

Es braucht mehr als ein Salatbuffet

Immer mehr Betriebe merken, dass sich Gesundheitsförderung lohnt. Ab Juli können sie sich im Internet eine Anleitung holen.

Von **Susanne Anderegg**

Was muss ein Unternehmen tun, damit seine Angestellten gesünder werden? Am Morgen Äpfel verteilen und einen Joggingtag organisieren? «Solche Massnahmen sind bloss ein Tropfen auf den heissen Stein», sagt Sandra Kündig vom Institut für Arbeitsmedizin in Baden. Ein frisches Salatbuffet und individuell eingestellte Bildschirme genügen auch nicht. Wenn es einem Betrieb wirklich ernst sei mit der Gesundheitsförderung, sagt Kündig, dann müsse das Thema ganz oben verankert werden: Die Geschäftsleitung muss wissen, wie entscheidend ihr Einfluss auf das Wohlergehen der Mitarbeitenden ist. Denn sie bestimmt, wie viel Handlungsspielraum ein Mitarbeiter hat, wie viel Weiterbildung er braucht - kurz: ob er Anerkennung erhält. Dass dies entscheidend ist für seine Leistung und Gesundheit, ist eigentlich eine banale Feststellung. Doch viele Kaderleute seien sich dessen nicht bewusst, stellt Kündig fest. «Da braucht es ein Umdenken.»

Seit drei Jahren arbeitet Sandra Kündig zusammen mit Katharina Lehmann vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Uni Zürich an einem Programm für gesunde Betriebe. Die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz finanziert das Projekt namens «KMU - vital», das kurz vor dem Abschluss steht und 2,2 Millionen Franken kostet. Ab Juli können sich Betriebe übers Internet praktische Anleitungen holen und sich informieren.

Keine Wellnessferien

Das Programm bietet einerseits 13 Massnahmenmodule vom Motivationsworkshop fürs Kader über die Mitarbeiterbefragung bis zum Stressmanagement; die Betriebe können die Module zum Teil ohne externe Unterstützung anwenden. Andererseits dokumentieren elf Pilotfirmen ihren Weg zum gesunden Betrieb und stehen für Auskünfte zur Verfügung. Zwei davon haben ihren Sitz im Kanton Zürich: die Kontakt Systeme AG in Egg und die Max Schweizer AG in Zürich.

An der Fachtagung «Zürcher Präventionstag», welche dieses Jahr die betriebliche Gesundheitsförderung zum Thema hatte, berichtete Robert Hildbrand, Bereichsleiter bei der Kontakt Systeme AG, gestern von seinen Erfahrungen. Die Handelsfirma mit 80 Mitarbeitern, gegründet 1971 als Familienbetrieb im Bereich Verkabelung, habe sich zur Teilnahme am Projekt entschlossen, nachdem sie an einen französischen Grosskonzern verkauft worden sei. Ziel war, die Motivation der Angestellten weiter hoch zu halten. Diese hätten zuerst falsche Erwartungen gehabt, als man von Gesundheitsförderung zu sprechen begann, so Hildbrand: «Sie meinten, die Firma zahle ihnen nun Wellnessferien in Österreich.» Ein bisschen verwöhnt wurde das Personal zwar schon, es gab gratis Früchte und eine Wasserflasche aufs Pult, und jeder Arbeitsplatz wurde ergonomisch abgeklärt. Doch die wichtigsten Massnahmen waren tief greifender, zielten auf eine Kulturänderung.

Das Kader musste in einem Seminar über Ernährung, Entspannung und Bewegung reden. Für die Väter im Betrieb gab es eine Zusammenkunft, wo sie über das Spannungsfeld Familie-Beruf sprechen konnten. Es wurde eine grosse Mitarbeiterbefragung durchgeführt und dann ein Gesundheitszirkel ins Leben gerufen mit Vertretern aus allen Arbeitsbereichen, welche Probleme und Massnahmen diskutieren. Themen von weiteren Workshops waren die Teamarbeit und gesundes Verhalten am eigenen Arbeitsplatz.

Und was hat das alles bewirkt? Der Erfolg sei nicht in Zahlen messbar, sagt Hildbrand. Aber: «Unsere gesunden Mitarbeiter sind belastbar und motiviert.» Firmen, die einsteigen möchten, gibt Hildbrand zwei Tipps: Das Engagement muss von der Geschäftsleitung getragen werden, und Einzelaktionen genügen nicht.

Anhaltspunkte darüber, wo die Arbeitnehmenden der Schuh drückt, finden Chefs auch in einer neuen Studie des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin («Arbeit und Gesundheit im Kanton Zürich», zu bestellen über 01 634 46 29). Die Autoren kommen u. a. zum Schluss, dass die Balance von Arbeit und Privatleben grossen Einfluss auf die Gesundheit hat.

www.gesundheitsfoerderung.ch

© Tages-Anzeiger; 13.03.2004; Seite 18