

**Betriebliches
Gesundheitsförderungsprojekt
„Wir schützen Leben, auch unser eigenes“**



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Geschäftsbereich



**BUNDESMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT**

Gesundheit Österreich
GmbH



**Fonds Gesundes
Österreich**

| | |
|---|---|
| Projektnummer | 2710 |
| Projekttitel | „Wir schützen Leben, auch unser eigenes“ Langtitel: "Wir schützen Leben" Auch unser eigenes! ELVG Bentlage möchte dem Firmenmotto folgen sich auch nach außen als gesundheitsfördernder Betrieb zeigen und deshalb das Gütesiegel erlangen. |
| Projektträger/in | ELVG Bentlage Susanne Bentlage e.U. |
| Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten | 1.10.2015 – 30.06.2016, 9 Monate |
| Schwerpunktzielgruppe/n | <ul style="list-style-type: none">• Alle Beschäftigten• Schwerpunkt: ältere MitarbeiterInnen |
| Erreichte Zielgruppengröße | Alle Beschäftigten |
| Externe Beraterin | Petra Baumgarthuber, MBA |
| Projektleitung | Susanne Bentlage, Michael Schlaffer, Werner Kollmann |
| Emailadresse/n Ansprechpartner/innen | susanne.bentlage@elvg.at |
| Weblink/Homepage | www.elvg.at/BGFProjekt.html |
| Datum | 18.08.2016 |

1. Kurzzusammenfassung

Wir sind ein familiäres Unternehmen in dem die Mitarbeiterin und der der Mitarbeiter sehr wertgeschätzt werden und im Mittelpunkt der Bemühungen stehen. Mit zufriedenen und somit gesunden MitarbeiterInnen ergibt sich der Rest dann viel einfacher. Uns ist bewusst geworden, dass unser Erfolgsgeheimnis darin liegt, dass unsere MitarbeiterInnen gerne bei uns arbeiten und zufrieden sind. Um dies zu erhalten oder zu verbessern wollen wir das Thema Gesundheit noch mehr in den Mittelpunkt stellen. Vor allem die Wechselwirkung von psychischer und physischer Gesundheit ist uns ein großes Anliegen. Und wir wollen beweisen, dass es auch möglich ist Arbeiter und Monteure einzubinden, obwohl auf Baustellen ein eher anderes Bild gegeben ist. Wir haben viele ältere ArbeitnehmerInnen beschäftigt, unser Durchschnittsalter der Beschäftigten beträgt 46 Jahre. Hier ist also auch großer Schwerpunkt des Projektes, da wir die älteren MitarbeiterInnen möglichst lange im Betrieb halten wollen. Und im technischen Bereich, also im Außendienst in den Objekten und auf den Baustellen arbeiten bei uns ausschließlich Männer. Das Thema Mann und Gesundheit ist eine zusätzliche Herausforderung in diesem Projekt. Durch den Krebstod unseres Firmengründers im Oktober 2015, der mit 75 Jahren noch aktiv im Betrieb mitgewirkt hat, wurden wir wieder schmerzhaft daran erinnert, dass Gesundheit unser größtes Gut ist.


In der Vorprojektphase haben wir Kontakt mit der Wiener Gebietskrankenkassa aufgenommen und unser Interesse bekundet. Es wurde die BGF Charta des Österreichischen Netzwerks für BGF unterzeichnet. Das Projektteam hat das Seminar „BGF-Projektleitung für Klein- und Kleinstbetriebe“ in Linz besucht, sowie die Führungskräfte das Seminar „Gesundes führen“, eingebunden ist die Sicherheitsvertrauensperson, die jetzt auch Gesundheitsvertrauensperson ist. Es wurde das Team informiert über das geplante Projekt und eine externe Beraterin gewählt. Es wurde im August 2015 um eine Förderung beim Fonds Gesundes Österreich angesucht. Die Gewährung einer Förderung wurde am 24.2.2016 bewilligt.

Da wir von einem engen Zusammenhang zwischen psychischer und physischer Gesundheit überzeugt sind, ist der Ansatz im wirklich zusammenhaltenden, familiären und befreundeten Team zu suchen. Wir besprechen im Unternehmen weit mehr als berufliche Themen. Wir achten sehr darauf, dass Arbeit nicht krank macht, sowohl auf körperliche Belastungen richten wir großes Augenmerk als auch auf psychische Belastungen wie Ungereimtheiten. Hier ist offene Kommunikation unser Werkzeug. Wertschätzung, Mitsprache und Offenheit wird bei uns gelebt. In der Vergangenheit bereits geachtet wurde auf ergonomische Arbeitsplätze, Unterweisungen, Verwendung der PSA und Sicherheit. Außerdem sind alle MitarbeiterInnen Ersthelfer. Auch einen Defibrillator haben wir im Betrieb. Es fand auch ein Arbeitsbewältigungs-Coaching statt.

2. Projektkonzept:

Wir wollten evaluieren, ob es belastende Situationen, Arbeitsabläufe oder Bedingungen gibt und diese verbessern. Wir wollen erreichen, dass die älteren MitarbeiterInnen möglichst lange gesund bei uns arbeiten und dabei gesund bleiben. Wir wollen alle MitarbeiterInnen zum Thema Gesundheit sensibilisieren und informieren. Wir wollen nicht nur das Leben unserer Kunden schützen (Firmenmotto), sondern auch unser eigenes. Wir wollen stolz die Auszeichnung "gesundheitsfördernder Betrieb" führen und nach außen tragen. Wir wollen das gute Betriebsklima erhalten und vielleicht sogar verbessern. Wir wollen den Stress am Arbeitsplatz vermindern und Lösungen suchen, wie wir damit besser umgehen können. Wir wollen an Ausbildungen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung teilnehmen.

3. Projektdurchführung

|  Wir schätzen Leben www.elvg.at | | BGF Projekt "Wir schützen Leben, auch unser eigenes!" | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|-------------|-----|------|--------|-----------|---------|----------|----------|--------|---------|------|-------|-----|------|---------|
| | | 2015 | | | | | | 2016 | | | | | | | | | |
| Projektphasen, Arbeitsschritte & Meilensteine | | Datum | Meilenstein | Jun | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember | Jänner | Februar | März | April | Mai | Juni | ab Juli |
| | | 1. Projektphase: Projektvorbereitung | | | | | | | | | | | | | | | |
| Erstgespräch mit externer Beraterin | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Projektauftrag ist unterzeichnet - Meilenstein 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bildung Projektteam | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bewusstsein schärfen, Wichtigkeit hervorheben | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Verschriftlichung der Projektziele | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Titelfindung des Projektes | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Erstellung Projektzeitplan | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Erstellung Projekt Finanzplan | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ausbildungen (BGF Projektleiter) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Planung der TED Abfrage mit Andrea Schober WGKK | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dokumentation des chronologischen Ablaufs | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Planung Projektstart ev. Jahresschwerpunkt | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Treffen Steuerungsgruppe | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fonds Antrag Einreichung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Information Führungskräfte | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Information Team | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Projektphase: Kick-off | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kick-off Veranstaltung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Besuch Gesundheitstag von Projektteam/Steuerungsgruppe | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Erhebung / Befragung mittels TED Abfrage | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Information | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dokumentation des chronologischen Ablaufs | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Kick-off Meilenstein 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Projektphase: Diagnosephase | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Befragungsergebnisse ermitteln (interne Präsentation) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Workshop Führungskräfte | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Workshop MitarbeiterInnen | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Zusammenführungsworkshop | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Auswertung der Dokumentation der Ergebnisse | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Maßnahmenplanung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2.Steuerungsgruppensitzung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dokumentation der Ergebnisse | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Information an die MitarbeiterInnen durch Projektleitung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Gesundheitstag "Karriere und Gesundheit" für Projektteam | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ergebnis Mitarbeiterbefragung Meilenstein 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Projektphase: Umsetzungsphase | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Maßnahmen werden umgesetzt und intern evaluiert | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3.Steuerungsgruppensitzung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dokumentation und laufende Information an MitarbeiterInnen | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Präsentation Ergebnisse Gesundheitszirkel Meilenstein 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. Projektphase: Projektabschlussgespräch | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Evalulierungsergebnisse und Endgespräch | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4.Steuerungsgruppensitzung mit Interpretation und | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Präsentation der Ergebnisse der 2. Befragung bzw. 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Auswertung durch externe Beratung im Unternehmen | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dokumentation Erstellung Projektbericht | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. Projektabschluss | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Beratung und Unterstützung bei der nachhaltigen Verankerung | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Abschlussgespräch | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Abschlussveranstaltung | | | | | | | | | | | | | | | | | |



Maßnahmen für alle MitarbeiterInnen:

(alle innerhalb der Arbeitszeit, außer Teamtraining in Jesolo)

- Firmeninternes Seminar „heitere Gelassenheit & die beglückende Leichtigkeit“ im Umgang mit schwierigen Menschen (Kunden)
www.elvg.at/aktivitaeten.html#training
- Verbesserung der Kommunikation durch bessere Nutzung von Kalendern und Messengergruppen
- Einladung zu einem 4-tägigen Teamtraining in Jesolo mit dem Schwerpunkt Gesundheit, Achtsamkeit, Bewegung und Entspannung
www.elvg.at/aktivitaeten.html#Jesolo
- Entschluss zusätzliche Räumlichkeiten anzumieten für größeren Besprechungs- bzw. Pausenraum
- Die Sicherheitsvertrauensperson wird zusätzlich zur Gesundheitsvertrauensperson als Ansprechperson für gesundheitliche Belange
- Zusätzliches Einzelcoaching aufgrund des Gruppenseminars
- Angebot zum Besuch eines Fitnessstudios mit Personaltrainer
- Angebot sich der Laufgruppe anzuschließen
- Angebot zu Raucherentwöhnungsseminaren
- Ernährung: Veganer Vortrag und Kochkurs in der Firmenküche inkl. Rezepte und der Möglichkeit auch weiterhin nachzufragen beim Vortragenden
www.elvg.at/aktivitaeten.html#vegan
- Ernährung: Kostenlose zur Verfügungstellung von einem BIO Energy Drink, um andere, schädliche Energydrinks zu vermeiden

- Bewegung: Besuch der Ausbildung „Mitarbeiter bewegen Mitarbeiter“ von Kenneth Lauritz Moucka und Lukas Gelosky
www.elvg.at/BGFProjekt.html#MbM
- Ernährung: Zusätzlich zum bereits vorhandenen Obstkorb wird ein Jausenkistl bestellt, mit BIO Brot, Getränk, Käse und Gemüse
- Bewegung: MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen, Einladung zum gemeinsam Durchführen von Übungen





Maßnahmen für Führungskräfte/Projektleitung:

- Seminar „Gesundes Führen“
- Erhöhung der Frequenz der Führungskräfteklausuren und der Gespräche mit der Geschäftsführung
- Vortrag "Herausforderung altersgerechtes Arbeiten"
- Führungskräftecoaching

Es fand eine 2.TED Befragung statt. Bei dieser sind im Vergleich zur 1.TED Befragung keine wesentlichen Änderungen bzw. leichte Verbesserungen ersichtlich gewesen. (trotz schon sehr guten Ergebnissen bei der Erstbefragung) Eine Verbesserung ist eindeutig bei der Anwendung der Entspannungstechniken ersichtlich. Bei einem Punkt wurde der absolute Höchstwert erreicht. (Zusammenhalt in der Abteilung)

Im Rahmen unserer wöchentlichen Besprechung wurde das Ergebnis der Zweitbefragung besprochen und das Team wurde motiviert Rückmeldungen zu geben, in welchen Bereichen zusätzliche Angebote gewünscht werden.

Zusammenfassung der externen Beraterin: Der Betrieb setzt bewusst sowohl auf die wirtschaftliche Gesundheit des Unternehmens als auch auf die körperliche und mentale Stabilität der Belegschaft. Das BGF-Projekt wurde bereitwillig geplant und durchgeführt. Besonders hervorzuheben ist dabei die MbM-Ausbildung von Lukas Gelosky und Kenneth Lauritz Moucka. Jeweils freitags werden beim Jour Fixe die Übungen mit der Belegschaft durchgeführt. Aber auch das Teamtraining in Jesolo, für das Entspannungstrainer engagiert wurden, damit die Mitarbeiter Entspannungstechniken kennenlernen und ausprobieren konnten. Der wertschätzende und authentische Umgang mit den MitarbeiterInnen und auch unter den Kollegen zeigen sich in der übernommenen und gelebten Verantwortung jedes Einzelnen im Hinblick auf die Gesundheit und dem Wohlbefinden der MitarbeiterInnen. Als externe Beraterin empfehle ich das BGF-Projekt der Firma ELVG-Bentlage ihrer Verantwortung auch darin, für die psychische Stabilität zu sorgen. Herr und Frau Bentlage setzen bewusst sowohl auf die wirtschaftliche Gesundheit des Unternehmens als auch auf die körperliche und mentale Stabilität der Belegschaft.

6. Zielsetzung/erreichung:

| Formulierte Ziele | Zielerreichung |
|---|---|
| Belastende Situationen und Arbeitsabläufe evaluieren durch TED Befragung, MA Workshops | In den Workshops wurde erfolgreich aufgezeigt, wo Bedarf besteht. |
| Gutes Betriebsklima erhalten | Laut 2.TED Befragung und Rückmeldungen im Arbeitsalltag erreicht |
| Stress am Arbeitsplatz vermindern bzw. Lösungen suchen, wie man damit besser umgehen kann | Durch Erhebung in den Workshops, Lösungen im Teamtraining erlernt MA Workshops inkl. Maßnahmenumsetzung |
| Teilnahme an Ausbildungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung | Erfolgreiche Teilnahme mehrerer Veranstaltungen |

| | |
|--|--|
| Alle Mitarbeiter zum Thema Gesundheit sensibilisieren | Durch die Maßnahmen wurden die MitarbeiterInnen sensibilisiert |
| Laufteam vergrößern durch Angebot und Sensibilisierung | Unser Laufteam ist wieder um 3 Personen gewachsen |

7. Nachhaltigkeit

In den Regelbetrieb wird die gemeinsame Durchführung der Bewegungsübungen (MbM) übernommen. (jeden Freitag vor der Teambesprechung). Ein BGF-Budget wird weiterhin zur Verfügung stehen. Die Sicherheitsvertrauensperson wird zusätzlich zur Gesundheitsvertrauensperson und an Ausbildungen teilnehmen. Die Aufmerksamkeit auf gelebte Kommunikation wird beibehalten. Die beim Training in Jesolo gelernten Entspannungs-Übungen werden gemeinsam angewendet und somit trainiert und vertieft. Aufgrund der guten Resonanz wird ein weiteres Teamtraining für 2017 geplant. Das Projektteam wird am Workshop „Nachhaltigkeit nach Projekten“ im Oktober 2016 teilnehmen, sowie am Gesundheitstag in Linz im September 2016. Weitere Befragungen durch die WGBKK sind geplant. Weitere Workshops sind geplant.

Bericht erstellt von Susanne Bentlage im August 2016

