

Abschlussbericht

März 2012

Unternehmensleitung



ÖBfit

ÖSTERREICHISCHE
BUNDESFORSTE AG

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Gesundheit Österreich
GmbH

Geschäftsbereich



Fonds Gesundes
Österreich

NOGKK
NO Gebietskrankenkasse
Wir versorgen Sie!



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Was vor einigen Jahren als kleines Projekt in zwei Pilotbetrieben begann, wurde mittlerweile zu einer unternehmensweiten Erfolgsgeschichte – ÖBfit, unsere Initiative zur betrieblichen Gesundheitsförderung, die wir gemeinsam mit dem „Netzwerk der Betrieblichen Gesundheitsförderung“ 2007 gestartet haben. Seither sind jedes Jahr fünf weitere Betriebe hinzugekommen. Die letzten Betriebe starteten 2010 mit ihren lokalen ÖBfit-Initiativen, heuer geht die Initiative unternehmensweit zu Ende.

Die Projektphase, in der das „Netzwerk der Betrieblichen Gesundheitsförderung“ an der Umsetzung mitwirkt, dauert pro Betrieb zwei Jahre. Das heißt, dass sie für Ihren Betrieb nun endet. Wir wollen jedoch „ÖBfit“ bei den Bundesforsten nachhaltig verankern und die vorhandenen Strukturen weiter nutzen. Die Verantwortung für die Weiterführung von „ÖBfit“ geht damit auf die Verantwortlichen vor Ort über.

Darüber hinaus haben wir eine neue Kennziffer in unsere „Sustainability Balanced Scorecard“ (SBSC) aufgenommen: die so genannte Gesundheitsquote = den Anteil der in einem Kalenderjahr nie krank gemeldeten MitarbeiterInnen. Die Zielgröße ist größer 40 Prozent. Um die Gesundheitsförderung für uns alle immer wieder zum Thema zu machen, haben wir in unsere Leitfäden für das Mitarbeitergespräch die Frage „Was können Sie/wir tun, um Ihr Aufgabengebiet so zu gestalten, dass es Ihrer Gesundheit förderlich ist?“, aufgenommen.

Umso mehr freut es uns, dass zum Zeitpunkt der Berichtslegung bereits 11 Betriebe – FB Pinzgau, FB Steyrtal, FB Kärnten-Lungau, FB Waldviertel-Voralpen, FB Wienerwald, FB Pongau, NPB Kalkalpen, FB Inneres Salzkammergut, FB Steiermark, FB Unterinntal und FB Oberinntal – vom Netzwerk Betrieblicher Gesundheitsförderung mit dem Gütesiegel ausgezeichnet wurden. Den zwei Pilotbetrieben – FB Steyrtal und FB Pinzgau – wurde das Gütesiegel erneut wieder verliehen. Zu dieser Auszeichnung möchte ich ganz herzlich gratulieren. Dieses Siegel bringt zum Ausdruck, dass die Betriebe Gesundheitsförderung nach den Kriterien des Europäischen Netzwerkes Betrieblicher Gesundheitsförderung betreiben und ist ein sichtbares Zeichen für einen „Gesundheitsfördernden Betrieb“.

Die langfristige Erhaltung bzw. die Verbesserung des Gesundheitszustands der MitarbeiterInnen zählt zu den wichtigsten Anliegen unseres Unternehmens.

Ich wünsche Ihnen viel Gesundheit!

Dr. Georg Erlacher

Vorstandssprecher Österreichische Bundesforste

2 Jahre „ÖBfit“

in der Unternehmensleitung – ein Resümee



Pia Buchner

ÖBfit-Projektverantwortliche
Unternehmensleitung

Zwei Jahre ÖBfit bedeuten zwei Jahre Aktivitäten und Impulse rund um das Thema betriebliche Gesundheitsvorsorge. Ziel war es, Bewusstsein zu schaffen und Anreize für eine gesunde und ausgewogene Lebensführung zu geben.

Entsprechend breit gefächert war das Programm an angebotenen Maßnahmen – von sportlichen Aktivitäten über Ernährungsberatung bis hin zu Vorträgen über Work-Life-Balance.

Danken möchte ich an dieser Stelle herzlich allen Kolleginnen und Kollegen, die sich aktiv eingebracht haben – insbesondere den LeiterInnen der Gesundheitszirkel, Christian Kuschnig, Christian Mayr und Lydia Schmatz – und an der Umsetzung der einzelnen Maßnahmen unterstützend mitgewirkt haben.

Der Umsetzungsphase ging eine umfangreiche Analysephase voraus, bestehend aus der 1. ÖBfit-Gesundheitsbefragung und den Gesundheitszirkeln.

Analysephase

Auftaktveranstaltung – 1. ÖBfit-Gesundheitstag und 1. Gesundheitsbefragung

Im Rahmen einer halbtägigen Auftaktveranstaltung wurde das Projekt „ÖBfit“ den KollegInnen

vorge stellt sowie Ziele und Hintergründe erklärt. Nach einer kurzen Begrüßung durch Vorstand Georg Erlacher, Personalleiter Johann Sauprigl und Betriebsratsvertreter Andreas Freistetter erläuterten Arbeitsmedizinerin Dr. Sigrud Klufa sowie der externe Berater Dr. Christian Scharinger einige Aspekte der betrieblichen Gesundheitsvorsorge. Elisabeth Lehner stellte ausführlich das Projekt ÖBfit bei den Bundesforsten vor. Wesentlicher Bestandteil des Vormittags war die Durchführung der 1. schriftlichen Gesundheitsbefragung, die eine wichtige Grundlage für die Planung der weiteren ÖBfit-Maßnahmen liefern sollte. Die Veranstaltung endete mit einer gemeinsamen „Gesunden Jause“, bei der sich alle KollegInnen auf gesunde Art stärken und austauschen konnten. Der Auftakt fand in der Unternehmensleitung in Purkersdorf statt, rund 70 KollegInnen nahmen daran im Rahmen ihrer Arbeitszeit teil.

Gesundheitszirkel

Im Anschluss an den 1. ÖBfit-Gesundheitstag wurden vier Gesundheitszirkel ins Leben gerufen mit dem Ziel, gesundheitsförderliche und gesundheitsbelastende Faktoren zu erheben und Lösungsvorschläge auszuarbeiten. Es gab 3 Gesundheitszirkel für MitarbeiterInnen und 1 Gesundheitszirkel für Führungskräfte. Bei der Zusammensetzung wurde auf eine gleichmäßige Verteilung männlicher wie weiblicher KollegInnen geachtet und eine ausgewogene Repräsentanz aller Abteilungen berücksichtigt. Die Moderatoren für die MA-Gesundheitszirkel waren: Christian Kuschnig, Christian Mayr und Lydia Schmatz. Der Gesundheitszirkel für Führungskräfte wurde extern begleitet und vom Ar-

2 Jahre „ÖBfit“

beitspsychologen Wilhelm Baier moderiert. Die Gesundheitszirkel trafen sich im Zeitraum Februar – März 2010 zwei- bis viermal, insgesamt nahmen 29 MitarbeiterInnen und Führungskräfte an den Gesundheitszirkeln teil.

Die Gesundheitszirkel haben im Bereich der gesundheitsfördernden Faktoren zu ähnlichen, bei den gesundheitsbelastenden Faktoren teilweise zu unterschiedlichen Ergebnissen geführt.

Der **Gesundheitszirkel für Führungskräfte** hat lediglich einmal stattgefunden. Insgesamt konnte ein mäßiges Commitment der Führungskräfte zu dem Programm und eine mäßige Bewusstseinsbildung für das Thema „Betriebliche Gesundheitsvorsorge“ bei den anwesenden Führungskräften festgestellt werden. Die genannten gesundheitsförderlichen (positive Fehlerkultur, motivierte MitarbeiterInnen, freie Gestaltungsmöglichkeiten) wie gesundheitsbelastenden Faktoren (Bewegungsmangel, Besprechungskultur, Termindruck) wurden in die Planung der weiteren Maßnahmen mitaufgenommen.

Umsetzungsphase

2. ÖBfit-Gesundheitstag

Die Umsetzungsphase startete mit dem 2. ÖBfit-Gesundheitstag, der am 10. Juni 2010 im Gasthaus Rieger in Tullnerbach im Irenental stattfand. Neben ausreichend Seminarräumen bot der Wienerwaldhof einen idealen Ausgangspunkt für das am Nachmittag geplante Outdoor-Programm am nahe gelegenen Troppberg. Rund 60 KollegInnen nahmen teil, darunter auch Vorstand

Georg Schöppl, der das Programm den ganzen Tag über begleitete.

Tagesablauf:

Nach der Begrüßung und einleitenden Worten durch Vorstand Georg Schöppl, dem Personalleiter Johann Sauprigl und Betriebsratsvorsitzenden Andreas Freistetter wurden die Ergebnisse der 1. Gesundheitsbefragung durch Dr. Christian Scharinger präsentiert. Der allgemeine Gesundheitszustand wurde grundsätzlich positiv bewertet. Aus dem Spektrum der erhobenen gesundheitsrelevanten Belastungen am Arbeitsplatz ragen erwartungsgemäß die Themen „Zeitdruck“ und „Stress“ heraus. Weiters waren die Themen „Bildschirmarbeit“ und „körperliche Arbeitshaltung“ von großer Relevanz. Die sozialen Bedingungen des Arbeitsumfeldes und das Führungsverhalten wurden grundsätzlich positiver bewertet. Mit rund 70% Beteiligung war die Teilnahmequote erfreulich hoch. Im Anschluss präsentierte die ÖBfit-Projektverantwortliche für die UL, Pia Buchner, die geplanten Maßnahmen und das ÖBfit-Programm 2010/11. Danach folgte der Übergang zum „aktiven“ Teil.

Aktivteil I: Stationsbetrieb mit 4 ÖBfit-Stationen

Insgesamt vier verschiedene ÖBfit-Stationen waren unterschiedlichen Themen gewidmet: Die erste Station bot die Möglichkeit zu einem Gesundheitscheck mit Blutdruck- und Körperfettmessung, Bestimmung des Body-Mass-Index, Muskel- und Lungenfunktionstest sowie Koordinationsübungen mit „Wackelbrett“ und Sprungplatte, die von der AUVA durchgeführt wurden. Die zweite Station war dem Thema „Rücken & Wirbelsäule“ gewidmet. Dr. Hannes Pratscher, Sportpädagoge und Trainer, sprach über



die Ursachen von Rückenbeschwerden, Aufbau und Funktion von Wirbelsäule und Rumpfmuskulatur und Wirbelsäulen schonendes Verhalten im Alltag. Die praktische Einführung in Mobilisierungs-, Koordinations-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen mündete in ein Kurzprogramm unter dem Motto „Fit in 1 Minute, noch fitter in 5 Minuten“. An der dritten Station beschäftigte sich Arbeits- und Gesundheitspsychologe Dr. Norman Schmid in einem Impulsvortrag mit dem Thema „Work-Life-Balance“. An der vierten Station führte Diätologin Michaela Weinlinger eine Ernährungsberatung durch. Sie informierte unter anderem über die neue Ernährungspyramide, den Zuckergehalt von Lebensmitteln sowie einfache und schnelle Zubereitung von gesundem Essen im Büro. Besonderen Anklang fand die Verkostung von Bioprodukten.

Aktivteil II: Outdoor-Programm

Anschließend an den Stationsbetrieb ging's ins Freie: Zur Auswahl standen Nordic Walking, betreut von einer Trainerin des ASV Pressbaum, oder eine naturkundliche Wanderung am Troppberg, geführt von Barbara Schuss und Clemens Endlicher vom Biosphärenpark-Team des ÖBf-Forstbetriebs Wienerwald. Sowohl beim



Nordic Walking als auch bei der Biosphärenpark-Führung genossen die KollegInnen die Zeit im Freien und konnten ihr sportliches wie naturkundliches Wissen auffrischen und ausbauen. Schließlich klang der Tag bei einer abschließenden Kaffeejause entspannt aus.

Shiatsu

Am 9. September 2010 fand in der Unternehmensleitung ein Shiatsu-Vortrag mit Claudia Graf statt. Im Anschluss an den Kurzvortrag konnten Interessierte Shiatsu ausprobieren und eine „Schnupperstunde“ absolvieren. Die Veranstaltung fand regen Anklang, rund 40 KollegInnen haben an der Veranstaltung teilgenommen. Die Anmelde Listen für die ersten Shiatsu-Tage waren in kurzer Zeit voll. In weiterer Folge wurde jeweils donnerstags im Haus die Möglichkeit zu einer Shi-

2 Jahre „ÖBfit“

atsu-Behandlung angeboten. Besonders Rücken- und Wirbelsäulen-Beschwerden sollten durch langfristige Behandlungen nachhaltig gelindert werden. Die Behandlungen wurden im Ordinationsraum von Arbeitsmedizinerin Dr. Klufa durchgeführt, eine Behandlung dauerte 30 Minuten. In Summe wurden im Projektzeitraum 09/2010 bis 12/2011 322 Behandlungen durchgeführt, die Behandlungen wurden im Rahmen von ÖBfit gestützt und konnten während der Arbeitszeit in Anspruch genommen werden.

Rückenkurs „Gesunder Rücken“ mit Dr. Pratscher

Von 11. November bis 16. Dezember 2010 fand ein 6-wöchiger Rückenkurs („Gesunder Rücken“) mit Dr. Pratscher statt. Dem Kurs ging ein Auftaktvortrag am 21. Oktober in der Unternehmensleitung voraus, in dem Dr. Pratscher Hintergrund, Ziele und Kursinhalte ausführlich darstellte und die Möglichkeit zu Fragen bot. Im Anschluss konnten sich Interessierte gleich für den Kurs anmelden. An dem Vortrag nahmen 25, an dem Kurs 19 KollegInnen teil – die max. Teilnehmerzahl (15 Personen) wurde damit leicht überschritten, durchschnittlich nahmen jedoch nicht mehr als rund 15 Personen gleichzeitig an einer

Übungseinheit teil. Der Rückenkurs wurde von einer vorangehenden und einer abschließenden medizinisch-sportwissenschaftlichen Untersuchung, durchgeführt vom Orthopädie-Zentrum Krems, begleitet (jeweils 29.10. und 17.12.2010).

Lehrgang „MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen“ mit Dr. Pratscher

Weiters wurde im Herbst 2010 der Lehrgang „MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen“ mit Dr. Pratscher abgehalten. An 2 Ausbildungstagen (20.9. und 6.10.2010) wurden Bewegungsgrundlagen vermittelt und Dehnungs-, Kräftigungs- und Koordinationsübungen am Arbeitsplatz mit konkreten Übungsanleitungen vorgestellt. Der Lehrgang fand im Festsaal der Unternehmensleitung statt, 7 Personen nahmen daran teil, darunter auch 2 KollegInnen aus dem Nationalparkbetrieb Donau-Auen, wo der Lehrgang aufgrund der kleinen Betriebsgröße nicht zustande kommen konnte. Ziel des Lehrgangs war es, MitarbeiterInnen zur selbständigen Durchführung von einfachen Bewegungsübungen am Arbeitsplatz auszubilden, die diese wiederum an KollegInnen weitergeben und gemeinsam am Arbeitsplatz ausüben können.



Warme Mittagsverpflegung

Im Rahmen des Projektes wurde der vielfache Wunsch nach einer warmen Mittagsverpflegung aufgegriffen und mit der Firma Gourmet Menü (Sitz in St. Pölten) ein Betriebsversuch gestartet. Nach einer Erstverkostung im September 2010 ging der Betriebsversuch im Februar 2011 in Umsetzung. Seither können aus einem vorbestellten Pool an Mittagsmenüs täglich warme Mahlzeiten abgerufen werden. Im Schnitt werden zwischen 12-15 warme Mahlzeiten pro Tag bestellt. Zwei KollegInnen aus DLI, Anneliese Riedel, und aus PSR, Alexandra Tiapal, übernahmen dankenswerterweise „ehrenamtlich“ die Essensabwicklung. Für die Essensaufbereitung wurden Leihgeräte angeschafft (Tiefkühlschrank, Heißluftofen), deren Kosten im Rahmen von ÖBfit gestützt wurden. Die Mittagsmenüs werden nicht gestützt.

Im Rahmen von ÖBfit fanden eine Reihe von Vorsorgeuntersuchungen statt – neben einer „klassischen“ Gesundenuntersuchung auf vielfachen Wunsch ein Melanom-Check (Hautarzt) und eine Vorsorgeuntersuchung zum „Grünen Star“ (Augenarzt).

Gesundenuntersuchung

Im Frühling 2011 (April-Juni) wurde von der Arbeitsmedizinerin Dr. Sigrid Klufa in der Unternehmensleitung eine Gesundenuntersuchung durchgeführt. Die Untersuchung fand in den Ordinationsräumlichkeiten der UL statt, 32 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nutzten dieses Vorsorgeangebot.

Melanom-Check

Am 21. Juni 2011 wurde eine kostenlose Melanom-



Vorsorgeuntersuchung für alle interessierten KollegInnen durchgeführt. Die Untersuchung fand während der Arbeitszeit, zwischen 09.30 und 13.00 Uhr, in der Unternehmensleitung (Ordinationsräumlichkeiten Dr. Klufa) statt. Durchgeführt wurde der Melanom-Check von FA Franz Heinzl, niedergelassener Dermatologe in Purkersdorf. An der Untersuchung nahmen 42 MitarbeiterInnen teil.

Glaukom-Screening – Vorsorgeuntersuchung („Grüner Star“)

Aufgrund der Ergebnisse der 1. Gesundheitsbefragung wurde eine Glaukom-Vorsorgeuntersuchung („Grüner Star“) mit einem niedergelassenen Facharzt für alle MitarbeiterInnen im Haus (in der Unternehmensleitung) durchgeführt. Die Untersuchung fand am 9. November 2011 im Zeitraum von 09.00 – 13.00 Uhr in den Ordinationsräumen der Arbeitsmedizinerin statt. Durchgeführt wurde die Vorsorgeuntersuchung von FA Dr. Grechenig. Die Teilnahme erfolgte während der Arbeitszeit. Insgesamt 19 KollegInnen machten von der Möglichkeit der Vorsorgeuntersuchung Gebrauch.

2 Jahre „ÖBfit“

Revierleiter-Tag

Zu wenig Einblick in die forstliche Praxis und zu geringe Vorstellung vom Alltag der KollegInnen „draußen“ waren der Anlass, für alle „Büro-MitarbeiterInnen“ in der UL einen Revierleitertag zu veranstalten. Dieser fand am 9. Juni 2011 im Forstrevier (FR) Stadlhütte statt. Ziel des Revierleitertages war eine Vertiefung des innerbetrieblichen Verständnisses sowie ein besserer Informations- und Kommunikationsaustausch zwischen den KollegInnen im Forstbetrieb (Wienerwald) und in der Unternehmensleitung. Revierleiter Wolfgang Haas (FR Stadlhütte) und Biosphärenparkleiterin Alexandra Wieshaider leiteten die halbtägige Exkursion (12.30 – 17.00 Uhr) und vermittelten wertvolle Einblicke rund um die Forst-/Revierarbeit in der täglichen Praxis. An dem Revierleiter-Tag nahmen 11 Personen teil, die Teilnah-

me fand ganz (Vollzeit) oder teilweise (Teilzeit) in der Arbeitszeit statt.

Biosphärenpark-Exkursion im Wienerwald

Zu wenig Wissen von der Natur, Ökosystemen und „dem Leben draußen“ war auch einer Punkte, die bei der Befragung oft genannt wurden. Im Rahmen von ÖBfit wurde daher eine Exkursion in den Wienerwald organisiert, begleitet von Forstwirten und Biologen des Forstbetriebs Wienerwald im Biosphärenpark. Die Exkursion fand – nachdem der erste Termin wegen Schlechtwetters verschoben werden musste - am 3. August 2011 statt. Im Rahmen einer naturkundlichen Führung erklärte ÖBf-Naturführer Clemens Endlicher die Besonderheiten des Biosphärenparks und seiner spezifischen Fauna und Flora. Einen Nachmittag lang führte er durch das





ÖBf-Gebiet/Revier Stadlhütte und vermittelte bei einer Wanderung entlang des Dammbaches Wissenwertes rund um das Ökosystem Wasser. An der Exkursion nahmen 12 KollegInnen im Rahmen ihrer Arbeitszeit teil.



Business Run

2010 und 2011 nahm eine ÖBf-Gruppe am Business Run im Wiener Prater teil (jeweils im September). Während es 2010 2 Teams zu je 3 Personen waren, fanden sich 2011 bereits 21 KollegInnen (7 Teams zu



2 Jahre „ÖBfit“

je 3 LäuferInnen) zum gemeinsamen Lauf zusammen. Ein Kollege aus ITM, Christian Kuschnig, übernahm die Organisation und Koordination der LäuferInnen. Das Unternehmen kam im Rahmen von ÖBfit für das Nenngeld aller TeilnehmerInnen auf und stattete diese mit ÖBf-Shirts aus.

Beachvolleyball

Im Rahmen von ÖBfit unterstützt wurde auch eine Beachvolleyball-Initiative. Jeweils mittwochs traf sich eine Gruppe von KollegInnen zum gemeinsamen Beachvolleyball-Spiel auf der Freizeitanlage des nahegelegenen „Jägerwirt'n“ in 1140 Wien. Die Gruppe steht sowohl Anfängern als auch Fortgeschrittenen offen. Trainiert wird von Beginn der Outdoor-Saison bis Saisonende (Mitte Oktober) jeweils mittwochs von 17.00 – 19.00 Uhr. Die „Neigungsgruppe Beachvolleyball“ besteht aus rund 15 KollegInnen, davon je nach Zeit/Verfügbarkeit 6-8 Personen an den Spielen teilnehmen.



Anschaffung einer Sitzbank – „Gesundes Jaus'nbankerl“

In der Gesundheitsbefragung wurde vielfach die – mangels Ausstattung - fehlende Möglichkeit einer kurzen Arbeitspause im Freien angemerkt, trotz Unternehmenssitz „im Grünen“ (Purkersdorf). Im Rahmen von ÖBfit wurde eine neue Sitzbank angeschafft, sodass zukünftig kleinen Pausen auch im Freien gemacht und eine Jause an der frischen Luft eingenommen werden kann. Die Lärchenbank wurde von einem ÖBf-Kollegen der Forsttechnik in Ebensee getischlert und besteht aus robustem, wetterfesten Lärchenholz.

ÖBfit-Abschlussveranstaltung

Den Abschluss von ÖBfit bildet eine Abschlussveranstaltung in der Unternehmensleitung im März 2012. Nach einem kurzen Vortragsteil - Projekt-Rückschau, Ergebnisse der 2. Gesundheitsbefragung, Ausblick auf die weitere betriebliche Gesundheitsförderung/Gesundheitsvertrauensperson – wird eine gemeinsame Wanderung auf die nahe dem Unternehmen bei Purkersdorf gelegene Hochram-Alm den Schlusspunkt von ÖBfit in der UL bilden.

Pia Buchner

*Projektverantwortliche ÖBfit
Unternehmensleitung*



Ergebnisse der 2. Gesundheitsbefragung

Das Projekt „Öbfit“ hat sich zum Ziel gesetzt, die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Österreichischen Bundesforste konkret zu fördern. Öbfit startete in der Unternehmensleitung im Jänner 2010 mit einem Gesundheitstag und einer ersten Gesundheitsbefragung. Im Rahmen dieser 1. schriftlichen Befragung, an der 75 Personen teilnahmen, wurden wichtige Daten zum Bereich der gesundheitsrelevanten Belastungen und Ressourcen erhoben.

Basierend auf diesen Ergebnissen und den Vorschlägen aus den Gesundheitszirkeln wurden in den weiteren Projektschritten konkrete Umsetzungsmaßnahmen geplant und realisiert.

Die an dieser Stelle dargestellten Ergebnisse der zweiten Gesundheitsbefragung konzentrieren sich am Ende der Projektphase stärker auf die Frage nach beobachtbaren Veränderungen und die Bewertung der Projektumsetzung. An der 2. Gesundheitsbefragung, die im November 2011 durchgeführt wurde, nahmen 71 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Unternehmensleitung teil. Beide Erhebungen wurden von der OÖGKK durchgeführt und ausgewertet.

Folgende Ergebnisse lassen sich kurz zusammengefasst anführen:

Vor allem soziale Ressourcen konnten seit dem Zeitpunkt der ersten Untersuchung markant gestärkt werden. Sowohl Vorgesetzte als auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter selbst bieten heute einen größeren Rückhalt als vor Beginn des betrieblichen Gesundheitsförderungsprojektes. Generell werden Vorgesetzte in der 2. Gesundheitsbefragung wesentlich besser beurteilt als vor Projektbeginn. Eine weitere positive

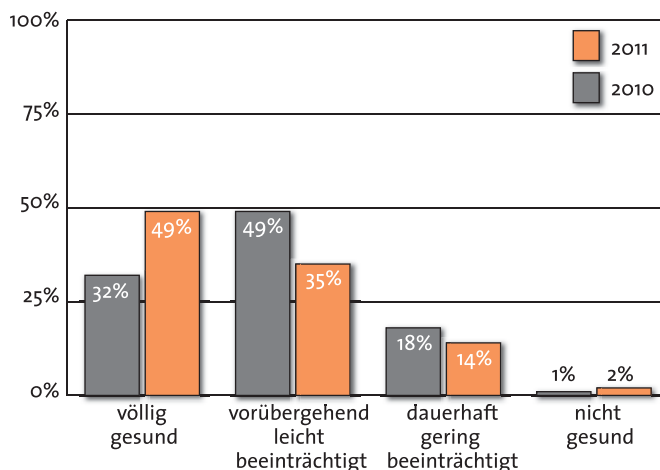
Veränderung betrifft den Rückgang an wahrgenommenen Belastungen. Im Speziellen konnten Belastungen durch Zeitdruck, Stress, körperliche Arbeitshaltung oder auch Lärm reduziert werden und stellen somit ein deutlich geringeres Gesundheitsrisiko für die Beschäftigten dar. Im Zeitverlauf kommt es zudem zu einer Erhöhung der Arbeitszufriedenheit.

Im weiteren einige Details in Bezug auf gesundheitsrelevante Entwicklungen im Zeitraum zwischen Jänner 2010 und Dezember 2011:

Gesundheitliche Befindlichkeit

Die Selbsteinschätzung des allgemeinen Gesundheitszustandes hat sich zwischen den beiden Befragungszeitpunkten leicht verbessert. So stieg der Anteil der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ihren Gesundheitszustand subjektiv als völlig gesund einschätzen, deutlich an:

Selbsteinschätzung des allgemeinen Gesundheitszustandes



Fast die Hälfte der befragten Belegschaft schätzen sich selbst im Rahmen der 2. Gesundheits-

befragung als völlig gesund ein; rund ein Fünftel fühlt sich gesundheitlich beeinträchtigt.

Arbeitsbezogene Belastungen

In Bezug auf die wahrgenommenen arbeitsbezogenen Belastungen lassen sich die folgenden Tendenzen – *in der Grafik rechts* – feststellen.

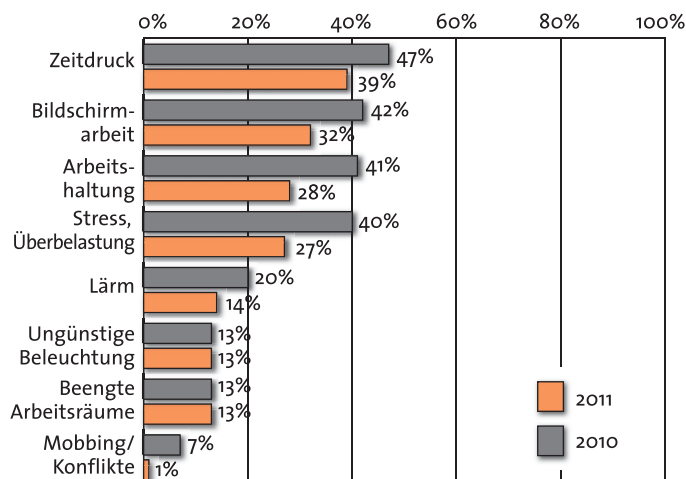
Es kommt zu einer Reduktion von Belastungen in den Bereichen Zeitdruck, Stress, körperliche Arbeitshaltung und Lärm.

Andere Faktoren wie Beleuchtung oder Ausstattung mit Arbeitsräumen werden unverändert bewertet.

Diese grundsätzlich positiven Entwicklungen lassen sich auch in den Dimensionen der SALSA-Werte ablesen:

Belastungen durch äußere Tätigkeitsbedingungen

(Anteil der Personen, die sich davon belastet fühlen in %)



Ausgehend von einem guten Niveau verbessern sich vor allem die sozialen Ressourcen, während die Belastungsfaktoren auf der Ebene der Überforderung zurückgehen.

SALSA-Werte im Überblick – Vergleich 2010 und 2011	2010	2011
Belastungen		
Überforderung*	2,45	2,23
Überforderung quantitativ*	2,66	2,43
Überforderung qualitativ *	2,23	2,03
Unterforderung*	2,24	2,07
Belastendes Sozialklima	2,18	2,06
Belastendes Vorgesetztenverhalten*	2,13	1,78
Organisationale Ressourcen		
Tätigkeitspielraum	3,70	3,80
Partizipationsmöglichkeiten	2,96	3,02
Persönl. Gestaltungsmöglichkeiten d. Arbeitsplatzes*	3,51	3,96
Spielraum für persönliche und private Dinge*	3,43	3,63
Soziale Ressourcen		
Positives Sozialklima*	3,68	3,83
Mitarbeiterorientiertes Vorgesetztenverhalten*	3,56	3,92
Soziale Unterstützung durch Vorgesetzte*	3,63	4,01
Soziale Unterstützung durch Arbeitskollegen*	3,85	4,09

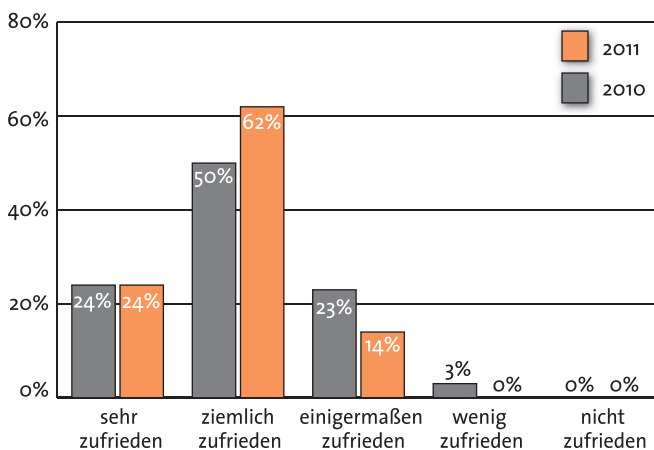
Lesehilfe: Wertebereich: 1 – 5, 1 = niedrig, 5 = hoch. Hohe Werte bei den Belastungen sind kritisch zu bewerten. Hohe Werte bei den Ressourcen sind positiv zu bewerten. * Mittelwert unterscheidet sich signifikant vom Vergleichswert. Signifikant positive Werte sind weiß, signifikant negative Werte sind rot markiert.

Ergebnisse der 2. Gesundheitsbefragung

Arbeitszufriedenheit

Im Rahmen der Gesundheitsbefragung wurde auch die Arbeitszufriedenheit insgesamt erhoben und zwar mittels der Variable: „Wenn Sie an alles denken, was für Ihre Arbeit eine Rolle spielt (z.B. Tätigkeit, Arbeitsbedingungen, KollegInnen, Arbeitszeit usw.): Wie zufrieden sind Sie dann insgesamt mit Ihrer Arbeit?“. Erfreulicherweise lassen sich auch bei dieser Frage positive Entwicklungen festhalten:

Einschätzung der Arbeitszufriedenheit



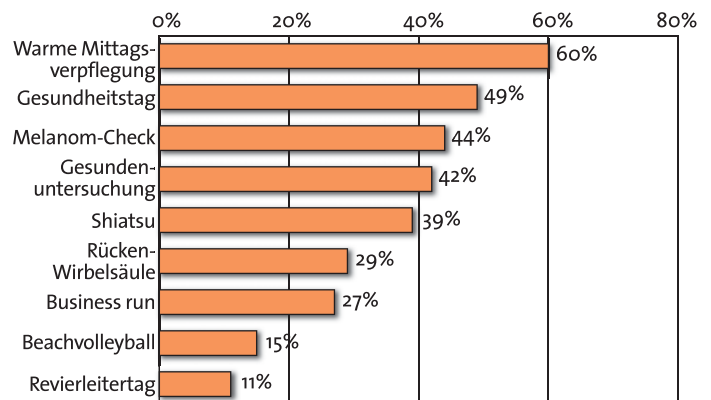
Der Anteil der Belegschaft, der mit ihrer Arbeit „sehr“ bzw. „ziemlich zufrieden“ ist, stieg an. Im Gegenzug verringerte sich der Anteil derer, die die Arbeitszufriedenheit kritischer einschätzen.

Projektteilnahme

Erfreulich hoch auch die Teilnahme am Projekt „Öbfit“ in der Unternehmensleitung. Rund 80% der MitarbeiterInnen hat sich zumindest einmal am Projekt beteiligt; etwa 65% der Beschäftigten haben an mehreren Umsetzungsmaßnahmen teilgenommen.

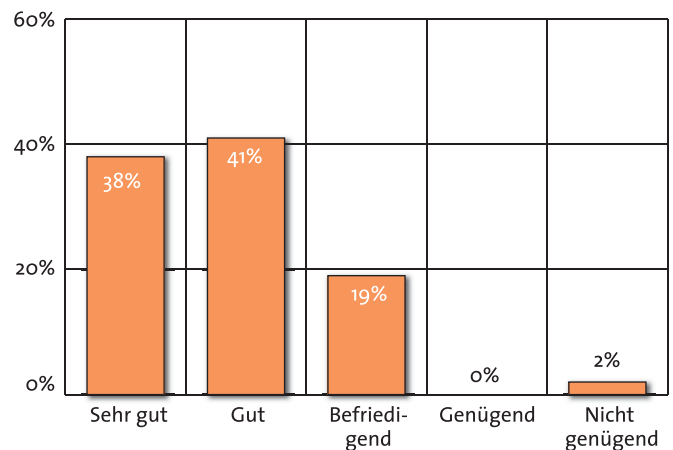
Über die Teilnahmebereitschaft der MitarbeiterInnen an einzelnen Maßnahmen gibt folgende Abbildung einen Überblick:

Teilnahme an einzelnen Aktivitäten



Gesamtbeurteilung des Projektes „Öbfit“

Die Organisation und Umsetzung des Projektes wurde grundsätzlich sehr positiv bewertet und die Gesamtbeurteilung des Projektes „Öbfit“ fällt durchwegs positiv aus. Rund 80% der Befragten beurteilen das betriebliche Gesundheitsförderungsprojekt der Österreichischen Bundesforste mit „Sehr gut“ bzw. „Gut“.



Auch wenn die beschriebenen Entwicklungen und Veränderungen nicht allein auf die Aktivi-

täten des Projektes „ÖBfit“ zurückgeführt werden sollen, weisen die vorliegenden Daten auf die Wirksamkeit von betrieblicher Gesundheitsförderung hin. Für die zukünftige Entwicklung bleibt zu wünschen, dass das Thema „Gesundheit“ und die Prinzipien der Betrieblichen Gesundheitsförderung in die bestehenden Orga-

nisationsstrukturen und -prozesse gut integriert werden können. Ein guter Grundstein dafür ist in der Unternehmensleitung der Bundesforste auf jeden Fall gelegt.

Dr. Christian Scharinger



ÖBfit

ÖSTERREICHISCHE
BUNDESFORSTE AG
GESUNDHEITSFÖRDERUNG