

Sensibilisierung mit Gratisprogramm

Das Programm kmu-vital der Gesundheitsförderung Schweiz hilft Firmen, betriebliche Gesundheitsförderung umzusetzen. Die Stollenwerkstatt Aarau, die Beschäftigung und Bildung für arbeitslose Menschen anbietet, hat das kmu-vital angewendet.

Von Anouk Holthuizen

Patricia Salvo muss noch heute grinsen, wenn sie davon erzählt. Im Rahmen eines Workshops, an dem das Kader der Stollenwerkstatt Aarau Massnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung diskutierte, fand als Überraschung ein Lachseminar statt. Wie sich die Kolleginnen und Kollegen die Bäuche vor Lachen hielten und sich Tränen wuschelten – dieser Anblick tat der Zuständigen für Betriebsanität und Mitglied des Gesundheitszirkels nachhaltig gut. Nicht dass im Betrieb ansonsten eine schlechte Stimmung herrscht. Im Gegenteil. Eine Mitarbeiterbefragung unter den Festangestellten zeigte eine hohe Zufriedenheit und einen hohen Identifikationsgrad mit dem Unternehmen auf.

Investitionen ins Wohlbefinden

Was viele Betriebe erst jetzt an die Hand nehmen, wird bei der Stollenwerkstatt schon lange umgesetzt: Investitionen in das Wohlbefinden der Mitarbeitenden. «Wer Arbeitslose und Menschen mit schlechten Berufsperspektiven begleitet, muss schliesslich Optimismus verbreiten können», sagt Werner Richner, der firmeninterne Projektleiter für betriebliches Gesundheitsmanagement. Deshalb sind bei der Stollenwerkstatt nicht nur seit vielen

DAS PROGRAMM KMU-VITAL

kmu-vital steht erstens für ein von Gesundheitsförderung Schweiz lanciertes nationales Pilotprogramm, das zwischen 2001 und 2004 in zehn Pilotunternehmen durchgeführt worden ist.

Zweitens ist es ein zehn Module umfassendes Programm, das auch kleineren Firmen eine stufenweise Umsetzung der Gesundheitsförderung zu überschaubaren Kosten ermöglicht und das sich gratis aus dem Internet herunterladen lässt.

Eine Gesundheitsförderung, wie sie kmu-vital ermöglicht, bringt zahlreiche Vorteile: Kostenreduktion durch abnehmende Absenzen, Unfälle und Fluktuation, mehr Motivation auf Seiten der Mitarbeitenden, Minimierung von Schäden und Fehlleistungen, eine Verbesserung der Kommunikation zwischen den Abteilungen durch die Umsetzung gemeinsamer Projekte sowie eine Verbesserung des Images der Firma.

Mehr Infos: www.kmu-vital.ch

Jahren die Arbeitsplätze ergonomisch korrekt eingerichtet und die Arbeitszeiten frei einteilbar, sondern es finden auch schon seit langer Zeit Aktionen wie gratis Grippeimpfungen, halbjährliche Gesundheitsparcours oder ein wöchentlicher Fussballabend in der extra dafür reservierten Turnhalle statt.

Massnahmen vorhanden, aber selten genutzt

Es mutet deshalb auf den ersten Blick etwas übereifrig an, dass die Stollenwerkstatt das Programm kmu-vital der Gesundheitsförderung Schweiz (siehe Kasten) umsetzen wollte. Was wollte

der Betrieb noch mehr? Richner: «Massnahmen gab es zwar zur Genüge, bloss wurden sie von den Angestellten eher selten genutzt. Die eigene Gesundheit geht im Arbeitsalltag zu oft vergessen. Zudem gab es kein Konzept für den ganzen Betrieb, sondern nur einzelne Aktionen.» Ein Programm, das nicht nur Massnahmen aufzeigt, sondern auch sensibilisiert, schien also hilfreich.

Unter steter Betreuung durch einen Mitarbeiter der Gesundheitsförderung Schweiz setzte die Stollenwerkstatt das Programm, das jedes Unternehmen gratis aus dem Internet herun-

AUTORIN

Anouk Holthuizen ist freie Journalistin und arbeitet für verschiedene Medien. Ihre Schwerpunktthemen sind Beruf, Familie und Sozialpolitik. anoukholthuizen@gmx.ch

ONLINE

www.stollenwerkstatt.ch



Bei der Stollenwerkstatt Aarau ging es unter anderem darum, die Angestellten zu sensibilisieren, damit sie bereits vorhandene Angebote besser nutzen.



terladen kann, um. In einem Motivationsworkshop, der im Juni 2002 für alle Angestellten in leitender Funktion sowie zwei Mitarbeitende pro Bereich stattfand, wurden zunächst die Grundprinzipien der betrieblichen Gesundheitsförderung dargelegt. Eine erste Mitarbeiterbefragung zeigte dann in der Folge, wo Aufholbedarf besteht: in der Arbeitsplatzumgebung (zu eng und im Sommer zu heiss) sowie im körperlichen Wohlbefinden.

Themen werden bis heute regelmässig besprochen

Nach der Mitarbeiterbefragung folgte die Strategieentwicklung. Die Bildung eines Gesundheitszirkels sollte die fortdauernde Thematisierung der betrieblichen Gesundheit gewähren und aktuelle Bedürfnisse aufnehmen. Die Mitarbeiterbefragung veranlasste das Unternehmen zu sechs Teilprojekten:

1. Raumverhältnisse
2. Nach der Arbeit abschalten können

3. Lohntransparenz
4. Verschönerung der Kantine in Wohlen
5. Schulung in betrieblicher Gesundheitsförderung
6. Die allgegenwärtige Verfügbarkeit von Trinkwasser

Die Umsetzung der Projekte 1, 3 und 4 übernahm die Geschäftsleitung. 2, 5 und 6 wurden unter dem Motto «persönliches Ressourcenmanagement» und «Wellness» an einem Kadertag im Herbst 2003 behandelt sowie im bis heute bestehenden Gesundheitszirkel institutionalisiert.

Fazit: Wichtig ist das Dranbleiben

Was hat die Umsetzung von kmu-vital der Stollenwerkstatt gebracht? «Der Erfolg lässt sich nur schwer messen», so Richner. «Die Mitarbeitenden zeigten ja bereits in der ersten Befragung einen hohen Grad an Zufriedenheit.» Das Gleichgewicht von Arbeit und Freizeit sei im Alltag des Betriebes aber ein wichtiges Thema geworden. Trinkwasserflaschen sind allgegenwärtig. Zudem finden regelmässig Sportkurse statt, zum Beispiel Nordic Walking und Inline-Skating. Aber: «Man muss ständig aufpassen, dass Gesundheitsförderung im Arbeitsalltag nicht vergessen wird. Je mehr Arbeit man hat, desto eher droht die Stärkung des Wohlbefindens in den Hintergrund zu geraten.» ●●

STRESS IST TEUER

Gemäss einer im Jahr 2003 publizierten Studie des Staatssekretariats für Wirtschaft (Seco) fühlen sich 82,6 Prozent aller Erwerbstätigen in der Schweiz gestresst. Rund 70 Prozent geben an, dass sie den Stress beherrschen und bei guter Gesundheit sind. 12,2 Prozent hingegen leiden unter Stress und können ihn nicht bewältigen. Der Anteil nimmt zu. Die Verdichtung der Arbeit, ein schneller werdendes Tempo, Umstrukturierungen und das ständige Erlernen von Neuem spielen eine wichtige Rolle. Heutzutage leiden viel mehr Erwerbstätige an Rücken- und Kopfschmerzen und an Nervosität und Reizbarkeit als vor 15 Jahren. Die finanziellen Kosten von Stress belaufen sich für die erwerbstätige Bevölkerung auf zirka 4,2 Milliarden Franken. Darunter fallen medizinische Kosten, Selbstmedikation und Kosten im Zusammenhang mit Fehlzeiten und Produktionsausfall.