

Projekt 1610 Fit & Gesund im VERBUND 2008-2010



FGÖ Endbericht
„Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich“
Stichtag: 31.12.2010

Projekt „Fit & Gesund im VERBUND“ 2008 - 2010

FGÖ ENDBERICHT

Stand	31.12.2010
Verfasst	31.03.2011
Verfasser	VERBUND AG, Holding Strategisches Personalmanagement
Redaktion	Mag. Alice Reichfeld, Dipl.-Ing. Walter Wagner
Berichtsart	Endbericht

Verbund

Inhaltsverzeichnis	Seite	
1	Einleitung	5
2	Darstellung und Kurzbeschreibung des VERBUND Gesamtprojekts „Fit & Gesund im VERBUND“	5
2.1	Zielsetzungen des Projekts	5
3	Projektergebnisse in den drei Phasen des Projekts	7
3.1	Ergebnisse der Projektphase 1 - ANALYSEPHASE - (2008)	7
3.2	Ergebnisse der Projektphase 2 - UMSETZUNGSPHASE I - (2009)	7
3.3	Ergebnisse der Projektphase 3 - UMSETZUNGSPHASE II und EVALUIERUNGSPHASE - (2010)	8
4	Umsetzungsphase II und Evaluierung im Detail	9
4.1	Gesundheitsprogramm 2010	9
4.2	Gesundheitsfördernde Aktivitäten und Maßnahmen außerhalb des Gesundheitsprogramms	13
4.2.1	UNIQA Vital Truck in Töging	13
4.2.2	Individuelle Vital Coachings 2010	13
4.2.3	Employee Assistance Program	14
4.2.4	Hautscreening an den Standorten Wien, Graz, Dürnrrohr	16
4.2.5	Kooperation mit GERD Center und weiteren Fachärzten	16
4.2.6	Thema Rauchen	16
4.2.7	Fitness Center Kooperation	16
4.2.8	Balanceplatten	17
4.2.9	Aktion Stiegen steigen	17
4.2.10	Mitarbeiter trainieren Mitarbeiter	17
4.2.11	Unterstützung von Gruppenkursangeboten	17
4.2.12	Unterstützung von Gesundenuntersuchungen	18
4.2.13	Obstkörbe	18
4.2.14	Kücheninspektion	18
4.3	Ermittlung des Human Work Index (HWI) von VERBUND mittels erneuter Gesundheitsbefragung 2010	19
4.4	Evaluierung des Gesamtprojekts im Zuge der Gesundheitsbefragung:	21
4.4.1	Veränderung des Gesundheitsbewusstseins im Unternehmen VERBUND	21
4.4.2	Nachhaltige Veränderungen im persönlichen Bereich	22
4.4.3	Fortführung des Gesundheitsmanagements	22
5	Ausblick: Nachhaltige Implementierung des betrieblichen Gesundheitsmanagements bei VERBUND	23
5.1	Konzern-Gesundheitsbeauftragte	23
5.2	Ansprechpersonen je Konzerngesellschaft	23

1 Einleitung

Der FGÖ Endbericht ist als Abschluss und Evaluierungsbericht verfasst. Dies bedeutet, dass die Phasenergebnisse 1-3 des VERBUND Konzernprojekts „Fit & Gesund im VERBUND“ und deren Ziele zu Beginn beschrieben werden. Anschließend verschafft der Bericht einen Überblick über die Maßnahmen und Aktionen des Projekts im Jahr 2010.

2 Darstellung und Kurzbeschreibung des VERBUND Gesamtprojekts „Fit & Gesund im VERBUND“

Der langfristige Erfolg des Unternehmens VERBUND hängt wesentlich von der Einsatzfreude und Leistungsfähigkeit aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ab.

2.1 Zielsetzungen des Projekts

Grundsätzlich ist die Zielsetzung des Projekts, das Bewusstsein für die Wichtigkeit von Fitness und Gesundheit auf Ebene der einzelnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie auf Ebene der Führung und der Gesamtorganisation zu erhöhen.

1. Verhaltensprävention

- Der Wissensstand der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu den Themen Ernährung, Bewegung, Stressmanagement und Rauchen soll erhöht werden.
- Das Gesundheitsverhalten soll gesteigert werden.

2. Verhältnisprävention

- Die bestehenden Strukturen sollen so verändert werden, dass gesunde Ernährung einfacher möglich wird.

- Die bestehenden Strukturen sollen so verändert werden, dass Bewegung und Sportverhalten einfacher möglich werden.
- Die bestehenden Strukturen sollen so verändert werden, dass das individuelle Stressmanagement unterstützt wird.
- Die bestehenden Strukturen sollen so verändert werden, dass Schädigungen durch Tabakrauch minimiert werden.

3. Capacity Building

- Führungskräfte sollen unterstützt werden, ihre Rolle bzgl. der Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auszufüllen.
- Es sollen unternehmensinterne Strukturen und Verantwortlichkeiten geschaffen bzw. verstärkt werden, die betriebliche Gesundheitsförderung nach Projektende weiterführen.

3 Projektergebnisse in den drei Phasen des Projekts

3.1 Ergebnisse der Projektphase 1 - ANALYSEPHASE - (2008)

Konkret wurde in Phase 1 folgendes erreicht und umgesetzt:

- Organisation und Durchführung der UNIQA Truck Tour. Rund ein Drittel der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter absolvierten erfolgreich die Fitnessstraße und erhielten persönliche Auswertungen. Zusätzlich wurden gesellschaftsspezifische Profile zum Fitnessstatus der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erarbeitet.
- Eine Gesundheitsbefragung wurde im Zusammenhang mit der allgemeinen MitarbeiterInnen-Zufriedenheitsanalyse durchgeführt. Ergebnisse und Maßnahmen wurden abgeleitet und sind in die weiteren Maßnahmen und Projekte eingeflossen. Der Human Work Index (HWI) 2008 des Konzerns liegt vor.
- Fünf Gesundheitszirkel wurden organisiert und durchgeführt. Ergebnisse und Maßnahmen wurden daraus abgeleitet und für konzernweite bzw. gesellschaftsrelevante Projekte aufbereitet.
- Die abgeleiteten Ergebnisse und Maßnahmen, sowie die gewonnenen Informationen wurden zusammengeführt (Maßnahmenmatrix) und im Gesundheitsbericht 2008 ausgewertet.
- Ein Gesundheitsprogramm wurde erarbeitet und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für die nächste Projektphase 2009 zur Verfügung gestellt.

3.2 Ergebnisse der Projektphase 2 - UMSETZUNGSPHASE I - (2009)

Aufbauend auf den Evaluierungsergebnissen der Analysephase wurde in Phase 2 folgendes erreicht und umgesetzt:

- Ein Gesundheitsprogramm für alle spezifizierte Zielgruppen wurde konzernweit detailliert entwickelt und kontinuierlich über 2009 verteilt umgesetzt.
- Die konzerninternen Strukturen und Prozesse für die Etablierung eines nachhaltigen, betrieblichen Gesundheitsmanagements und dessen Finanzierung wurden konzeptionell geschaffen. Eine Richtlinie für einen

Konzern-Gesundheitsbeauftragten und Ansprechpersonen in den Gesellschaften wurde in Abstimmung entwickelt und liegt vor.

- Individuelle Gesundheitsangebote (Vital-Coachings) wurden konzernweit in Abstimmung mit dem Betriebsärztlichen Dienst organisiert und umgesetzt.
- Alle Maßnahmen aus der Analysephase, die im Gesundheitsbericht erarbeitet wurden (Maßnahmenmatrix 2008) und das Gesundheitsprojekt direkt betrafen, wurden umgesetzt.
- Weitere Maßnahmen und Aktionen wurden generiert, innerhalb der Projektstruktur abgestimmt und umgesetzt.

3.3 Ergebnisse der Projektphase 3 - UMSETZUNGSPHASE II und EVALUIERUNGSPHASE - (2010)

Konkret wurde in Phase 3 folgendes erreicht und umgesetzt:

- Ein neuerliches Gesundheitsprogramm wurde für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter konzernweit entwickelt und umgesetzt.
- Eine wiederholte Aktion der individuellen Gesundheitsangebote (Vital-Coachings) wurden organisiert und konzernweit umgesetzt.
- Eine Gesundheitsbefragung wurde nach zwei Jahren erneut initiiert, organisiert und umgesetzt. Aus den Ergebnissen wurden Handlungsfelder für die Gesellschaften abgeleitet bzw. für das nachfolgende Gesundheitsmanagement in der Linienorganisation entwickelt.
- Die Richtlinie für das betriebliche Gesundheitsmanagement bei VERBUND wurde genehmigt und die neue Gesundheitsmanagement Organisation vorab definiert. Die Funktion der Konzern-Gesundheitsbeauftragten wurde installiert und Ansprechpersonen für die Gesellschaften ausgeschrieben.
- Weitere bewährte Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements bei VERBUND wurden laufend organisiert und umgesetzt.

4 Umsetzungsphase II und Evaluierung im Detail

Die letzte Phase des Projekts (Phase 3) beinhaltet einen starken Umsetzungsteil sowie die planmäßige Evaluierung durch eine erneute Gesundheitsbefragung (inklusive der Ermittlung des Human Work Index für VERBUND). Der Umsetzungsteil gliedert sich in ein Bildungsprogramm/Gesundheit, das unter der internen Bezeichnung „Gesundheitsprogramm“ geführt wird sowie weiterführende Aktivitäten und Maßnahmen zum Thema Gesundheit und Fitness.

4.1 Gesundheitsprogramm 2010

Das Gesundheitsprogramm wurde bereits 2009 sehr umfangreich aufgesetzt und konzernweit allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern angeboten. Es wurde 2010 weitergeführt und teilweise ausgebaut; so beinhaltete es 2010 erstmals auch Angebote für VERBUND-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Deutschland.

Das Projektteam hat intensive Gespräche mit den Betriebsräten aufgenommen, um die Akzeptanz für das Projekt zu gewährleisten (Zielsetzung des Projekts, Anonymität, etc.).

Überblick über Seminare, Workshops und Vorträge:

Arbeiten im Gleichgewicht: Stress erfolgreich bewältigen – Workshop

Erfolgreicher Umgang mit Belastungen bedeutet nicht, ein möglichst anforderungsarmes Leben zu führen, sondern eine ausgewogene Balance zwischen Arbeit und Freizeit zu erreichen. Das zweitägige Training wendet sich an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die lernen wollen, mit ihren Belastungen gelassener und sicherer umzugehen.

Aktives Muskelcoaching - Im Büro, beim Sport und in der Freizeit - Workshop

In diesem Workshop ist man der Frage nachgegangen, ob der Körper jedes einzelnen überhaupt bereit ist, die Bewegungen, die man ihm täglich zumutet, auszuhalten? Richtige körperliche Bewegungen im Alltag (Sitzhaltung, Bewegungstraining im sportlichen Bereich, etc.) sind nicht nur eine Frage der Technik, sondern vor allem eine Frage des muskulären Gleichgewichts. Muskeltechnik kann man daher nur dann schmerz- und verletzungsfrei einsetzen, wenn der Körper in Balance ist.

„Bewegung – das Wundermittel des 3. Jahrtausends“ – ein Aktivworkshop

Ziel dieses Aktivworkshops ist die sofortige Anwendung und Umsetzung von Bewegungstipps. Dazu gibt es die besten Empfehlungen rund um ihr persönliches Gesundheits-Optimalprogramm. Dieser Workshop ist geeignet für Bewegungserfahrene und Bewegungseinsteiger, für solche die durch Bewegung abnehmen wollen, etwas für Ihren Rücken tun müssen oder ihren stressigen Alltag durch Bewegung entschleunigen möchten. Und für alle die einfach wieder mehr Spaß im Leben durch regelmäßige Bewegung erfahren möchten.

Schluss mit dem Rauchen - Vortrag

Als wesentliche Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Vortrag war der Wunsch, wirklich mit dem Rauchen aufhören zu wollen. In diesem Vortrag werden die negativen Folgen des Rauchens sowie die hohen Gesundheitsrisiken, die Abhängigkeit, die Kosten oder die verminderte körperliche Leistungsfähigkeit – welche unangenehmen Konsequenzen des Rauchens haben – in den Mittelpunkt gerückt. Dieser Vortrag hilft, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf ein gesundes und genussreiches Leben ohne Zigarette vorzubereiten.

Endlich rauchfrei: Spezial-Workshop

Ein neuer und innovativer Ansatz zu einem rauchfreien Leben. Einzige Voraussetzung ist, dass die einzelne Mitarbeiterin bzw. der einzelne Mitarbeiter wirklich mit dem Rauchen aufhören will.

Energietankstelle - Impulsvortrag

Dieser Vortrag stellt einen ersten Kontakt mit dem Thema des eigenen Energiehaushalts her. Es werden Anhaltspunkte und Tipps gegeben, die dann in einem weiterführenden Workshop vertieft werden können. Dabei werden Themenbereiche, wie Essen und Trinken, Bewegung für Muskeln, Gehirn und Nerven und Stress angesprochen.

Energietankstelle I - Basis Workshop

Ziel dieses Workshops ist das Kennenlernen von wirkungsvollen Möglichkeiten für Stress-Abbau und Balance-Aufbau. Dazu werden u.a. das persönliche Ressourcenmanagement zur Bewältigung der täglichen Belastungen verbessert, Stressmuster erkannt und Handlungsalternativen erarbeitet.

Energietankstelle II „Coach Dich gesund“ - Workshop

Ziel dieses Aufbauworkshops ist das Gelernte zu festigen und Neues dazuzulernen.

Heben - Tragen - Hantieren mit schweren Lasten - aktives Muskelcoaching - Seminar

Ziel dieses Seminars ist das Erlernen bzw. Verbessern von rückenfreundlichem Heben, Tragen und Hantieren.

Dieses Seminar besteht aus einem theoretischen (Einführung in die Anatomie, Belastungen beim Heben, Demonstration von Hebetechniken und richtiges Tragen und Hantieren von Lasten) und einem praktischen Teil (Hebeparcours etc.).

Körper in Balance - Vortrag

In diesem Vortrag werden einfache Tipps und Tricks vermittelt, die durch leichte Anwendbarkeit überzeugen und im täglichen Leben einfach umzusetzen sind. Die vorgestellten Übungen sind ein einfaches Instrument, die Nerven und Organe der Muskeln zu mobilisieren.

Osteoporose - Vorbeugung und innovative Therapien - Vortrag

Tun Sie jetzt etwas für sich und Ihre Gesundheit und erfahren Sie in diesem zweistündigen Vortrag alles über Osteoporose. Ein Thema für Jung und Alt. Es werden den Fragen, ab wann Osteoporose vorliegt genauso nachgegangen, wie auch ab wann das Gleichgewicht des gesamten Knochenbaus gestört ist. Ausreichend Bewegung im Kindesalter ist die beste Osteoporoseprävention. Jedoch mit ein wenig Disziplin kann diese Erkrankung von jedem Einzelnen gestoppt bzw. im Vorfeld sogar verhindert werden.

Ismakogie

Ismakogie ist ein mentales Bewegungstraining für den ganzen Körper zur Belebung der Muskeln und Stärkung der aufrechten Wirbelsäule. Nicht Geräte oder Maschinen, sondern vom Kopf - ganz speziell vom Gehirn gesteuert - aktivieren Sie die Muskeln in Ihrem Rücken, Nacken, Wirbelsäule, Becken und Beckenboden, Schultern, Hände, Finger, Beine, Knie, Füße sowie im Kopf- und Gesichtsbereich.

Vortrag über die Refluxkrankheit GERD

Auf Initiative von Univ.-Prof. Dr. Franz Martin Riegler von der Wiener Universitätsklinik für Chirurgie, Laboratorium für chirurgische Funktionsdiagnostik wurde 2008 das „GERD Center of Excellence“ gegründet. Dies ist eine interdisziplinäre Plattform für das Management der Reflux-Krankheit und für Krebsvorsorge. Etwa 30 Prozent der Bevölkerung leiden unter GERD bzw. der gastroösophagealen Refluxkrankheit, die im Volksmund häufig mit Sodbrennen bezeichnet wird. Im schlimmsten Fall kann es auch zu Speiseröhrenkrebs kommen, auf dessen Heilung sich das "GERD Center of Excellence" spezialisiert hat. Derzeit gibt es in Österreich jährlich etwa 300 Fälle von Speiseröhrenkrebs, Tendenz steigend. Prof. Riegler wurde eingeladen über diese Krankheit zu berichten und Handlungsanweisungen für erste mögliche Symptome zu geben.

Spezialtraining für Bereitschaft- und Schichtarbeiter - Seminar

Ziel dieses Spezialtrainings ist, gesundheitliche Probleme, die durch Schichtarbeit bzw. Bereitschaftsdienst entstehen, zu erkennen und zuordnen können. Dieser Kurs versetzt die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in die Lage, Gegensteuerungsinstrumente und Maßnahmen sinnvoll anzuwenden und in den Arbeitsalltag zu integrieren.

Stress- und Burnout Prävention: Engagement ja – Burnout nein! - Seminar

In diesem intensiven Basis-Seminar erlernt man das Verstehen des Phänomens „Burnout“ sowie Strategien zur Burnout-Prävention auf persönlicher und betrieblicher Ebene zu erkennen, Wissen um die Zusammenhänge und Verständnis für Körper- und mentale Prozesse und deren Beeinflussbarkeit. Es wird vermittelt, wie mit Stress umzugehen ist und wie mit wenigen Maßnahmen ein Stressabbau ermöglicht wird.

4.2 Gesundheitsfördernde Aktivitäten und Maßnahmen außerhalb des Gesundheitsprogramms

Zusätzlich zum Gesundheitsprogramm wurden weiterführende gesundheitsfördernde Aktivitäten und Maßnahmen organisiert und umgesetzt.

4.2.1 UNIQA Vital Truck in Töging

Im Zuge der Akquisition der VERBUND Innkraftwerke GmbH wurde das Projekt „Fit & Gesund im VERBUND“ auch auf alle neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ausgeweitet. Erstmaßnahme war der Einsatz des UNIQA Vital Trucks zur Analyse des Gesundheits- und Fitnesszustandes der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und wurde in Zusammenarbeit mit den Belegschaftsvertretern organisiert.

4.2.2 Individuelle Vital Coachings 2010

Nachdem das Projekt bereits im Jahr 2008 einzelne Themenschwerpunkte im Bereich Bewegung als Gruppenkurse initiiert hatte, hat sich das Projektteam dazu entschlossen, individuelle Angebote für drei spezifische Zielgruppen anzubieten. Diese Maßnahme wurde in Zusammenarbeit mit dem Betriebsärztlichen Dienst und der UNIQA entwickelt. Zusätzlich wurde ein Kommunikationskonzept erarbeitet, um möglichst viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Konzern anzusprechen. Es wurde der „Gesundheitspass“ entwickelt, der gleichzeitig Motivation und Evaluierungsmöglichkeit für diese Maßnahme war.

 <p>Nr. 012345</p> 	<h4>Individuelle Vital-Coachings</h4> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Gesunde Ernährung (inkl. Abnehmen)<input type="checkbox"/> Stresscoaching<input type="checkbox"/> Zielgruppenorientiertes Bewegungskoching <p>Für eine Terminvereinbarung kontaktieren Sie: Hotline: 01/21 175-1585 (Mo-Fr 08:00-17:00 Uhr)</p> <p>Ein vereinbarter Termin kann bis 2 Werktage vorher abgesagt werden. Danach gilt er als konsumiert!</p> <p>Ihr Vital-Coaching wird durch das Projekt „Fit & Gesund im Verbund“ finanziert und hat einen Wert von EUR 300,-, der für Sie lohnsteuerfrei ist.</p> <p>Nach Durchführung der Coachingeinheiten geben Sie bitte Ihren Gesundheitspass bei Ihrem Betriebsarzt ab!</p>	<h4>Bestätigung der Termine</h4> <p>1. Einheit: Unterschrift Vital-Coach: _____</p> <p>2. Einheit: Unterschrift Vital-Coach: _____</p> <p>3. Einheit: Unterschrift Vital-Coach: _____</p> <p>4. Einheit: Unterschrift Vital-Coach: _____</p> <p>5. Einheit: Unterschrift Vital-Coach: _____</p> <p>Abschlussgespräch: Unterschrift Betriebsarzt: _____</p>	<h4>Ihr Feedback</h4> <p>Bitte füllen Sie die folgenden Fragen aus. Alle Ihre Angaben werden völlig anonym behandelt.</p> <p>1. War der Vital-Coach kompetent und lieferte sie/er wertvolle Tipps und Anregungen? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein</p> <p>2. Würden Ihre Erwartungen in das individuelle Vital-Coaching erfüllt? <input type="checkbox"/> Sehr <input type="checkbox"/> zufriedenstellend <input type="checkbox"/> mäßig <input type="checkbox"/> nicht</p> <p>3. Sind die Inhalte Ihres Coachings auch im täglichen Leben anwendbar? <input type="checkbox"/> Sehr <input type="checkbox"/> zufriedenstellend <input type="checkbox"/> mäßig <input type="checkbox"/> nicht</p> <p>4. Können Sie sich vorstellen, auch privat weitere Angebote in Anspruch zu nehmen? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein</p> <p>5. Werden Sie das Angebot an KollegInnen weiterempfehlen? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein</p> <p>6. Wollen Sie uns noch etwas sagen? _____</p>
---	--	--	---

„Fit & Gesund im VERBUND“ ermöglichte in Zusammenarbeit mit dem Betriebsärztlichen Dienst von April bis Oktober 2009 diese individuellen Vital-Coachings. Durch die Involvierung von UNIQA konnten die Coachings in ganz Österreich angeboten werden. 300 der individuellen Coachings wurden 2009

durch die Betriebsärzte und den AMD in ganz Österreich ausgegeben, nachdem in einem ärztlichen Beratungsgespräch eine Freigabe erteilt wurde. Dabei wurde älteren Kolleginnen und Kollegen der Vorrang eingeräumt und ein Schwerpunkt auf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Außenstellen gelegt.

Durch das positive Feedback bei den Abschlussgesprächen mit den Betriebsärzten und der Telefonumfrage 2009 durch die UNIQA hat sich das Projekt entschlossen, 2010 eine weitere Aktion zu starten. Diese Coachings wurden jedoch nur für neue Interessenten ausgegeben. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die bereits 2009 ein individuelles Vitalcoaching erhalten haben, konnten kein weiteres Angebot in Anspruch nehmen.

4.2.3 Employee Assistance Program

Die Employee GmbH unterstützt Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des VERBUND-Konzerns bei beruflichen und/oder privaten Problemen mit externen Beratungsleistungen. Es wird ein Erstkontakt ermöglicht und versucht, gemeinsam mit den Beraterinnen und Beratern Lösungen zu finden bzw. mögliche weitere Schritte einzuleiten.

Aus der Praxis zeigt sich, dass die potenziellen Problemthemen aus Beruf und Alltag der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Erziehungsberatung, über Schuldenprävention bis zu persönlichen Coachings zu arbeitsplatzspezifischen Themenbereichen (Stressmanagement, Burnoutberatung, Sucht, etc.) reichen.

Ein unmittelbares, anonymes Coaching kann dazu führen, schnellstmöglich - mit vollem Arbeitseinsatz - in den Berufsalltag zurückzukehren. Diese Unterstützung kann sowohl durch direkte persönliche oder telefonische Beratung, als auch durch praktische Hilfestellungen (beispielsweise bei der Betreuung von pflegebedürftigen Familienmitgliedern etc.) von der „Employee GmbH“ gewährleistet werden.

Die Employee GmbH ist ein Unternehmen, deren Beratungsleistungen (Einzelcoaching, Beratung, Mediation, Moderation) sowohl berufliche, als auch private Problembereiche, wie beispielsweise Umstrukturierung, Konfliktanalyse, Outplacement, Verdacht auf Burn Out, Verdacht auf Mobbing, Trennungs- und Scheidungsberatung, Eldercare und Angehörigenberatung, Trauerbegleitung, Sucht etc. umfassen.

Die Beratung wird von speziell ausgebildeten Beraterinnen und Beratern durchgeführt und erfolgen persönlich an den Standorten Wien, Salzburg, Linz, Graz, Innsbruck oder telefonisch.

Das Angebot steht allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des VERBUND-Konzerns zur Verfügung; dies unabhängig davon, wie oft diese Beratungsleistungen in Anspruch genommen werden.

4.2.4 Hautscreening an den Standorten Wien, Graz, Dürnrohr

In Zusammenarbeit mit dem Betriebsärztlichen Dienst wurde an einzelnen Standorten von VERBUND ein Hautscreening für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kostenlos zur Verfügung gestellt. Diese Untersuchung nimmt nur wenige Minuten in Anspruch. In den meisten Fällen breitet sich ein Melanom zuerst im oberflächlichen Hautniveau aus. In dieser Phase der Melanomentstehung ist die Vorsorge und Früherkennung von entscheidender Bedeutung, da der Tumor erst nach einiger Zeit in die Tiefe wächst und in einem späteren Stadium die Therapie problematischer ist

4.2.5 Kooperation mit GERD Center und weiteren Fachärzten

Aufgrund des Erfolges der Vorträge (beginnend im Herbst 2009) von Prof. Riegler in der Konzernzentrale von VERBUND in Wien, wird vorerst weiterhin eine Zusammenarbeit zwischen dem GERD Center und VERBUND bestehen bleiben. Das Ziel dieser engen Zusammenarbeit soll eine verbesserte Kenntnis der Kolleginnen und Kollegen im Hinblick auf die Bewusstseinsbildung, Früherkennung und Prävention im allgemeinen, internistischen und besonders im chirurgischen Bereich (insb. Speiseröhrenkrebs) darstellen. Zusätzlich wurde durch VERBUND die Möglichkeit eingeräumt, Fragestellungen durch einen Top-Chirurgen in Zusammenarbeit mit dem Betriebsärztlichen Dienst zu besprechen, um so eine Zweitmeinung einzuholen.

4.2.6 Thema Rauchen

2010 wurden zwei unterschiedliche Herangehensweisen zum Thema Raucherentwöhnung erprobt. Einerseits wurde in Wien eine Vortragsveranstaltung durch einen renommierten Arzt durchgeführt, andererseits ein zweitägiger Intensivworkshop in einer der Außenstellen. Der Intensivworkshop „Endlich Rauchfrei“ wurde wesentlich besser bewertet, da die Nichtrauchererfolgsquote deutlich höher ausfiel und wird aus diesem Grund in Zukunft weiter angeboten werden.

4.2.7 Fitness Center Kooperation

“Fit & Gesund im VERBUND” ermöglicht eine Kooperation mit Fitness Centern in Wien und an Außenstellen. Im Rahmen dieser Kooperationen haben Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Möglichkeit, geleitete Kurse in Fitnessstudios in Anspruch zu nehmen (Yoga, Bodywork, Rückenfit etc.).

4.2.8 Balanceplatten

Als Sofortmaßnahme nach der Aktion des Uniqa Vital Trucks wurden an einzelnen Standorten Balanceplatten zur Steigerung der Koordinationsfähigkeit ausgegeben und aufgestellt. Diese wurden bei stark frequentierten Bereichen/Plätzen (beispielsweise bei Kopiergeräten im Bürogebäude) aufgestellt und zu einem kurzen Training „verführen“. Vor allem in den Warten (für Nachtschichten) wurden diese Balanceplatten intensiv angefragt.

4.2.9 Aktion Stiegen steigen

Seit Mitte 2008 wird die Aktion „Freiwillig Stiegen steigen“ erfolgreich am Standort der Hauptverwaltung in Wien jeden Mittwoch durchgeführt. Ein eigens produziertes Plakat regt jeden Mittwoch dazu an, den Lift links liegen zu lassen und die Stiegen zu benutzen.

4.2.10 Mitarbeiter trainieren Mitarbeiter

Es wurde dazu aufgerufen, dass einzelne Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter (nach Abklärung deren zusätzlichen Qualifikationen auf den einzelnen Bereichen) Trainingsangebote für Kolleginnen und Kollegen anbieten. Diese reichen von Bodyworkout über Kundalini-Yoga bis zu mittelalterlichem Schwertkampf.

4.2.11 Unterstützung von Gruppenkursangeboten

Sowohl an den Standorten in Graz als auch in Dürnrohr konnten mit Unterstützung der Arbeitnehmervertretung Gruppenkursangebote für die Kolleginnen und Kollegen organisiert werden.

4.2.12 Unterstützung von Gesundenuntersuchungen

2009 und 2010 konnten zusammen mit dem Betriebsärztlichen Dienst Gesundenuntersuchungen in Wien angeboten werden. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter hatten die Möglichkeit, direkt am Arbeitsplatz einzelne Untersuchungen durchführen zu lassen.

4.2.13 Obstkörbe

Einzelne Tochtergesellschaften stellen Obstkörbe für ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Verfügung.

4.2.14 Kücheninspektion

2010 konnte erfolgreich - in Zusammenarbeit mit dem Küchenchef in der Hauptverwaltung in Wien - eine kritische Kücheninspektion durchgeführt werden. Vor allem war das Projektteam auf der Suche nach künstlichen Geschmackverstärkern, Farbstoffen und Fertigprodukten. Die Inspektion startete im Küchenbereich, ging über das Lager und endete schließlich im Wasch- und Reinigungsbereich. Es konnten keine künstlichen Geschmackverstärker gefunden werden. Zusätzlich wurde die Möglichkeit geschaffen, dass Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter direkt und anonym Feedback zur Küche geben können (Speiseplan, Qualität der Speisen, Vielfalt, etc.). Dazu liegt der „KÜFE“-Zettel im Kantinenbereich auf (Küchenfeedback), der unmittelbar während und nach dem Besuch der Kantine in den vorgesehenen Postkasten geworfen werden kann und regelmäßig vom Küchenteam als Qualitätssicherungsmaßnahme evaluiert wird.

4.3 Ermittlung des Human Work Index (HWI) von VERBUND mittels erneuter Gesundheitsbefragung 2010

Der HWI misst das Arbeitsvermögen und informiert über das Humanvermögen einer Belegschaft. Arbeitsvermögen ist das Vermögen seine Arbeit zu bewältigen, sie interessant zu finden und die Qualität der Zusammenarbeit zu schätzen. Humanvermögen ist das nachhaltige Vermögen der Mitarbeiter zur Mit-Arbeit an den strategischen Zielen.

Der Human Work Index ermöglicht eine Prognose über die Stabilität der Belegschaft und ihre Produktivität in den nächsten 5 Jahren.

Im HWI wird das Arbeitsvermögen durch 3 Dimensionen operationalisiert:

- **Arbeitsbewältigung**
- **Arbeitsinteresse**
- **Zusammen-Arbeit**

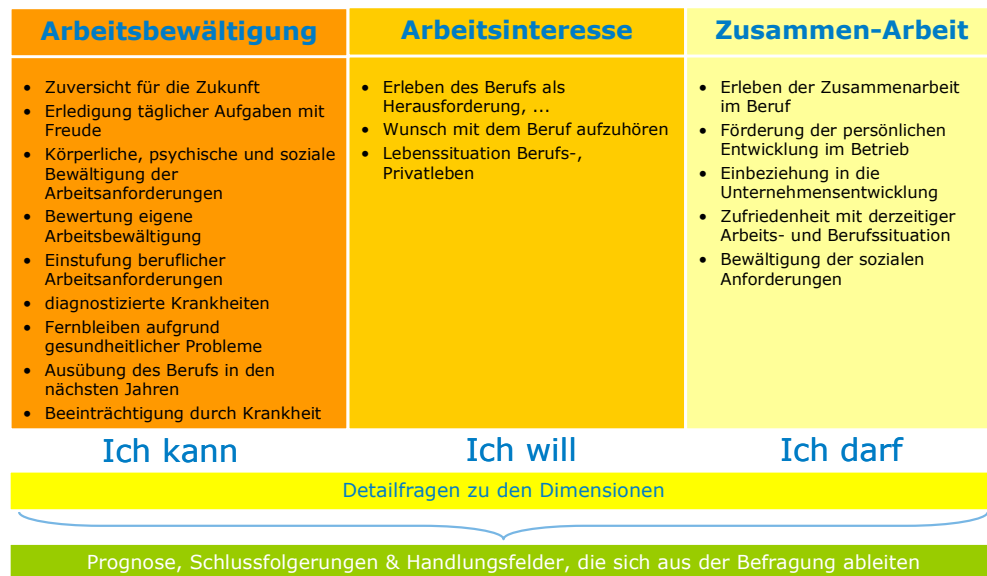


Abb. 3 Dimensionen des Arbeitsvermögens, IBG

Optimale Niveaus in diesen 3 Dimensionen bedeuten optimale Produktivität im Arbeitsprozess, die die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und das Unternehmenswachstum fördert.

Er erlaubt Aussagen über die Nachhaltigkeit des Human- und Arbeitsvermögens. Damit liefert der HWI eine Bewertung des Humanvermögens und der Nachhaltigkeit der Ertragskraft einer Belegschaft in den nächsten Jahren. Der HWI unterstützt als Führungsindikator die Unternehmens- und Personalführung, da Führung darin besteht, überantwortete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Erfüllung der Ziele zu befähigen, zu interessieren und abzustimmen. Der HWI hilft Führungskräften Verbesserungen anzusetzen: durch Förderung von Arbeitsfähigkeit, Herausforderung oder Einbeziehung.

Neben dem HWI werden in einem zweiten Teil Aspekte des Gesundheitsverhaltens - wie Ernährung, Bewegung, Stress und Entspannung angesprochen. Diese Fragen wurden aufbauend auf unterschiedlichen, wissenschaftlichen Erhebungsmethoden entwickelt.

Ergebnisform einer Erhebung mittels HWI:

Landkarte: alle Fragen werden nach ausgewählten Breaks (Altersklasse, Bereich, Funktion, Geschlecht, etc.) dargestellt

Benchmarks für die 3 Dimensionen und Einzelfragen nach Branche, Alter und Funktion, etc. werden dargestellt

5 Jahres-Prognose über die bio-psycho-soziale Stabilität der Belegschaft aufgrund der aktuellen Arbeitsdynamik

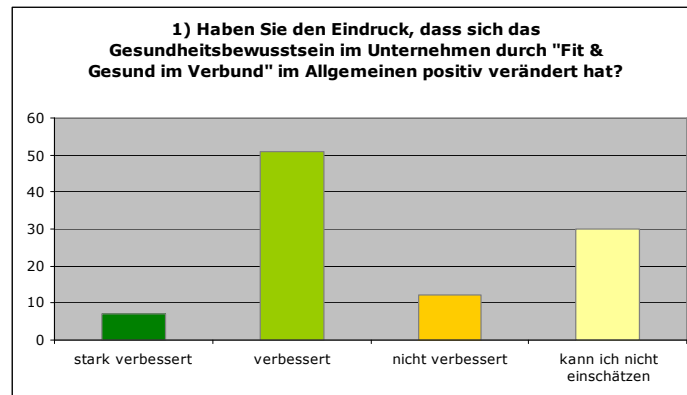
Executive Summary mit einer Interpretation des Gesamtergebnisses und Empfehlungen für Ansatzhebel und Maßnahmen

Präsentation des Gesamtergebnisses

4.4 Evaluierung des Gesamtprojekts im Zuge der Gesundheitsbefragung:

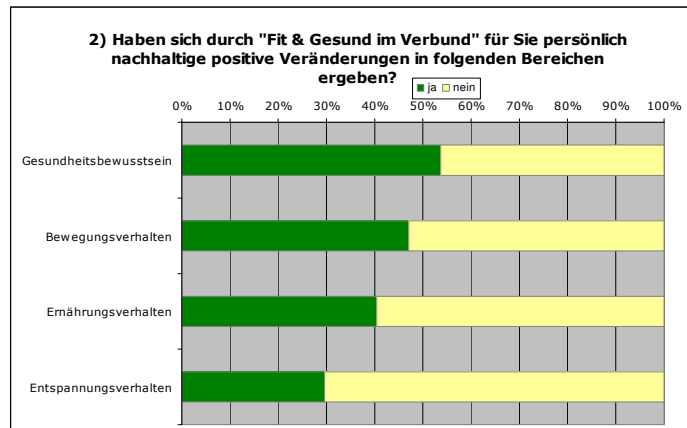
Das Gesamtprojekt wurde sehr positiv bewertet. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wünschen sich eine Fortführung des Themas Gesundheit und Fitness. Im folgenden werden die wesentlichen Ergebnisse wiedergegeben.

4.4.1 Veränderung des Gesundheitsbewusstseins im Unternehmen VERBUND



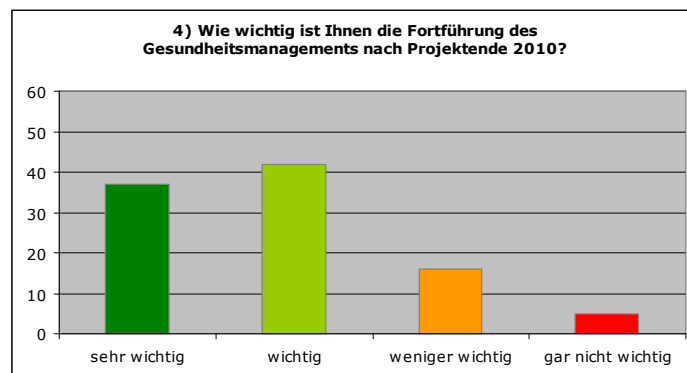
Rund 60 % der Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer haben den Eindruck, dass sich das Gesundheitsbewusstsein im Unternehmen durch „Fit & Gesund im VERBUND“ positiv verändert hat.

4.4.2 Nachhaltige Veränderungen im persönlichen Bereich



Mehr als 50 % der Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer geben an, dass sich ihr Gesundheitsbewusstsein nachhaltig positiv verändert hat.

4.4.3 Fortführung des Gesundheitsmanagements



Fast 80 % der Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer ist die Fortführung des Gesundheitsmanagements wichtig.

5 Ausblick: Nachhaltige Implementierung des betrieblichen Gesundheitsmanagements bei VERBUND

Nach Beendigung des Projekts „Fit & Gesund im VERBUND“ wird das betriebliche Gesundheitsmanagement durch eine Konzern-Gesundheitsbeauftragte und geeigneten Ansprechpersonen in den Gesellschaften nachhaltig weitergeführt.

Deren Aufgaben und Kompetenzen sind in einer neuen Konzern-Richtlinie zum Thema „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ geregelt.

Die Konzerngesundheitsbeauftragte wird gemeinsam mit den jeweiligen Ansprechpersonen in den Gesellschaften Aktivitäten und Maßnahmen planen, um das Thema Gesundheit nachhaltig im Konzern zu verankern. Dieses Team ist dem Gesundheitsmanagement-Gremium unterstellt und verpflichtet.

Derzeit werden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesucht, die das Gesundheitsmanagement als Ansprechperson in Ihrer Gesellschaft aktiv gestalten möchten. Als Ansprechperson einer Konzerngesellschaft wird es deren Aufgabe sein, Gesundheitsmaßnahmen zu konzipieren, die unternehmensweit, gesellschaftsspezifisch bzw. gezielt für einzelne Standorte bestimmt sind und von ihnen nach Abstimmung mit der Konzerngesundheitsbeauftragten aktiv umgesetzt werden.

5.1 Konzern-Gesundheitsbeauftragte

Die Konzern-Gesundheitsbeauftragte dient als Schnittstelle zwischen Gesundheitsgremium und Ansprechpersonen in den Gesellschaften und ist für Konzernaktivitäten und –veranstaltungen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements zuständig und verantwortlich. Die Konzern-Gesundheitsbeauftragte wurde mit Ende 2010 nominiert und vom Vorstand bestätigt.

5.2 Ansprechpersonen je Konzerngesellschaft

Die Ansprechpersonen zum Thema Gesundheit und Fitness in den jeweiligen Gesellschaften stehen der Konzern-Gesundheitsbeauftragten unterstützend zur Seite. Sie helfen bei der Konzipierung und Durchführung der Konzern- und Gesellschaftsaktivitäten.