

Mehr Gesundheit in Tirols Betrieben

Das Netzwerk „Betriebliche Gesundheitsförderung“ bemüht sich österreichweit um ein optimales Arbeitsumfeld.

Die Tiroler Plattform für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) kann sich sehen lassen, gehört ihr doch alles an, was Rang und Namen hat: TGKK, AK, ÖGB, Wirtschaftskammer, Industriellenvereinigung, Versicherer sowie bedeutende Privatbetriebe. Mitglieder sind weiters die Ärztekammer, die Sozialversicherungsträger SVA, AU-



„Gesunde und motivierte Mitarbeiter sind das wichtigste Kapital für ein Unternehmen.“

Peter Reiter

Foto: WK Tirol

VA und PV, das Land Tirol ist Kooperationspartner. Plattform-Obmann Peter Reiter ist zuversichtlich, immer mehr Betriebe zum Mitmachen animieren zu können: „Gesunde und motivierte Mitarbeiter sind das wichtigste Kapital für ein Unternehmen. Umgekehrt wird die Produktivität in einem Betrieb zu wünschen übrig lassen, der mit hohen Krankenstandsdaten und frustrierten Mitarbeitern zu kämpfen hat.“

Kostenfaktor Krankheit

Betriebs- und volkswirtschaftlich gesehen entstehen durch kranke Mitarbeiter enorme Kosten, betont Rei-

ter: Entgeltfortzahlung, Überstundenentgelt für andere Arbeitnehmer oder Aushilfen, verzögerte Lieferfristen mit Pönalezahlungen, teure Fluktuation, Kosten für die Krankenversicherung, Unfallrenten bis hin zu einem vorzeitigen Pensionsantritt.

Weniger Arbeitsunfälle

Durch die gesetzlich vorgeschriebene Gefahrenevaluierung (vorbeugende Überprüfung der Arbeitsplätze auf mögliche Gefahren für Sicherheit und Gesundheit) ist es gelungen, die Zahl der Arbeitsunfälle deutlich zu senken. Immer wichtiger sind jedoch auch ergonomisch richtig gestaltete Arbeitsplätze und Arbeitsgeräte, unbedenkliche Arbeitsstoffe etc. Damit werden einseitige Belastungen oder Verspannungen, die oft zu langwierigen Erkrankungen führen, verhindert. Arbeitsstress führt häufig zum Burn-out-Syndrom, zu Erkrankungen und Kündigungen, dasselbe gilt für ein schlechtes Betriebsklima, Mobbing etc.

Lohnende Investitionen

Erfolgreiche Unternehmen haben dies erkannt und investieren in die Gesundheit ihrer Mitarbeiter, kommt doch jeder Euro dreifach zurück. Das betriebliche Arbeitsumfeld bietet eine Reihe von Möglichkeiten, Motivation und Gesundheit der Mitarbeiter zu fördern: ein freundliches Ambiente mit Pflanzen, positive Farbgestaltung im Betrieb, Entspannungspausen, gesunde Ernährung im Betrieb, ein Wasserkrug auf jedem Tisch, betriebliche Aus- und Weiterbildung, Mediation, Freizeitsportangebote etc. Auch auf die unmittelbare persönliche Lebenseinstellung kann der Betrieb einwirken. Als Bei-



Im angenehmen Ambiente macht Arbeiten Spaß, die Leistungsfähigkeit und Gesundheit der Mitarbeiter bleiben erhalten. Immer mehr Unternehmer sorgen für entsprechende Rahmenbedingungen. Foto: Keystone

spiele nennt Reiter Vorträge zu Ernährungsgewohnheiten, Alkoholkonsum, Raucherentwöhnung oder Animation zu Sportaktivitäten. Reiter ist überzeugt davon, dass be-

triebliche Gesundheitsförderung eine wichtige Führungsaufgabe ist, die immer mehr an Bedeutung gewinnen wird. „Unser Arbeitsmarkt wird sich in den nächsten Jahren

massiv verändern. Immer weniger Schulabgänger werden in das Arbeitsleben eintreten. Umso wichtiger sind gesunde, nachhaltig motivierte Mitarbeiter.“

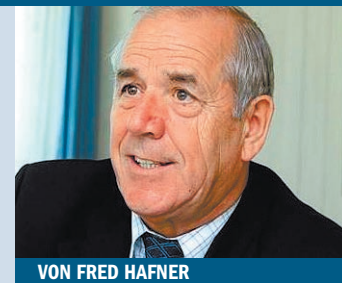
GESUNDHEITSDIENST

Beide Beteiligten sind gefordert

Als langjähriger Belegschaftsvertreter weiß ich um die besondere Wichtigkeit eines gesunden Arbeitsplatzes sehr wohl Bescheid. Dabei ist „gesund“ hier in einem umfassenden Sinn zu verstehen: die richtige Arbeitsbelastung, der eigene Verantwortungsbereich, Entscheidungsspielräume, das Vorgesetztenverhalten, die soziale

Unterstützung und vor allem auch das persönliche Gesundheitsempfinden.

Wenn hier über einen längeren Zeitraum das rechte Maß verloren geht, dann schlägt sich dies unweigerlich auf die Gesundheit nieder. Die Folge sind höhere Krankenstände und sinkender Unternehmenserfolg mit all den unangenehmen Begleitumständen. Um eine richtige Balance zu gewährleisten, sind Unternehmer- und Mitarbeiterschaft jedoch gleichermaßen gefordert. Die einen, indem sie gesunde Rahmenbedingungen her-



VON FRED HAFNER

stellen, und die anderen, in dem sie sich aktiv um die eigene Gesundheit bzw. einen entsprechenden Lebensstil bemühen. Nur so entsteht ein faires Win-win-Verhältnis und beide Teile profitieren gleichermaßen.

Fred Hafner ist Obmann der TGKK.

Tiroler Gebietskrankenkasse

TGKK

» Die Gesundheitskasse «

Tiroler Kontakt für Gesundheitsprojekte

Unternehmer, Betriebsräte, Betriebsärzte und Mitarbeiterschaft, die kompetente Unterstützung beim Organisieren eines betrieblichen Gesundheitsprojektes wollen, können sich direkt an die Tiroler Gebietskrankenkasse wenden. TGKK-Experte Peter Frizzi kommt auch in ganz Tirol in die Firmen. Dieses TGKK-Service ist für die Betriebe kostenlos. Kontakt unter der Homepage www.tgkk.at, E-Mail: peter.frizzi@tgkk.at oder Tel. 059 160-17 11.



Mit festem Willen in eine rauchfreie Zukunft. Foto: Waldhäusl

Schluss mit dem blauen Dunst

Die Tiroler Gebietskrankenkasse bietet in Kooperation mit den Sozialversicherungsträgern und den Bundesländern das Rauchtelefon an. Unter 0810810013 kann man sich von Montag bis Freitag, von 15 bis 18 Uhr, von erfahrenen Gesundheitspsychologen umfassend zum Rauchstopp beraten lassen. Das Angebot gilt österreichweit zum Ortstarif. Weiterführende Informationen zum Thema „Tabakprävention“ gibt's rund um die Uhr im Internet unter www.rauchtelefon.at



Studenten können für die Dauer des Familienbeihilfebezugs mitversichert werden. Foto: Waldhäusl

Regeln für die Mitversicherung

Mitversichert sind Ehegatten, leibliche eheliche und uneheliche Kinder, Wahl-, Stief- und Enkelkinder. Eine Mitversicherung gibt es auch für haushaltsführende Personen. Kinder sind automatisch bei den Eltern mitversichert bis zum vollendeten 18. Lebensjahr. Bei einem Lehrverhältnis greift die eigenständige Versicherung. Bricht ein z. B. 16-jähriger Lehrling die Lehre vorzeitig ab, kommt automatisch die Angehörigeneigenschaft zum Tragen. Für Studenten und andere Berufsausbildungen gilt generell: Wenn weiterhin Familienbeihilfe bezahlt wird, dann verlängert sich auch die Angehörigeneigenschaft bis maximal zum 27. Lebensjahr.

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

Vorbild TGKK: Xund mit der Xundheitskasse

Engagierte Menschen kümmern sich darum, dass sich die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Tirol wohlfühlen und dadurch gesund bleiben.

Elisabeth Felder, Felder KG, Hall: „Als Erzeuger holzverarbeitender Maschinen sind wir den Umgang mit schweren Lasten gewohnt. Dafür gibt es entsprechende technische Unterstützung und Sicherheitsvorschriften. Genauso wichtig ist uns, dass die Mitarbeiter ein gesundes Leben führen. Dies wollen wir durch gezielte Angebote fördern. Derzeit unterstützen wir das Thema ‚Richtige Ernährung‘. Ebenso ein Anliegen ist uns die richtige Sitzhaltung zur Vorbeugung von Rückenleiden oder Tipps, wie den Stützapparat schonendes Heben von Lasten funktioniert. Außerdem wollen wir unsere Mitarbeiter zu möglichst viel und gesunder Bewegung animieren.“

Heinz Fuchsigs, Arbeitsmediziner, AUA: „Viele betrachten Gesundheit als etwas Selbstverständliches, dabei hängt diese von einem bunten Mosaik einzelner Angebote

ab. Etwa, wenn hauptsächlich sitzenden Mitarbeitern Anreize für Bewegung geboten werden. Auch in der Kantine essen die Leute bewusster, wenn die Vor-, Haupt- und Nachspeise nicht pauschal verrechnet wird. Ganz wichtig ist, dass die Arbeitsplätze und die Arbeit selbst möglichst menschengerecht eingerichtet sind. Hier bewähren sich



„Felder engagiert sich im Rahmen der Plattform Arbeitsmedizin intensiv für die Mitarbeitergesundheit.“

Elisabeth Felder

Foto: Ursprunger

Umfrage mit entsprechenden Empfehlungen.“

Dagmar Deixelberger-Fritz, Arbeitspsychologin: „Ich stelle eine Zunahme an Erschöpfungsdepressionen und Burn-outs fest. Dabei haben Probleme am Arbeitsplatz eine entscheidende Rolle, vor allem, wenn Mitarbeiter auch nach Dienstschluss nicht abschalten können.“



„Stimmen die Arbeitsbedingungen, bleiben die Leute gesünder und die Betriebe profitieren ganz klar.“

Heinz Fuchsigs

Foto: Fuchsigs

bleme der Mitarbeiter haben. So ist einer Mutter schon sehr geholfen, wenn sie Gleitzeit von einer halben Stunde bekommt, während der sie ihre Kinder selbst in Kindergarten oder Schule bringen kann.“

Peter Frizzi, in der TGKK für die betriebliche Gesundheitsförderung zuständig: „Es gibt ein österreichisches Netzwerk für Betriebliche



„Bessere Kinderbetreuungsangebote würden den Stress bei allein erziehenden Müttern verhindern.“

Dagmar Deixelberger-Fritz

Foto: D.-F.

Jahre. Geschäftsführung, Betriebsarzt, Betriebsrat bzw. Mitarbeitervertreter bilden eine Steuerungsgruppe. Diese setzt Gesundheitszirkel ein, in denen jeweils acht bis zehn Mitarbeiter in fünf bis sechs Sitzungen einen Maßnahmenkatalog zur Stärkung des gesundheitlichen Wohlbefindens erarbeiten. Dieser wird nach Entscheidung durch die



„Die Mitarbeiter erarbeiten in Gesundheitszirkeln Maßnahmen zur Stärkung des Wohlbefindens.“

Peter Frizzi

Foto: TGKK

Gesundheitszirkel, in denen Mitarbeiter und Chefs gemeinsam Vorschläge erarbeiten. Das kostet oft weniger als befürchtet, steigert aber das Lebensgefühl enorm. Die Tiroler Plattform für Arbeitsmedizin und Gesundheitsförderung präsentiert im Oktober die Ergebnisse einer großen

Besonders betroffen sind allein erziehende Mütter. Es sollten daher die Kinderbetreuungsangebote massiv ausgebaut werden. Betriebe ab einer bestimmten Größe sollten sich eigene Kindergärten überlegen. Wichtig ist ein Betriebsklima, in dem Vorgesetzte Verständnis für die Pro-

Gesundheitsförderung mit Regionalstellen in den Bundesländern. Diese Servicestellen werden in der Regel von den Gebietskrankenkassen betreut. In Tirol berate ich Betriebe direkt bzw. als externer Experte. Ein nachhaltiges Gesundheitsprojekt erstreckt sich etwa über zwei

Steuerungsgruppe umgesetzt, etwa Fortbildungsseminare, Mediationen, optimierte Arbeitsverteilung oder konkrete Verbesserungen an der Arbeitsstätte selbst usw. Auch in der TGKK selbst wurde unter dem Arbeitstitel ‚Xund in der Xundheitskasse‘ ein Gesundheitsprojekt gestartet.“