



P.b.b. Erscheinungsort Linz  
Verlagspostamt 4020 Linz

Informationsblatt der Kammer für Arbeiter  
und Angestellte für OÖ, Nr. 133/2004  
Zl.-Nr. GZ 02Z03937 M, DVR 0077747

# sicher gesund

Informationen für Sicherheitsvertrauenspersonen 4/2004

## Gesundheit im Betrieb fördern!

Ein Korb Äpfel für die Pause, gesundes Essen in der Kantine oder Rückengymnastik im Betrieb – ein wichtiger Beitrag zu einem gesunden Lebensstil. Allerdings: Betriebliche Gesundheitsförderung ist das alleine nicht. Es geht vielmehr darum, die Arbeitsabläufe und -bedingungen möglichst frei von krank machenden Faktoren zu gestalten.

Laut europäischen Studien sind 35 bis 50 Prozent der Krankenstandstage auf arbeitsbedingte Erkrankungen zurückzuführen. Zunehmend sind mangelhafte Kommunikation und fehlende Anerkennung sowie schlechtes Führungsverhalten Ursache von Erkrankungen oder innerlicher Kündigung. Darüber hinaus erfordern neue Arbeitsformen immer mehr Flexibilität und ein hohes Maß an Einsatzbereitschaft und Leistung von den Beschäftigten.



Auch zeichnet sich eine Verlängerung der Lebensarbeitszeit ab. All diese Faktoren tragen zu überdurchschnittlichem Druck auf Arbeitnehmer/-innen bei; die psychischen Belastungen steigen.

Die Gesundheit der Beschäftigten nicht nur zu schützen, sondern auch langfristig zu fördern, ist ein zentrales Handlungsfeld für Betriebsrät/-innen, Sicherheitsvertrauenspersonen und Präventivfachkräfte (Sicherheitsfachkräfte, Arbeitsmediziner/-innen und Arbeitspsycholog/-innen).

## Betriebliche Gesundheitsförderung



Betriebliche Gesundheitsförderung geht über die im ArbeitnehmerInnenschutzgesetz vorgeschriebene Identifizierung und Beseitigung von Gefährdungen und Belastungen hinaus. Die Weltgesundheitsorganisation hat 1986 mit der Ottawa-Charta einen umfassenden Ansatz zur Humanisierung der Arbeitswelt umrissen. Dem gemäß sind durch Gesundheitsförderung „anregende, sichere, befriedigende und angenehme Lebens- und Arbeitsbedingungen“ herzustellen. Ziel ist es, Arbeitsbedingungen, -abläufe und Entscheidungsprozesse im Betrieb derart zu gestalten, dass Erwerbsarbeit zur Gesundheit und zum Wohlbefinden der Beschäftigten beiträgt.

## Betriebliche Gesundheitsförderung

### Wie kommt es zur Betrieblichen Gesundheitsförderung?

Die Initiative für den Einstieg in die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) erfolgt in der Regel durch Geschäftsleitung, Betriebsrat, Sicherheitsvertrauensperson und/oder Präventivfachkräfte.



Die konkrete Auseinandersetzung mit BGF erfolgt dann oft in einem Projekt, zu dem sich Unternehmensführung und Betriebsrat klar bekennen müssen. Um die Nachhaltigkeit der Maßnahmen sicherzustellen, sollten Vertreter dieser

beiden Gruppen sinnvollerweise gemeinsam mit Sicherheitsvertrauensperson und Präventivfachkräften in der Planung und Umsetzung des Projektes zusammenarbeiten.

Projekte der Betrieblichen Gesundheitsförderung sind einem hohen Erwartungsdruck ausgesetzt.

Arbeitgeber erhoffen sich in der Regel wirtschaftliche Vorteile, zum Beispiel durch sinkende Krankenstände, Reduktion der Unfallzahlen sowie eine wachsende Leistungsfähigkeit und -bereitschaft der Mitarbeiter/-innen. Firmenimage und Kundenzufriedenheit sollen gesteigert werden.

Die Mitarbeiter/-innen erwarten sich mehr Arbeits- und Lebensqualität durch gerin-



gere Gesundheitsbelastungen, Abbau von Stress und Verbesserung des Betriebsklimas.

Dabei ist zu beachten, dass steigendes Wohlbefinden am Arbeitsplatz genauso wenig von heute auf morgen zu erreichen ist, wie die Einführung erhöhter Qualitätsstandards oder die Durchführung von technischen Verbesserungen bei der Produktion. Nur nachhaltige Maßnahmen, die über die Laufzeit eines Projekts hinausreichen und in den Regelbetrieb integriert werden, steigern die Arbeitszufriedenheit und führen zu vermehrter Motivation und Identifikation der Mitarbeiter/-innen mit dem Unternehmen. So profitieren alle: Arbeitgeber und Beschäftigte.

### Was ist bei der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu beachten?

Sinnvolle BGF umfasst „alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und der Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.“ So wurde betriebliche Gesundheitsförderung 1997 in der Luxemburger Deklaration auf europäischer Ebene definiert.

Dies kann nur – unter Einhaltung aller Vorschriften des ArbeitnehmerInnenschutzgesetzes – durch die Verknüpfung folgender Ansätze erreicht werden:

- > Verbesserung der Arbeitsbedingungen und Arbeitsorganisation (Kommunikationsstrukturen, Führungsverhalten, Betriebsklima)
- > Förderung einer aktiven Mitarbeiter/-innenbeteiligung
- > Stärkung der persönlichen Kompetenzen der Beschäftigten und
- > Befähigung der Mitarbeiter/-innen zu gesundem Verhalten



BGF ist also eine moderne Unternehmensstrategie, die einen Organisationsentwicklungsprozess beinhaltet und weit über Fitness- und Wellnessprogramme hinausreicht.

### „...aber in unserem kleinen Unternehmen können wir uns ein BGF-Projekt gar nicht leisten!“

Betriebliche Gesundheitsförderung muss nicht unbedingt aufwändig und teuer sein. In der Praxis werden oft Erfahrungen in Einzelaktionen gesammelt, bevor es zu einem gezielten Vorgehen kommt.

„Von den Gesunden lernen“ lautet die Devise. Als Anregung kann ein BGF-Projekt aus Deutschland dienen: Statt Krankenstandsdaten zu analysieren fragte man jene Mitarbeiter/-innen, die selten krank

waren, was sie an ihrer Arbeit attraktiv finden. Auf Basis dieser Gespräche wurden Arbeitsabläufe umorganisiert. Die Folge: Die Krankenstände gingen fast um die Hälfte zurück, die Beschäftigten fühlten sich wohl an ihren Arbeitsplätzen und hatten Freude an ihrer Tätigkeit.

Wichtig ist vor allem, dass die Arbeitnehmer/-innen selbst Vorschläge einbringen können, wie sie ihre Arbeitswelt „gesund“ gestalten möchten und ihnen keine Maßnahmen „von oben herab“ übergestülpt werden.

Eine Möglichkeit dafür ist die Durchführung von so genannten Gesundheitszirkeln. Das sind moderierte Arbeitskreise, in denen Mitarbeiter/-innen alles besprechen, was ihnen im Hinblick auf ihre Gesundheit im Magen, auf der Zunge oder am Herzen liegt. Darauf aufbauend werden Lösungsvorschläge gemeinsam erarbeitet und umgesetzt.



### Weitere Informationen

Falls Sie zusätzliche Exemplare, weitere Informationen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung oder Beratung zur Durchführung eines BGF-Projektes wünschen, wenden Sie sich bitte an die Arbeiterkammer OÖ, Betriebliche Gesundheitsförderung, 4020 Linz, Volksgartenstraße 40, Tel. 050/6906-2342 oder 2343 Durchwahl. E-Mail-Anschrift: bgf@ak-ooe.at

Medieninhaber und Herausgeber:  
Kammer für Arbeiter und Angestellte für OÖ,  
Volksgartenstraße 40, 4020 Linz.  
Hersteller: Gutenberg, Linz



Oberösterreich

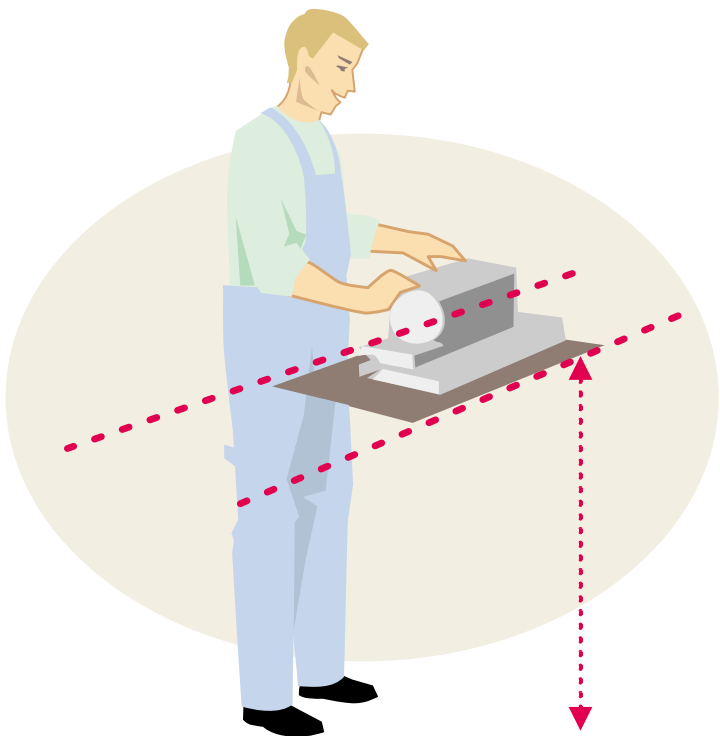
# Gesundheit im Betrieb fördern!

Unser aller Ziel ist es, dass wir uns bei der Arbeit gesund und wohl fühlen. Wirksame Betriebliche Gesundheitsförderung arbeitet immer auf drei Ebenen:



## Veränderung des persönlichen Lebensstils

- Bewegung
- Ernährung
- Entspannung



## Verbesserung der Arbeitsbedingungen

- ergonomische Arbeitsplatzgestaltung
- sichere und gesundheitsgerechte Gestaltung der Arbeitsabläufe
- Förderung der persönlichen Fähigkeiten der Mitarbeiter/-innen



## Was kann der Chef dazu beitragen?

- Transparenz der Entscheidungen
- wertschätzende Kommunikation
- Anerkennung
- angenehmes Betriebsklima

**Es lohnt sich, Betriebliche Gesundheitsförderung als Gemeinschaftsaufgabe anzugehen!**

**Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich an Ihre Sicherheitsvertrauensperson.**



Oberösterreich