

## Regionalstellen



## Unsere Partner



## Worklife@Internorm

### Arbeiten und Leben – im Gleichgewicht sein

- Die Förderung der Eigenverantwortung,
- die Einbeziehung der MitarbeiterInnen und
- die Berücksichtigung der Wechselwirkungen von Psyche und Physis

das zeichnet dieses richtungsweisende BGF-Projekt, das von der Geschäftsführung initiiert wurde, aus.

In 13 Gesundheitszirkeln erarbeiteten 113 (!) engagierte MitarbeiterInnen Lösungen und Verbesserungsvorschläge. Unter Mitwirkung der Führungskräfte werden ein Großteil der gesundheitsfördernden Maßnahmen umgesetzt: von der Schallisolierung der Hallendecke, mobilen Reinigungsstationen für Instandhalter zur Reduktion von Dämpfen bis hin zu einem besonderen Highlight, den Gesundheitstagen und Impulsvorträgen.

Um das Gesundheitsbewusstsein und die Eigenverantwortung zu fördern bot Internorm seinen MitarbeiterInnen in Form der Gesundheitstage Selbsttests und eine qualifizierte Fachberatung zu Themen wie Ernährung, Bewegung, physischer Zustand und Mentaltraining an.

Humorvolle Impulsvorträge des Arbeitsmediziners werden zusätzlich angeboten. Die Interessenten erhalten praxistaugliche Tipps zu einer gesunden Ernährung im Alltag oder einen Anstoß plus Begleitung zu einem rauchfreien Leben. In einem eigenen Vortrag wird besonders auf die Anliegen der Schichtarbeiter eingegangen. „Richtiges Heben und Tragen“ und eine „Anleitung zum psychischen Wohlbefinden“ verkomplizieren das spannende Vortragsportfolio.

Entstanden aufgrund der Initiative von motivierten MitarbeiterInnen engagieren sich sportliche Talente als interne Trainer und bieten mit Unterstützung von Internorm zahlreiche Teamaktivitäten an: Mountainbike-Techniktraining, Einrad-Fahren, Line Dance, Tauchen, Tischtennis, Tanzkurs usw.

Das große Engagement der MitarbeiterInnen bei diesen Teamaktivitäten ist ein weiteres Beispiel dafür, dass die „Internormler“ sich mit worklife@Internorm und den Unternehmenswerten identifizieren. Teamgeist ist ein wesentlicher Erfolgsfaktor dieses Projektes!



Begleitet wurde worklife@Internorm, das 2008 gestartet wurde, durch die kompetente Beratung der OÖGKK in Kooperation mit der STGKK

Betriebliche Gesundheitsförderung ist bei Internorm nicht nur dieses Projekt:

BGF lebt in Form von KVP, dem MitarbeiterInnengespräch, den laufenden Gesundheitsaktivitäten und dem schrittweisen Ändern der Denkhaltung und des Verhaltens... Betriebliche Gesundheitsförderung ist für Internorm eine Haltung und auf Dauer verankert: Internorm – mein Fenster in die Zukunft

#### **Kontakt:**

Bettina Stadlmayr, MSc

E-Mail: [bettina.stadlmayr@oegkk.at](mailto:bettina.stadlmayr@oegkk.at) oder [personal@internorm.com](mailto:personal@internorm.com)



## Die ökologische Dimension in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Verantwortliche Unternehmen kümmern sich um die Gesundheit der MitarbeiterInnen und sorgen sich um die nachhaltige Entwicklung ihrer Umwelt. Wie die beiden Handlungsfelder Betriebliche Gesundheitsförderung (im Speziellen werden die Bereiche Bewegung und Ernährung erarbeitet) und Umweltschutz verknüpft werden können, wird im vom BMWF geförderten Forschungsprojekt „Nachhaltig Handeln im beruflichen und privaten Alltag“ erarbeitet.

#### **Nachhaltigkeit**

Bei Nachhaltigkeit, wie sie die Umwelt- und Nachhaltigkeitsforschung versteht, geht es um eine gesellschaftliche Entwicklung, die ökonomische, ökologische und soziale Aspekte berücksichtigt. Der Beitrag von Unternehmen wird als wesentlich erachtet. In Projekten der Betrieblichen Gesundheitsförderung wird Nachhaltigkeit als ein wichtiges Qualitätskriterium gesehen. Diese versteht darunter eine in Organisationsentwicklung und Personalentwicklung verankerte Gesundheitspolitik des Unternehmens. Zu den Faktoren, die zu sozialer und ökonomischer Nachhaltigkeit von Betrieblicher Gesundheitsförderung führen, zählen: Freigabe von Ressourcen, Implementierung in bestehende Verfahrensweisen und Systeme, Einbindung des mittleren Managements, eine eindeutige Zielformulierung, Information und Einbeziehung der MitarbeiterInnen im Sinne der Partizipation und des Empowerments. Es fällt auf, dass die ökologische Dimension von Nachhaltigkeit in der Betrieblichen Gesundheitsförderung bislang keine Rolle spielt.

#### **Synergien am Beispiel Bewegung und Mobilität**

Bewegung ist ein Erfolgsrezept der Gesundheitsförde-

rung. Die Bedeutung regelmäßiger Bewegung für die Gesundheit ist wissenschaftlich unumstritten und die Bevölkerung ist sich dessen auch bewusst. Dennoch gibt es die Tendenz, dass sich Menschen zu wenig bewegen, insbesondere ältere Menschen, Frauen und Menschen mit geringem Haushaltseinkommen. Aus den Daten des betrieblichen Mobilitätsmanagements geht hervor, dass das Auto im Nahverkehr das dominierende Verkehrsmittel ist. Dies ist verkehrspolitisch sowie unter Umwelt- und Gesundheitsgesichtspunkten bedenklich. Wird der motorisierte Individualverkehr durch alternative Fortbewegungsmittel wie Fahrrad, zu Fuß gehen und öffentliche Verkehrsmittel ersetzt, ist dies vorteilhaft für die Umwelt und gleichzeitig ein Baustein umfassender Gesundheitsförderung. Das Nutzen von Synergien in den betrieblichen Konzepten für Bewegung und Mobilität wäre also sinnvoll für Unternehmen und Belegschaft.

Im Rahmen des Forschungsprojektes wurden Interviews mit zehn Unternehmen geführt, die Maßnahmen zur Förderung ihrer Belegschaft gesetzt haben. Dabei wurde auch gezielt darauf geachtet, ob es bereits Synergien gibt. Es zeigt sich, dass Gesundheitsförderung und Umweltschutz noch weitgehend unabhängig voneinander betrachtet werden. Ernährung, Gesundheit und Bewegung haben in allen interviewten Unternehmen einen hohen Stellenwert, während Mobilität eher eine untergeordnete Rolle spielt. Ob umweltfreundliche Mobilität gefördert wird, hängt stark vom Standort des Unternehmens ab. Hier zeichnen sich „Handlungsspielräume“ ab, die für die Organisation und Konzeption von betrieblicher Gesundheitsförderung neue Fragen aufwerfen.

## Gesundheits/Umweltzirkel

Für die Integration der ökologischen Sichtweise in die Betriebliche Gesundheitsförderung, kann auf existierende Strukturen und Instrumente der Betrieblichen Gesundheitsförderung zurückgegriffen werden. Im Projekt wurde mit MitarbeiterInnen im Rahmen von Gesundheitszirkeln und Arbeitsgruppen die Weiterentwicklung der bestehenden Maßnahmen um die ökologische Perspektive erarbeitet. In den „Nachhaltigkeitsworkshops“ sollte eruiert werden ob der integrierte Zugang bei den MitarbeiterInnen Interesse erzeugt. Im Workshop wurde den kreativen Prozessen Raum gegeben. Dabei wurden bei den eigenen bereits vorhandenen Entwicklungen/ Maßnahmen im Unternehmen und neuen Ideen angesetzt. Impulsgebend für neue Ideen wurden fiktive best-practice-Beispiele eingesetzt, die sich an die jeweiligen Bedürfnisse der MitarbeiterInnen bzw. des Unternehmens anpassen ließen.

Das Projekt „Nachhaltig Handeln“ entwickelt einen „Werkzeugkoffer“ (mit Gute Praxis-Beispielen, Anleitungen, Fact Sheets etc.), damit Unternehmen Umweltschutz mit Betrieblicher Gesundheitsförderung verbinden und die Wechselwirkungen zwischen beruflichem und privatem Alltag positiv verstärken können. Der „Werk-



zeugkoffer“ beinhaltet auch eine Schritt-für-Schritt-Anleitung für die Integration des Themas Umweltschutz in Gesundheitszirkeln. Das Projekt wird im Programm proVISION, gefördert vom Bundesministerium für Wissenschaft und Forschung (BMWF), umgesetzt. Das Projektteam besteht aus dem Interuniversitären Forschungszentrum für Technik, Arbeit und Kultur (IFZ), Graz, dem Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE), Frankfurt/Main; dem Umwelt-Bildungs-Zentrum (UBZ), Graz; und dem Institut für Gesundheitsförderung und Prävention (IfGP), Graz.

**Kontakt:**  
Mag.<sup>a</sup> Monika Bauer  
E-Mail: [monika.bauer@ifgp.at](mailto:monika.bauer@ifgp.at)

# Plattform „Gesundes Arbeiten Tirol“



Auf Initiative der Wirtschaftskammer Tirol, der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt und der Tiroler Gebietskrankenkasse die Plattform „Gesundes Arbeiten Tirol“ gegründet.

Ziel ist es, ein Netzwerk zu schaffen, um Tiroler Betriebe bei Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in den Betrieben zu unterstützen.

Neben den Sozialpartnern und Sozialversicherungsträgern sind auch das Land Tirol und einige Tiroler Betriebe als Mitglieder eingetragen.

Den Vorsitz führt die WKÖ-Tirol, die TGKK ist als Regionalstelle für BGF im Vorstand vertreten.

Zu den wichtigsten Aufgaben sieht die Plattform den Ausbau der BGF und die Optimierung der Arbeitsmedizin in den Tiroler Betrieben.

Es wurden bereits Informationstage unter dem Motto „Gesund arbeiten – Gesundheit fördern“ in Innsbruck und allen Tiroler Bezirken durchgeführt. Bei diesen Veranstaltungen, die aus einer Mischung von Fachvorträgen, Workshops und Informationsständen der verschiedensten Institutionen bestehen, haben Betriebsinhaber die Möglichkeit, sich bei Fachleuten über Gesundheitsförderung im Betrieb zu informieren. Aufgrund des positiven Anklangs sind weitere Informationstage geplant.



Peter Frizzi bei einem Beratungsgespräch am Infotag

Weitere Informationen finden Sie auf der überarbeiteten Homepage der Plattform: [www.gesundesarbeiten-tirol.at](http://www.gesundesarbeiten-tirol.at)

**Kontakt:**  
Peter Frizzi  
E-Mail: [peter.frizzi@tgkk.at](mailto:peter.frizzi@tgkk.at)

# Buch-Tipp

## Lehrbuch Betriebliche Gesundheitsförderung

Gudrun Faller (Hrsg.)

Huber Verlag, Bern 2010, 366 S., € 41.10, ISBN 978-3-456-84799-3

Die Betriebliche Gesundheitsförderung hat in den deutschsprachigen Ländern während der letzten 15 Jahre einen enormen Aufschwung genommen. Dies lässt sich auch an der Anzahl der zu diesem Thema erschienenen Bücher ablesen. Ein Lehrbuch hat bislang allerdings noch gefehlt. Gudrun Faller kommt das Verdienst zu, diese Lücke geschlossen zu haben. In dem von ihr herausgegebenen Lehrbuch sind Beiträge von fachkundigen und namhaften AutorInnen zu allen wesentlichen Aspekten der BGF enthalten. Jedes Kapitel wird mit Literaturempfehlungen zum jeweiligen Thema und Kontrollfragen für die LeserInnen abgeschlossen. Der inhaltliche Bogen des Buches spannt sich von der Entwicklung

und dem Standort von BGF, über aktuelle theoretische Ansätze, der Darstellung unterschiedlicher Handlungskonzepte, Schnitt- und Nahtstellen der BGF zu anderen Unternehmenskonzepten bis hin zu BGF im Kontext spezifischer Rahmenbedingungen (Kleine und mittlere Unternehmen, Gesundheitseinrichtungen, spezifische ArbeitnehmerInnengruppen) und BGF-Netzwerke. Abgerundet wird der Sammelband mit einem Kapitel über Perspektiven der BGF. Insgesamt handelt es sich um ein umfassendes und empfehlenswertes Buch.



# Veranstaltungs-Tipp´s

15. Informationstagung der Österreichischen Kontaktstelle für Betriebliche Gesundheitsförderung mit dem Titel „**Betriebskultur. Wertschätzung und Fairness im Unternehmen**“

Donnerstag, 7. Oktober 2010 \_ Kunsthôtel Fuchspalast \_ 9300 St. Veit/Glan

### Anmeldung und Information:

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

Martina Grurl-Blutsch \_ Gruberstraße 77 \_ 4021 Linz

Telefon: 05 78 07 – 10 35 13 \_ Fax: 05 78 07 – 10 35 10 \_ E-Mail: [martina.grurl-blutsch@oegkk.at](mailto:martina.grurl-blutsch@oegkk.at)

12. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz

„**Soziale Netzwerke und Gesundheit**“

Netzwerke durch Gesundheitsförderung stärken, Netzwerke für Gesundheitsförderung nutzen

Freitag, 29. Oktober 2010 \_ Design Center Linz

### Anmeldung und Information:

Fonds Gesundes Österreich \_ Mag.<sup>a</sup> Gerlinde Rohrauer Näf, MPH \_ Aspernbrückengasse 2 \_ 1020 Wien

Telefon 01 / 8950400-19 \_ E-Mail: [gerlinde.rohrauer@fgoe.org](mailto:gerlinde.rohrauer@fgoe.org)

## Österreichische Kontaktstelle

Oberösterreichische Gebietskrankenkasse \_ Gruberstraße 77 \_ A - 4021 Linz

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

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

### Impressum:

Herausgeber: Österreichisches Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung

National Contact Office des European Network Workplace Health Promotion (ENWHP)

c/o OÖGKK \_ A - 4021 Linz \_ Gruberstraße 77 \_ Telefon: 05 78 07 - 10 35 01 \_ Fax: 05 78 07 - 10 35 10

Kontaktpartnerin: Elfriede Kiesewetter \_ E-mail: [elfriede.kiesewetter@oegkk.at](mailto:elfriede.kiesewetter@oegkk.at)