Ilmarinen wertvolle Inputs. Für die nächsten beiden Veranstaltungen im Herbst sind die Themen Stress und Burnout sowie die Bedeutung des Führungsverhaltens in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

geplant. Die Auswahl dieser Themen richtet sich nach den Interessen der TeilnehmerInnen, die hierzu befragt wurden.

Das Projekt „Unternehmensnetzwerk“, welches ursprünglich für fünf Veranstaltungen geplant war, soll nach diesem Jahr als eine fixe Plattform durch Arbeiterkammer, Wirtschaftskammer und Fonds Gesundes Vorarlberg weitergeführt werden. Der große Zulauf hat bestätigt, wie wichtig ein Austausch für die erfolgreiche Durchführung von Gesundheitsförderungsprozessen ist.

## Kontaktadresse:

Fonds Gesundes Vorarlberg, Reinhard Sonderegger

Telefon: 05523/52176-DW 24

E-Mail: [sonderegger.reinhard@ifs.at](mailto:sonderegger.reinhard@ifs.at)



## VERANSTALTUNG

### 2. Oktober 2008, Graz: 13. Informationstagung der Österreichischen Kontaktstelle für Betriebliche Gesundheitsförderung mit dem Titel „Führen und Gesundheit“

Der Bogen dieser Veranstaltung wird von aktuellen Informationen zum Thema Führung über Sozialkapital und Gesundheit bis hin zu Beispielen aus der Praxis gespannt.

**Anmeldung und Information:** [www.netzwerk-bgf.at](http://www.netzwerk-bgf.at) oder Oberösterreichische Gebietskrankenkasse, Martina Grurl-Blutsch, Gruberstr. 77, 4021 Linz, Tel.: 05 78 07 – 10 35 13, Fax. 05 78 07 – 10 35 10, E-Mail: [veranstaltung@ooegkk.at](mailto:veranstaltung@ooegkk.at) oder [martina.grurl-blutsch@ooegkk.at](mailto:martina.grurl-blutsch@ooegkk.at)

## Österreichische Kontaktstelle:

Oberösterreichische  
Gebietskrankenkasse  
Gruberstr. 77, A - 4021 Linz

Elfriede Kiesewetter  
Telefon +43(0)5 78 07 / 10 35 01  
E-Mail: [elfriede.kiesewetter@ooegkk.at](mailto:elfriede.kiesewetter@ooegkk.at)

Martina Grurl-Blutsch  
Telefon +43(0)5 78 07 / 10 35 13  
E-Mail: [martina.grurl-blutsch@ooegkk.at](mailto:martina.grurl-blutsch@ooegkk.at)

## Europäisches Netzwerk BGF

Sekretariat  
BKK Bundesverband der Betriebskrankenkassen

Dr. Gregor Breucker  
Kronprinzenstraße 6,  
45128 Essen  
Telefon +49 201 / 1791298  
E-Mail: [eiz@bkk.bv.de](mailto:eiz@bkk.bv.de)



Dieses Buch erhalten Sie  
bei der Österreichischen Kon-  
taktstelle  
€ 14,40