

FGÖ Präventionstagung Aktiv gesund – Lehrlinge in Linz



Ein Projekt des ASKÖ Landesverbandes OÖ Referat Fitness und Gesundheitsförderung

gefördert durch:



Kooperationspartner:



- Allgemeines
- Problemstellung
- Ziele
- Inhalt
- Gesundheitszirkel
- Steuerungsgruppe
- erste Ergebnisse Evaluierung

Allgemeines

teilnehmende Lehrlinge der Firmen:

- Linz AG
- ÖBB
- Seniorenzentren Linz
- Keba

Dauer des Projektes – 3 Jahre (Start 2008)

Problemstellung

- Übergewicht, Schwächen Haltungs-, Bewegungsapparat, Rückenbeschwerden,...
- soziale Ausgrenzung
- Stress, neues Umfeld
- Arbeitsplatzunsicherheit
- gesundheitliche Risiken, Gesundheitsressourcen

Ziele

- Strukturiertes Netzwerk mit Kooperationspartnern und Betrieben schaffen
- Lehrlingen ein soziales Netzwerk bieten in dem sie aktiv eingebunden werden
- gemeinsam mit den Lehrlingen gesundheitsrelevante Themen erarbeiten/umsetzen
- flächendeckende Angebote an gesundheitsfördernden Maßnahmen und Programmen

Ziele

- BGF bereits in der Lehrwerkstätte zu manifestieren
- Bewegungstrainer/Übungsleiter ausbilden, die sich auf den Bereich Jugend spezialisieren
- umfangreiche Projektdokumentation erstellen, damit strategisch wichtige Schritte nachvollziehbar sind
- alle an der Lehrlingsausbildung beteiligten Partner und Institutionen sollen mitwirken und nachhaltig zur Verbesserung des Gesundheitsverhalten der Lehrlinge beitragen

Inhalt

- Fragebogen/Befragung der OÖGKK
- Gesundheitszirkeln
(mit 6-10 Lehrlingen)
4 Treffen zu je ca. 2h
- Ausbildung zum Jugend-Bewegungstrainer
- Gesundheitstag



Gesundheitsbefragung bei Lehrlingen

OÖGKK
Gesundheitförderung und Vorsorgemedizin
4021 Linz, Gruberstraße 77
Mag. Sarah Sebinger
Tel. 05/7807-103502
E-Mail: sarah.sebinger@oogkk.at

OÖGKK
FORUM GESUNDHEIT

ASKÖ 

FH
für
Österreich

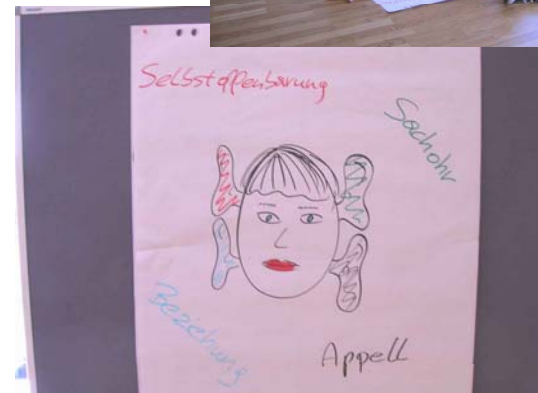
BUNDESKANZLERAMT  SPORT

 **GESUNDES**
ÖSTERREICH

Inhalt

○ Vorträge/Impulsreferate & Workshops:

Konfliktbewältigung,
Stressregulierung,
Entspannung,
Arbeitsplatzbelastungen,
Bewegung,
ergonomische Arbeitsgestaltung,
Ermüdung – Haltungsapparat,
Suchtprävention,
Ernährung,...



Inhalt

- sportmotorische Tests (Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit,...)
- Bewegungsprogramm



Gesundheitszirkel

- Ermittlung von gesundheitsbelastenden und – gefährdenden Arbeitssituationen und Arbeitsabläufen
- Herstellen eines Beschwerden- und Belastungszusammenhangs
- Erarbeiten verhältnis- und verhaltensbezogener Verbesserungsvorschläge
- Einbringung in Steuerungsgruppe

Ergebnisse
Gesundheitsbelastende Bereiche

Kreuzschmerzen: Tisch in Montagehalle zu klein (zu niedrig)

Körperliche Belastung

Ursache:

- Finanzielle Gründe
- Materialersparnis
- Tisch zu alt

Lösungsvorschlag

- Rückengerechten, höhenverstellbaren Tisch anschaffen (z.B. Eigenproduktion)

Steuerungsgruppe

Besteht aus:

Sicherheitsfachkraft, Arbeitsmediziner, Betriebsrat,
Lehrlingsbeauftragte(r,) Lehrlingsvertreter,...

Aufgaben:

legt Teilnehmer für Gesundheitszirkeln fest und stellt sie frei

Ergebnisse aus den Gesundheitszirkeln & Fragebogen prüfen,
bearbeiten und umsetzen

erste Ergebnisse Evaluierung

aus der Perspektive der Lehrlinge:

- Gymnastik/Turnen ist OK, aber zu kurz (12 Einheiten) um körperliche Wirkung zu zeigen oder nachhaltig zu sein
- teilweise ungenaue Informationen über Zirkel und Seminare erhalten
- Gesundheitszirkel sind sehr sinnvoll und waren gut
- Sport kommt generell gut an
- solange das Projekt in der Arbeitszeit stattfindet wird es gut angenommen
- einige der Lehrlinge sehen einen starken gesundheitlichen Sinn im Projekt
- Informationen über richtiges Heben udgl. werden als praktisch erachtet
- *„... das Projekt war gut, aber zu kurz ...“*

erste Ergebnisse Evaluierung

aus der Perspektive der Verantwortlichen in den Betrieben:

- Projekt wird als sehr sinnvoll erachtet
- Gesundheit ist ein wichtiges Thema in allen teilnehmenden Betrieben
- die Kommunikation mit der Projektleitung wird als gut und ausreichend bewertet
- alle teilnehmenden Betriebe fühlen sich gut informiert
- Vordergründiges Ziel ist die Gesundheitsförderung durch Sport
- Projektdauer wird als akzeptabel eingestuft
- der betriebsinterne Aufwand für das Projekt hält sich in Grenzen
- „ ... es ist eine Ergänzung in der Ausbildung ... „



Aktiv gesund – Lehrlinge in Linz

Das Projekt "Aktiv gesund - Lehrlinge in Linz" wurde neben 40 anderen Case Studies aus ganz Europa für die „Datenbank der Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz“ ausgewählt!

<http://osha.europa.eu/en/>



Aktiv gesund – Lehrlinge in Linz

Kontakt

ASKÖ Landesverband OÖ
Referat Fitness und Gesundheitsförderung

Hölderlinstraße 26
4040 Linz

Tel.: 0732/730344

Email: fitness@askoe-ooe.at
a.rackaseder@fitfueroesterreich.at
www.askoe-ooe.at/fitprojekte

Mag. Anita Rackaseder
Projektleitung
Fit für Österreich Koordinatorin

www.askoe-ooe.at/fitportal