



Von Oktober 2005 bis Juni 2007 wurden im Auftrag des Fonds Gesundes Österreich in Kooperation mit dem Österreichischen Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung unter der Organisation von ÖSB Consulting in Zusammenarbeit mit Arbeitsleben KEG rund 300 GesundheitszirkelmoderatorInnen und rund 100 BGF-ProjektleiterInnen aus österreichischen Unternehmen ausgebildet. Bei dieser österreichweit stattfindenden Ausbildung äußerten die TeilnehmerInnen oftmals den Wunsch nach weiterem Austausch bzw. Fortbildung über das Seminar hinaus. Im Auftrag des FGÖ fand erstmalig unter der Moderation von Mag. Wilhelm Baier am 14. November 2007 ein solches Vernetzungs-/Fortbildungstreffen für GesundheitszirkelmoderatorInnen in Wien statt. Rund 30 MitarbeiterInnen aus verschiedensten Unternehmen kamen zur Veranstaltung um ihre Erfahrungen in der Umsetzung mit Gesundheitszirkelmoderation auszutauschen.

Für rege Diskussion sorgte nach den Eröffnungsreden von Frau Elfriede Kiesewetter (Vertreterin der österreichischen Kontaktstelle BGF, OÖGKK), Herrn Dr. Klaus Ropin (Gesundheitsreferent des Fonds Gesundes Österreich) und Herrn Bernhard Wolf (Bereichsleiter Productive Ageing der Ösb Consulting) der Experteninput von Dr. Heinrich Geißler (Beratung & Forschung - Geissler). Speziellen Fokus legte Dr. Geißler auf das zunehmend an Bedeutung gewinnende Thema Führung in den Gesundheitszirkeln. „Führung kommt

vor allem indirekt/generalisierend zur Sprache, z. B. Betriebsklima/Fehlende Anerkennung, Informationsmangel, Umstrukturierungen/Arbeitsplatzunsicherheit, schlechte Arbeitsorganisation ...“ meint Dr. Geißler. Dabei belegen die Erfahrungen der GesundheitszirkelmoderatorInnen, den großen Einfluss höherer Anerkennung auf die Gesundheit der MitarbeiterInnen. Um den daraus bestehenden Bedarf an Sensibilisierung und Qualifizierung der Führungskräfte nachzukommen, ist ab Herbst 2008 ein neues Seminarangebot im Rahmen der Ausbildungsschiene für Betriebliche Gesundheitsförderung des Fonds Gesundes Österreich speziell für diese Zielgruppe geplant. Detaillierte Informationen dazu in Kürze auf [www.fgoe.org](http://www.fgoe.org) sowie [www.netzwerk-bgf.at](http://www.netzwerk-bgf.at). Der Nachmittag des GesundheitszirkelmoderatorenInnen-Treffens stand ganz im Zeichen des Austausches zu Fragen wie

- Meine Aufgabe als Gesundheitszirkelmoderator/in bei der Umsetzung von Maßnahmen?
- Themenzentrierte Gesundheitszirkel: Erfahrungen? Was spricht dafür? Umgang damit?
- Wie können vorhandene Ressourcen/Gesundheitspotenziale noch verstärkt werden?

Die Veranstaltung hat sehr positiven Anklang bei den TeilnehmerInnen gefunden und wird künftig jährlich in unterschiedlichen Bundesländern statt finden.

**Aktuelle Termine vormerken:** Vernetzung/Fortbildung für BGF-ProjektleiterInnen – **12. Juni 2008 in Wien**  
Vernetzung/Fortbildung für GesundheitszirkelmoderatorInnen – **16. Oktober 2008 in Salzburg**

### AK-Gesundheitssymposium

Umgangssprachlich gehört es zum Alltagswissen: Schlechte Arbeitsbedingungen sind auf Dauer kaum zu „ertragen“, weder psychisch noch physisch. Internationale Studien, europäische Umfragen unter unselbständig Erwerbstätigen und zuletzt auch der österreichische Fehlzeitenreport belegen: Rückenschmerzen und psychischer Druck am Arbeitsplatz haben in den letzten Jahren massiv zugenommen. Darüber hinaus weisen Studien auf Zusammenhänge zwischen beiden Phänomenen hin. Die Arbeiterkammer OÖ veranstaltet daher in Kooperation mit der AUVA und der OÖGKK ein internationales Gesundheitssymposium mit dem Thema:

**Rücken und Psyche unter Druck!** Strategien gegen gesund-

heitsgefährdende Belastungen in der Arbeitswelt. Im Rahmen dieses Gesundheitssymposiums werden von internationalen und österreichischen ExpertenInnen einerseits die Problemlagen erörtert, andererseits werden in Workshops entsprechende betriebliche Handlungsansätze präsentiert, bearbeitet und diskutiert.

**19. Juni 2008, 8.30 - 17.30 Uhr in den Repräsentationsräumen der Johannes-Kepler-Universität Linz**

Anmeldungen bitte bis spätestens 9. Juni 2008 an das AK Bildungshaus Jägermayrhof, Römerstraße 98, 4020 Linz, Telefon: 050 / 6906 - 5445; E-Mail: [bgf@akoee.at](mailto:bgf@akoee.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@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)

### 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 Kontaktstelle  
€ 14,40

Impressum: Herausgeber: Österreichische Kontaktstelle für betriebliche Gesundheitsförderung c/o OÖGKK, A - 4021 Linz, Gruberstraße 77, Telefon 05 78 07 - 10 35 01, Fax 05 78 07 - 10 35 10, E-Mail: [elfriede.kiesewetter@oegkk.at](mailto:elfriede.kiesewetter@oegkk.at), Kontaktpartnerin: Elfriede Kiesewetter. „Weder die Europäische Kommission noch eine in ihrem Namen handelnde Person kann für die eventuellen Folgen einer Verwendung der nachstehenden Informationen verantwortlich gemacht werden“.

# NEWSletter

1/08

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

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Regionalstellen:



Unsere Partner:



## Die BVA als neuer Partner im Österreichischen Netzwerk für Betriebliche Gesundheitsförderung

Gesundheit wird von Menschen in ihrer täglichen Umwelt geschaffen und gelebt dort wo sie spielen, lernen und arbeiten. Gesundheitsförderung steht für einen ganzheitlichen, dynamischen Ansatz. Nicht nur Veranlagung, Lebensstil und Medizin haben Einfluss auf die Gesundheit eines Menschen, auch Arbeitswelt und Umwelt spielen eine bedeutende Rolle.



Die Gesundheitsförderung der BVA will den Menschen gesundheitsgerechtes Verhalten nahebringen. Sie will den Einzelnen zum Experten für seine Gesundheit machen und ihn zu eigenverantwortlichem Handeln anleiten. Je früher Maßnahmen zur Gesundheitsförderung gesetzt werden, desto wirkungsvoller sind sie. Die BVA setzt seit geraumer Zeit auch im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung verstärkt Akzente. Projekte mit aktuellen Schwerpunkten werden begleitet, gefördert oder initiiert. Die BVA bietet für Projekte zur betrieblichen Gesundheitsförderung folgende Leistungen an:

Leistungsangebot österreichweit

- Beratung bei der Projektkonzeption
- Information über die regionalen Netzwerkpartner
- Mitarbeit in der Steuerungsgruppe
- Unterstützung und Beratung bei der Suche nach Aktivitäten und Angeboten
- Unterstützung bei der Vernetzung mit anderen Projektbetreibern
- IMPULS Gesundheitsstraße (5RisikenCheck)
- Finanzielle Unterstützung
- Öffentlichkeitsarbeit (Berichte auf der Homepage der BVA)
- Zuschuss für Therapiekurs zur ambulanten Raucherentwöhnung

Leistungsangebote in den Bundesländern (nach regionaler Verfügbarkeit)

- Leitung von Gesundheitszirkeln
- Zuschuss zu Rückenschulungskursen
- Ernährungsvortrag
- Vortrag und Kurs zum Thema Bildschirmarbeit (Schwerpunkt Augen)
- NordicWalkingKurs

**Dr. Johannes Trauner, Tel 050405 -21700, E-Mail: [johannes.trauner@bva.sozvers.at](mailto:johannes.trauner@bva.sozvers.at)**  
Weitere Details lesen Sie auf [www.bva.at](http://www.bva.at)

# „Kleine Betriebe meistern Stress“

**Bericht vom Seminar für UnternehmerInnen, Führungskräfte, BetriebsrätInnen und Sicherheitsvertrauenspersonen in Linz von Mag.<sup>a</sup> Brigitta Geißler-Gruber, arbeitsleben**

„Ich kann und will mir als Unternehmerin Stress nicht leisten. Ich selbst muss einsatzfähig bleiben und ich brauche einsatzfähige MitarbeiterInnen die sowohl heute als auch morgen zuverlässig-gute Arbeit leisten und ausgeglichen unsere KundInnen betreuen.“

In der Arbeitswelt fehlt es nicht an immer wieder neuen Herausforderungen und Zielen. Die allermeisten Beschäftigten scheuen auch nicht diese Anstrengungen. Sie kommen aber unter Druck, wenn es aus ihrer Sicht unverständliche Erschwerungen gibt, ihnen Mittel und Wege fehlen, um die Arbeit zu bewältigen und ihre Anstrengungen nicht jene Früchte tragen oder jene Anerkennung erfahren, die sie erwarten.

Langandauernde, nicht bewältigbare Arbeitsbelastungen können dann früher oder später zu Unzufriedenheit, Unbehagen und höherer Krankheitsanfälligkeit führen. So wie Menschen leiden, erfahren im selben Zuge auch Produktivität und Qualität des Unternehmens durch stressanfällige Arbeitsprozesse einen Schaden. Also handeln und vorbeugen – aber wie?

## IMPULS-Test im Betrieb

In Österreich wurde ein einfaches, effektives und vom Betrieb selbst durchzuführendes Verfahren – IMPULS – entwickelt, das Stressauslöser vermindern hilft, um Entwicklungs- und Leistungspotenziale im Betrieb und Belegschaft zu entfalten.

Es wird nicht an stressanfälligen Personen „herumgedoktert“, sondern am Kern vielen Übels durch Optimierung von Arbeitsbedingungen und an die Entwicklung förderlicher Organisationsbedingungen gemeinsam herangegangen. Mit welchen Werkzeugen und wie dies innerbetrieblich mit

Einbindung von Führung und Beschäftigten angegangen werden kann, vermittelt theoretisch wie praktisch das Seminar „Kleine Betriebe meistern Stress“. Acht TeilnehmerInnen aus kleinen Betrieben unterschiedlicher Branchen haben sich im Februar 2008 zwei Tage dafür von ihren betrieblichen Pflichten freigegeben. Neben dem Erfahrungsaustausch im Kreis von UnternehmerInnen, Führungskräften und Sicherheitsvertrauenspersonen stand die Vermittlung und gleichzeitige praktische Erprobung des Gefährdungsbeurteilungs- und Optimierungsverfahrens IMPULS anhand konkreter, eigener persönlicher Belastungen und Ressourcen im Mittelpunkt. In einem Durchgang haben sie ein Verfahren und gleichzeitig ein paar Ansätze für die Lösung eigener Belastungen kennengelernt.



Ziel war es, dass die TeilnehmerInnen aus dem Seminar hinausgehen und es bei Interesse am nächsten Tag im Unternehmen umsetzen können.

Beispiel: Die Seminarteilnehmerin und Unternehmerin Christine Fuchs von Funk Fuchs aus Sattledt ([www.funkfuchs.at](http://www.funkfuchs.at)) hat den IMPULS-Test im Betrieb bei 30 MitarbeiterInnen gestartet und lässt die Ergebnisse bereits in ihren Organisationsentwicklungsprozess einfließen.

Konkrete Informationen können Sie sich bei den Regionalstellen des ÖNBGF einholen:

## Ihr Ansprechpartner/In des Netzwerkes Betriebliche Gesundheitsförderung:

 <p>Burgenländische Gebietskrankenkasse Dr.<sup>m</sup> Brigitta Fritz Esterhazyplatz 3 7000 Eisenstadt Tel. (02682) 608 - 10 60 Fax: (02682) 608 - 41 10 60 brigitte.fritz@bgkk.at</p>	 <p>Kärntner Gebietskrankenkasse Claudia Stumpf Kempfstraße 8 9021 Klagenfurt Tel. (050) 58 55 - 21 22 Fax: (050) 58 55 - 821 22 claudia.stumpf@gkk.at</p>	 <p>Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft Leopold Steinbauer Wiedner Hauptstraße 84-86 1051 Wien Tel. (01) 546 54 - 35 89 Fax: (01) 546 54 - 25 35 leopold.steinbauer@sva.sozvers.at</p>	 <p>Steiermärkische Gebietskrankenkasse Mag.<sup>a</sup> Christina Finding Josef-Pongratz-Platz 1 8010 Graz Tel. (0316) 80 35 - 12 11 Fax: (0316) 80 35 - 66 12 11 christina.finding@stgkk.at</p>	 <p>Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau Mag.<sup>a</sup> Beate Atzler Hai deggenweg 40a 8044 Graz Tel. (0316) 39 11 02 - 102 Fax: (0316) 39 11 01 - 717 beate.atzler@vaeb.at</p>	 <p>Tiroler Gebietskrankenkasse Peter Frizzi Klara-Pörtl-Weg 2 6020 Innsbruck Tel. 05 91 60 - 17 11 Fax: 05 91 60 - 517 11 peter.frizzi@tgkk.at</p>
 <p>Salzburger Gebietskrankenkasse Elisabeth Zeisberger Engelbert-Weiß-Weg 10 5021 Salzburg Tel. (0662) 88 89 - 10 41 Fax: (0662) 88 89 - 310 41 elisabeth.zeisberger@sgkk.at</p>	 <p>Wiener Gebietskrankenkasse Abteilung Gesundheitspolitik und Prävention Wienerbergstr. 15-19 1100 Wien Tel. (01) 601 22 - 37 77 Fax: (01) 601 22 - 23 69 gesundheitsfoerderung@wgkk.at</p>	 <p>Niederösterreichische Gebietskrankenkasse Leo Manseder Kremsler Landstraße 3 3100 St. Pölten Tel. 05 08 99 - 62 15 Fax: 05 08 99 - 62 80 leo.manseder@noegkk.at</p>	 <p>Vorarlberger Gebietskrankenkasse Carolin Amann Jahngasse 4 6850 Dornbirn Tel. 050 84 55 - 1112 Fax: 050 84 55 - 81112 E-mail: carolin.amann@vgkk.at</p>	 <p>Oberösterreichische Gebietskrankenkasse Bettina Stadlmayr Gruberstraße 77 4021 Linz Tel. 05 78 07 - 10 35 19 Fax: 05 78 07 - 10 35 10 bettina.stadlmayr@oegkk.at</p>	<p><a href="http://www.netzwerk-bgf.at">www.netzwerk-bgf.at</a></p>



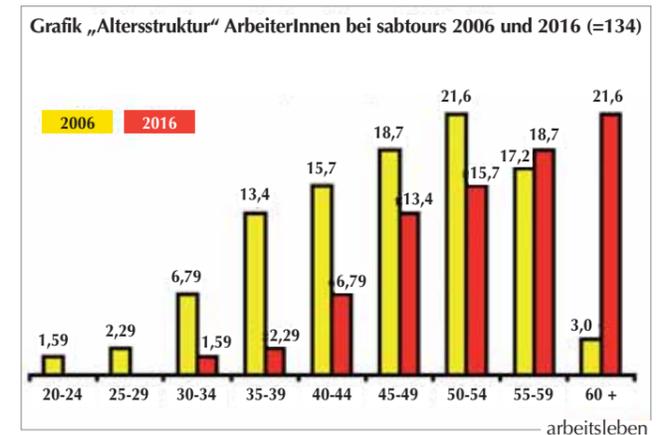
# Busfahren soll ein Lebensberuf werden!

sabtours setzt Initiativen für älter werdende Beschäftigte

**Das Personalpflege- und Personalentwicklungsprogramm zur Erhaltung des Arbeitsvermögens und für mehr Lebensqualität im Beruf**

„Die Unternehmensgruppe sabbours ist seit mehr als 45 Jahre erfolgreich im Touristik- und Busbereich tätig. Wir freuen uns über ein kontinuierliches gesundes Wachstum aus eigener Kraft, wodurch auch in Zukunft unsere Arbeitsplätze gesichert sein werden. Wir freuen uns auch über viele langjährige, loyale MitarbeiterInnen, deren Einsatz und Erfahrung viel zum Erfolg des Unternehmens beigetragen haben. Wir sehen aber auch die Veränderungen in der Arbeitswelt. Die Belastungen steigen, die Lebensarbeitszeit wird durch die Pensionsreform verlängert, sinkende Geburtenziffern und steigendes Lebensalter verändern die Altersstrukturen auch im Betrieb. Die Tatsache, dass das Pensionseintrittsalter von früher durchschnittlich 57 auf zukünftig 65 Jahren steigt und dass mit höherem Lebensalter die Wahrscheinlichkeit für durchschnittlich längere Krankenstände gegeben ist, hat uns dazu bewogen, nach Gesundheitsvorsorge- und -fördermöglichkeiten zu suchen. Dazu haben wir in Zusammenarbeit mit der OÖGKK, dem Fonds Gesundes Österreich und mit externer Unterstützung durch Frau Mag.<sup>a</sup> Brigitta Geißler-Gruber das Projekt „Busfahren ein Lebensberuf“ ins Leben gerufen.“

Ziel des Projektes ist es, auch für älter werdende und gesundheitlich gefährdete MitarbeiterInnen bewältigbare Arbeitsbedingungen zu schaffen bzw. mehr auf die Bedürfnisse und Möglichkeiten dieser Gruppe einzugehen,“ so der Geschäftsführer Wolfgang Stöttinger zum Anlass des Projektes.



Künftig werden mehr über 50-Jährige als unter 30-Jährige in den Betrieben arbeiten. Das bedeutet, dass man ein besonderes Augenmerk auf die Erhaltung der Gesundheit und der Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten legen muss.

## sabbours macht sich für den demografischen Wandel fit

Früher meinte man, dass „Busfahren kein Lebensberuf ist“. Nur knapp 3% der BusfahrerInnen haben in den 90er Jahren ihre Berufstätigkeit wegen des Erreichens der gesetzlichen Altersgrenze beendet. Die häufigsten Erkrankungen,



die zur Fahrdienstuntauglichkeit führten, betrafen Herz-Kreislauf, Bewegungs- und Stützapparat, Magen Darm und die Seele. Diese für den Mitarbeiter und den Betrieb bedauerlichen und schmerzlichen Entwicklungen will sabbours verhüten. Das war auch der Grund, für den Start des Projektes „Busfahren ein Lebensberuf“.

## Führung fördert Arbeitsfähigkeit - gesundheitsfördernde Führung

Besondere Erwartungen werden in diesem Projekt an das Instrument „Gesunde Dialoge“ zwischen MitarbeiterInnen und unmittelbaren Vorgesetzten gestellt mit dem Ansatz, von Gesunden zu lernen. In den MitarbeiterInnengesprächen geht es immer darum, die Beziehung zwischen Vorgesetzten und Mitarbeiter zu pflegen, sich besser zu verstehen und die Arbeitsfähigkeit aufrechtzuerhalten. Im Zuge des Projektes wurde den geschäftsführenden Führungskräften ein exzellentes Schulungsprogramm angeboten.

Im Sommer 2007 haben die Führungskräfte die ersten wertschätzenden MitarbeiterInnen-Gespräche geführt. 125 Beschäftigte wurden bisher mit dem anerkennenden Erfahrungsaustausch, um von Gesunden und Gesundeten zu lernen, erreicht.

Die Hinweise der MitarbeiterInnen, was bei der Arbeit gefällt oder was im Unternehmen geschätzt wird und was bei der Arbeit stört und belastet, wurden ernstgenommen. In einem Maßnahmenworkshop hat die Geschäftsführung eine Reihe von Führungskräften, BelegschaftsvertreterInnen, die Arbeitsmedizinerin und MitarbeiterInnen eingeladen, um gemeinsam Maßnahmen zu entwickeln. Der beschlossene Aktionsplan, der im Gesundheitsbericht veröffentlicht wurde, wird laufend bis Ende 2008 umgesetzt.

## Aktionsplan wird bis 2008 umgesetzt

In diesem Frühjahr folgen nun die „achtsamen Arbeitsbewältigungsgespräche“ zwischen Führungskräften und ihren gesundheitlich gefährdeten MitarbeiterInnen.

Die Ziele des Programms sind die Erhaltung des Arbeitsvermögens und die Stärkung der Arbeitszufriedenheit bis zum Pensionseintritt sowie die Förderung des Wohlbefindens der MitarbeiterInnen am Arbeitsplatz.

Das Projekt dauert von 2007 bis 2009 und soll im Sinne der Nachhaltigkeit darüber hinaus weitergeführt werden.

**Bericht von der Projektleiterin Mag.<sup>a</sup> Marie Luise Stöttinger**