

NOTIZEN

Europäisches Netzwerk

„Tirol und Österreich sind Teile eines europäischen Netzwerkes, das allen Betrieben ein qualitativ und quantitativ evaluierbares Standard-Programm anbietet“, betont Peter Frizzi, Koordinator in der TGKK für Tirol.

Wenn das Grundprojekt steht, geht es folgendermaßen weiter:

In **Stufe 1** unterzeichnet das Unternehmen eine „Charta“. In diesem Dokument wird die Absicht, sich der betrieblichen Gesundheitsförderung zu verschreiben, dokumentiert.

Stufe 2 enthält ein Gütesiegel für Unternehmen, die die betriebliche Gesundheitsvorsorge nach den Kriterien des europäischen Netzwerkes realisiert haben. Das Gütesiegel wird für drei Jahre verliehen und kann dann neu beantragt werden. Als Anreiz wird neben der Auszeichnung mit Plakette und Urkunde eine Fortbildungsmöglichkeit angeboten.

Stufe 3 prämiiert Spitzenleistungen der betrieblichen Gesundheitsförderung. Alle zwei Jahre werden Unternehmen unter 100 Mitarbeiter und über 100 Mitarbeiter im Rahmen einer Gala mit einem Sonderpreis ausgezeichnet. Sponsoren sind die Bundesarbeitskammer sowie die Wirtschaftskammer mit der Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft.

Die Ausschreibungsunterlagen und Erfahrungsaustausch auf www.netzwerk-bgf.at

Tiroler Initiativen

In Tirol gibt es bereits mehrere funktionierende Initiativen. Einige davon sind auf dieser Seite dargestellt. Sowohl die Unternehmen als auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben ein gemeinsames Interesse an Gesundheitsförderung:

Das Unternehmen profitiert durch:

- erhöhte Arbeitszufriedenheit und Arbeitsproduktivität,
- gesteigerte Produkt- und Dienstleistungsqualität,
- verbesserte betriebliche Kommunikation und Kooperation,
- langfristige Senkung von Krankheitskosten,
- Imageaufwertung für das Unternehmen;
- Die Mitarbeiter gewinnen Pluspunkte für die Arbeits- und Lebensqualität:
- durch weniger Arbeitsbelastung,
- verringerte gesundheitliche Beschwerden,
- gesteigertes Wohlbefinden,
- besseres Betriebsklima, gesünderes Verhalten in Betrieb und Freizeit.

Gemäß § 26 MedienG handelt es sich bei dieser Seite um eine „entgeltliche Einschaltung“.

Gerne arbeiten bringt Erfolg!

Gesunde, motivierte und leistungsfähige Mitarbeiter sind für den Erfolg in der Arbeitswelt entscheidend

Mitarbeiter, die sich am Arbeitsplatz wohl fühlen und Freude an der Arbeit haben, stärken die betriebliche Leistungskraft und sind auch in ihrer Freizeit ausgeglichener.

Dies zu fördern, hat sich Peter Frizzi von der TGKK vorgenommen. Frizzi ist Tirols Regionalstellenleiter des Österreichischen Netzwerkes „Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)“ mit Sitz in der TGKK. Sein Ziel lautet, möglichst viele Tiroler Betriebe dazu zu ermuntern, über die gesetzlich vorgeschriebenen Regeln hinaus Initiativen für das Wohl ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Arbeitsplatz zu setzen.

Was steckt dahinter?

Betriebliche Gesundheitsvorsorge nimmt die Arbeitsbelastungen ins Visier. Gesundheitsschädigende Verhaltensweisen der Beschäftigten werden positiv beeinflusst durch Ernährungsberatung, Rückenschulen, Anleitungen zur Stressbewältigung und dergleichen Gesundheitsfördernde Maßnahmen verbessern dabei die

Betriebskultur, die Teamarbeit, die Arbeitsorganisation und auch die Kommunikation untereinander.

Die Vorteile

Die Beschäftigten und die Unternehmer haben ein gemeinsames Interesse an Gesundheitsförderung: Die



„Möchte möglichst viele Betriebe zur Teilnahme ermuntern.“

PETER FRIZZI

Foto: TGKK

einen wollen gesund bleiben und sich wohl fühlen, die anderen möchten mit gesunden, leistungsfähigen Mitarbeitern im Wettbewerb bestehen.

Wer macht was?

- Die Steuerungsgruppe (z.B. Vertreter aus dem Management, Betriebsarzt, Betriebsrat) definiert ein Projektziel und begleitet es.
- Durch die Mitarbeiter-

befragung wird eine Istanalyse bzw. Evaluierung erstellt.

• In Gesundheitszirkeln setzen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit ihren Arbeitsbedingungen auseinander und entwickeln Lösungsmöglichkeiten, die dann der Steuerungsgruppe vorgelegt werden.

• Abschließend erstellt das Unternehmen einen Gesundheitsbericht.

Bis zu 50% gefördert

Tiroler Betriebe erhalten für gesundheitsfördernde Initiativen vom Fonds Gesundes Österreich finanzielle Unterstützung. Diese betragen bis zu 50 Prozent der Projektkosten und reichen in Tirol von 2000 bis bereits 50.000 Euro. Auch die TGKK steht mit Herrn Peter Frizzi beratend und helfend zur Seite. Unterstützt werden zum Beispiel Seminarkosten, Turnsaalmieten, Bewegungstrainer, Therapeuten und verschiedene Maßnahmen in der Freizeit.

Kontakt: Peter Frizzi, TGKK, Klara-Pölt-Weg 2, 6020 Innsbruck, Tel. 059 160-17 11, E-Mail: peter.frizzi@tgkk.sozvers.at.



Bewegung zwischendurch ist vor allem bei sitzender Bürotätigkeit eine willkommene Abwechslung. Foto: Mev

Tiroler Gebietskrankenkasse

TGKK

» Die Gesundheitskasse «

AK setzt Initiative

„Gesundheitsförderung beginnt im eigenen Betrieb“ – unter diesem Motto hat AK-Präsident Dinkhauser in der Arbeitskammer ein für Tirol neues Projekt gestartet.

Nach einer umfangreichen Erhebung mittels anonymisiertem Fragebogen unter den 196 Mitarbeitern – bei 84 Prozent Beteiligung – wird nun mit der Umsetzung des Pilotprojektes begonnen. In vier Gesundheitszirkeln werden konkrete Lösungen für gesundheitliche Fragen und Probleme in Abstimmung mit allen Mitarbeitern erarbeitet. Welche gesundheitlichen Probleme bestehen? Wie kann Abhilfe geschaffen werden? Wie lassen sich Vorsorge-

maßnahmen umsetzen und vieles mehr? Betreut wird die Aktion intern von Matthias Bachmann und extern von



„AK startete ein Pilotprojekt für Tirol.“

MATTHIAS BACHMANN

Foto: AK

Dagmar Deixelberger-Fritz. Ein weiteres Ziel ist, die gewonnenen Erfahrungen allen interessierten Unternehmen und damit möglichst vielen Tiroler Beschäftigten zukommen zu lassen.

GESUNDHEITSDINFO



Krankenkstände sind teuer, gesunde Menschen in unseren Betrieben – Unternehmer wie Mitarbeiter – sind eine wichtige Basis für den wirtschaftlichen Erfolg nicht nur des Unternehmens, sondern letztlich auch für das ganze Land. VON PETER REITER

Tolle Angebote – abholbereit!

Um das Gesundheitsbewusstsein bei Arbeitgebern und Arbeitnehmern zu wecken, wurde im Vorjahr die Tiroler Plattform für „Betriebliche Gesundheitsförderung und Arbeitsmedizin“ gegründet. Sie ist sehr aktiv. So finden heuer in den Bezirksstellen der Wirtschaftskammer in Schwaz und Reutte Gesundheitstage für Betriebe und ihre Mitarbeiter statt. Bei diesen

werden neue Erkenntnisse über eine gesunde Arbeitswelt vermittelt.

Als Obmann der Plattform appelliere ich auch namens der Wirtschaftskammer Tirol an die über 30.000 Unternehmer im Land, die ausgezeichneten Angebote der Plattform und des Österreichischen Netzwerkes für betriebliche Gesundheitsförderung anzunehmen. Ich möch-

te auch auf die Aktion „G'sundheit in unseren Betrieben“ hinweisen, die die Wirtschaftskammer Tirol gemeinsam mit Partnern abwickelt. Als Anreiz bietet der Fonds „Gesundes Österreich“ Unterstützung bis zu 50 Prozent der Projektkosten an. Der Peter Reiter ist Obmann der Tiroler Plattform für betriebliche Gesundheitsförderung und Arbeitsmedizin.

Tiroler Unternehmen fördern die Gesundheit

Es gibt in Tirol etliche Firmen, die für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter wesentlich mehr tun, als sie tun müssten.

Hans Hampl, Tischlerei Lüth, Zirl: „Jeden morgen um neun Uhr saugt ein Lehrling den Boden und legt Matten auf. Dann machen wir alle, von den Chefs bis zum Lehrling, zehn Minuten Entspannung und Wirbelsäulengymnastik. Das ist zunächst gerade für neue Mitarbeiter ungewohnt. Aber schon bald geht jedem etwas ab, wenn er nicht mit dabei ist. Eine gesunde Wirbelsäule ist gerade für Tischler ganz entscheidend, müssen wir doch immer wieder schwere Stücke tragen.“

Claudia Stern, Sportwissenschaftlerin: „Ich betreue unter anderem bei Swarowski die ‚Bewegungspause‘. Dabei geht es um zehnmütiges Turnen. Zunächst wird aufgelockert, dann fol-

gen Dehnungsübungen zur Entspannung der Nacken- und Schultermuskulatur. Obwohl das auf freiwilliger Basis beruht, machen Jahr für Jahr mehr Mitarbeiter begeistert mit. Mein Fitness-Tipp für PC-Arbeiter: Alle paar Stunden die Maus auslassen, einen



„Tischler brauchen eine gesunde Wirbelsäule.“

HANS HAMPL

Foto: Hampl

lockeren Stand einnehmen, leichtes Beckenkreisen, bewusst einen Rundrücken machen, sodass man jeden Wirbel spürt, langsam aufrichten zur vollen Größe und die Hände zur Decke strecken.“

Rolanda Hörmanseder, Betriebsratsvorsitzende

des Bischöflichen Ordinariates der Diözese Innsbruck: „Wir starteten im Jänner unser Projekt ‚Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz‘ mit einer Betriebsversammlung und einem Wintersporttag. Inzwischen bietet ein Mitar-



„Die Bewegungspause entspannt Verspanntes.“

CLAUDIA STERN

Foto: Stern

beiter einmal pro Woche in der Mittagspause ‚Linedance‘ an. Als nächstes haben wir Wirbelsäulengymnastik auf dem Programm. Zum Wohlbefinden wird auch eine Initiative für gesunde Ernährung beitragen, wobei wir den spirituellen Hintergrund

der Fastenzeit betonen. Das ganze soll sich rasch zu einem Selbstläufer entwickeln, indem die Leute Multiplikatoren werden, Ideen einbringen und diese auch umsetzen.“

Gesundheitstrainerin Petra Grössl-Wechselberger, Betriebsratsvorsitzende



„Alle sollen Ideen einbringen.“

ROLANDA HÖRMANSEDER

Foto: Hörmanseder

de und Projektkoordinatorin am BKH Schwaz: „Im Krankenhaus Schwaz liegt uns nicht allein die Gesundheit der Patienten, sondern auch das Wohlergehen der Belegschaft und der Bevölkerung des Einzugsgebietes am Herzen. Deshalb haben

tionen wie gesunder Schlaf, Fit im Job oder Heilkräuter/Gesunde Apotheke gestartet. Fachexperten wie Ärzte der verschiedenen Abteilungen und unseren Betriebsarzt haben wir ja im Haus. Eines der nächsten Themen befasst sich mit Übergewicht.“



„Mein Wunsch: Andere sollen sich anschließen.“

P. GRÖSSL-WECHSELBERGER

Foto: Grössl-W.