

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

*Der Endbericht ist als kurzes zusammenfassendes Projektprodukt für den Transfer der Lernerfahrungen zu sehen. Er dient dem FGÖ einerseits zur abschließenden Bewertung des Projekts. Vor allem aber richtet sich der Bericht **an Umsetzer/innen zukünftiger Projekte** und dient dazu, Projekterfahrungen und bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Da in Fehlern zumeist das höchste Lernpotenzial steckt, ist es wichtig auch Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.*

Der Endbericht ist – nach Freigabe durch Fördernehmer/in und FGÖ – zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von allen interessierten Personen abgerufen werden.

Projektnummer	2661
Projekttitel	Health 4 You
Projektträger/in	Die Berater® UnternehmensberatungsgmbH
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	01.04.2015 – 31.12.2016 21 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	TeilnehmerInnen ÜBA 2 die Berater Salzburg Stadt MitarbeiterInnen die Berater Salzburg Stadt
Erreichte Zielgruppengröße	40 TeilnehmerInnen 10 MitarbeiterInnen
Zentrale Kooperationspartner/innen	AMS, SGKK, SV
Autoren/Autorinnen	Ramona Kastl, MA BA Freigabe durch Bereichsleiterin Mag. Andrea Hain
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	r.kastl@dieberater.com
Weblink/Homepage	www.dieberater.com
Datum	März 2017

1. Kurzzusammenfassung

Projektbeschreibung

Das AMS Salzburg ist an die Berater Salzburg Stadt herangetreten, im Rahmen der Jugendmaßnahme „Überbetriebliche Ausbildung gem. §30b BAG“ an der Transferinitiative „Health 4 You“ teilzunehmen. Es sollte ein Projekt initiiert und realisiert werden, um die Gesundheit der TeilnehmerInnen (Alter: 15 – 21 Jahre) und MitarbeiterInnen langfristig zu fördern und die Arbeitsfähigkeit nachhaltig aufrecht zu erhalten. Das Projekt erstreckte sich über einen Zeitraum von 21 Monaten (01.04.2015 – 31.12.2016) und konnte mit finanzieller Unterstützung des FGÖs, der SGKK, des AMS Salzburg sowie des SV umgesetzt werden. Es war geplant, wöchentlich einen Gesundheitstag für die TeilnehmerInnen zu inkludieren. Der betriebliche Gesundheitsbedarf sollte auf mehreren Wegen erhoben werden:

- Gesundheitsbefragung der TeilnehmerInnen durch den FGÖ
- Führungskräfte-Einzelcoaching mit der Bereichsleiterin von die Berater Salzburg
- Gesundheitsworkshop mit allen MitarbeiterInnen vom Standort Salzburg Stadt
- Gesundheitsworkshop mit allen TeilnehmerInnen der ÜBA 2 Salzburg Stadt

Anschließend sollte ein Zusammenführungsworkshop stattfinden, indem ein Maßnahmenplan mit konkreten Inhalten, zeitlichen Schritten mit Umsetzungsfristen sowie mit den beteiligten Personen in Verbindung mit ihren Aufnahmen festgelegt wird. Zentral für diesen Maßnahmenplan sollte eine ganzheitliche Gesundheitsförderung sein, welche auf den Säulen „Körper“, „Geist“ und „Seele“ basiert und sich dementsprechend vielfältig gestaltet:

- Körper: Ernährung, Bewegung, Outdooraktivitäten
- Geist: Förderung der Konzentration, Stressabbau, Kreatives Gestalten, Produktion eines Films
- Seele: Gestaltung der Räumlichkeiten, Einsatz von Tieren, Interkulturelles Lernen

Ergebnisse, Lernerfahrungen und Empfehlungen

Die Ergebnisse aus der Erhebung des betrieblichen Gesundheitsbedarfs zeigten unterschiedliche, kaum überschneidbare Bedürfnisse von TeilnehmerInnen und TrainerInnen. Aus diesem Grund wurde der geplante Zusammenführungsworkshop nicht durchgeführt und die Zielgruppe wurde fortan getrennt gehandhabt.

Für die Umsetzung eines Gesundheitsprojektes in der ÜBA 2 muss von Anfang an die Vielfältigkeit der Lehrberufe, die unterschiedlichen Berufsschulzeiten sowie der rege TeilnehmerInnenwechsel mitgedacht werden. Die Einführung eines fixen Gesundheitstags (z.B. DO in jeder geraden KW) erweist sich als praktikabel und sinnvoll. Die Miteinbindung der Jugendlichen in die Maßnahmenplanung ist für den positiven Projektverlauf und die Motivation zur Mitarbeit dringend notwendig.

2. Projektkonzept

Wie eingangs bereits erwähnt, trat das AMS Salzburg an die Berater Salzburg Stadt heran, um an der österreichweiten Transferinitiative „Health 4 You“ teilzunehmen. Diese Transferinitiative wurde in Anlehnung an das Pilotprojekt der Lehrlingsstiftung Eggenburg seitens des FGÖs ins Leben gerufen. Mit Freude erklärten sich die Berater Salzburg Stadt bereit, an dieser Initiative teilzunehmen, ein Konzept zu erstellen und dieses dann auch umzusetzen.

Setting

Seit 2004 begleiten die Berater® am Standort Salzburg Stadt im Rahmen von AMS geförderten Projekten Jugendliche und junge Erwachsene am Weg zur Lehre bzw. Lehrabschlussprüfung.

Im Projekt „Überbetriebliche Ausbildung (ÜBA) gem. §30b BAG“ betreuen wir jährlich 20 Jugendliche, wobei unsere Ausbildung auf drei Säulen basiert:

1. Praxis: Erlernen von praktischem Know-how gem. der Lehr-Ausbildungsverordnung im Partnerbetrieb
2. Theorie: Vermittlung der theoretischen Inhalte im Rahmen des Berufsschulbesuchs
3. Betreuung und Begleitung: Lerntraining und Einzelcoaching während der Ausbildungszeit durch die Berater®

In der ÜBA 2 werden Auszubildende durch die Vermittlung von Lehrinhalten des jeweiligen Lehrjahres auf die Übernahme in ein reguläres betriebliches Lehrverhältnis vorbereitet. Die Übernahme in ein reguläres Lehrverhältnis durch den Fachbetrieb soll möglichst bald nach wenigen Monaten erfolgen. Die Ausbildung erfolgt zum überwiegenden Teil beim Partnerbetrieb und in der Berufsschule (in Summe 80% der der Gesamtausbildungszeit). Der/die Auszubildende nimmt darüber hinaus an unserem Betreuungsangebot (Lerntraining, Einzelcoachings) im Ausmaß von 20% der Gesamtausbildungszeit (= 1 Tag pro Woche) teil.

Projektziel

Ziel der Teilnahme an der Transferinitiative „Health 4 You“ ist es, die Gesundheit und Zufriedenheit der TeilnehmerInnen (wie auch MitarbeiterInnen) langfristig zu fördern, um einerseits die Arbeitsfähigkeit zu erhalten, aber auch die Lebensqualität zu erhöhen und somit auch den Einfluss auf die Lebenswelt in eine positive Richtung zu lenken.

Aus unternehmensinternen Erfahrungen in jahrelanger Begleitung von Jugendlichen und Erwachsenen zeigte sich, dass die Personen den berufsspezifischen Anforderungen, verstärkt durch private Einflüsse, nicht mehr Stand halten können. Die Folge ist, dass Personen aus gesundheitlichen, psychosomatischen Gegebenheiten ihren Beruf oft nicht mehr ausüben können, welche durchaus auf die Lebensführung zurückzuführen ist. Das Ziel ist eine ganzheitliche Gesundheitsförderung, sprich Körper, Geist und Seele. Alle drei Bereiche müssen im Einklang sein, um langfristig für ein gesundes Leben und somit auch zum Erhalt der Arbeitsfähigkeit beizutragen.

Zielgruppe

Die Zielgruppe umfasst einerseits MitarbeiterInnen/Coaches/TrainerInnen, dessen Aufgabe die Begleitung der TeilnehmerInnen durch die Lehrausbildung darstellt, sowie die TeilnehmerInnen zwischen 15 und 21 Jahren, die entsprechend der Lehrberufsliste seitens des AMS ihre Ausbildung in einem dieser Lehrberufe absolvieren und somit berufsspezifischen Belastungen ausgesetzt sind. Die TeilnehmerIn-

nen der ÜBA §30b BAG weisen unterschiedliche soziokulturelle Backgrounds und unterschiedliche Lebensweisen auf. Durch die praktische Ausbildung in den Partnerbetrieben ist eine Vielzahl an Lehrberufen in unserem Projekt vertreten. Die Arbeitsanforderungen und Arbeitsaufgaben unserer Jugendlichen sind somit verschieden. In weiterer Folge sind unsere TeilnehmerInnen differenter psychischer und physischer Belastungen ausgesetzt. Trotz dieser Heterogenität weist die Zielgruppe aber ein gemeinsames charakteristisches Merkmal auf: ein mangelndes Gesundheitsbewusstsein.

Geplanter Ablauf

Entsprechend des besprochenen Vorgangs im Meeting mit der SGKK, des AMS Salzburg und des BGÖ sollten zielgruppenspezifische Durchläufe zur Erhebung des Bedarfs betrieblicher Gesundheitsförderung erfolgen, welche anschließend in einem Zusammenführungsworkshop in Maßnahmenkonzepte umgesetzt werden.

Die Erhebung des Gesundheitsbedarfs sollte folgendermaßen stattfinden:

Einerseits sollte seitens des FGÖ eine Befragung mit den TeilnehmerInnen durchgeführt und ausgewertet werden, aus denen Folgemaßnahmen abgeleitet werden können. Andererseits sollte ein mehrstufiges Clearing durchgeführt werden.

1. Der erste Schritt sollte ein Führungskräfte-Einzelcoaching mit der Bereichsleitung Salzburg und Oberösterreich von Die Berater® sein, welches ca. 2 Stunden beanspruchen würde. Das Einzelcoaching sollte in Zusammenarbeit mit einem betriebsinternen Einzelcoach, welcher aber nicht in das Projekt ÜBA 2 inkludiert war, erfolgen.
2. Der zweite Schritt sollte ein Gesundheitsworkshop mit allen MitarbeiterInnen/TrainerInnen, welche in dem Projekt ÜBA 2 in Salzburg tätig sind, sein. Dieser Gesundheitsworkshop sollte ca. 3-4 Stunden dauern. In diesem Workshop sollte der geplante Fokus neben der Erhebung des Gesundheitszustands der Personen auf dem Aufzeigen der Notwendigkeit eines gesundheitsfördernden Lebens- und Arbeitsstils und des Erarbeitens von Vorschlägen zum Umsatz dieses Stils.
3. Als dritter Schritt war ein Gesundheitsworkshop mit allen TeilnehmerInnen aus dem ÜBA 2 Projekt, welcher sich auch auf ca. 3-4 Stunden belaufen würde, geplant. Auch hier sollten die gesundheitlichen Werte und Vorstellungen der TeilnehmerInnen erörtert, ihnen Wissen zu einem gesundheitsfördernden Lebens- und Arbeitsstil näher gebracht und nach Vorschlägen zur Umsetzung gesucht werden.
4. Ein zusammenführender Workshop von 3-4 Einheiten sollte die Anliegen der Geschäftsführung, der MitarbeiterInnen aus dem Projekt sowie der TeilnehmerInnen offen legen und daraus folgend sollte im Einverständnis aller Personen ein Maßnahmenplan erstellt werden. Dieser Maßnahmenplan würde neben den Inhalten die zeitlichen Schritte mit Umsetzungsfristen sowie die beteiligten Personen in Verbindung mit ihren Aufgaben beinhalten.

Anschließend sollte die Umsetzungsphase auf Basis der in den Workshops erarbeiteten Maßnahmen folgen. Innerhalb des erarbeiteten Maßnahmenkatalogs sollte nach Bedarf auch zielgruppenspezifisch gearbeitet werden können – je nach Bedürfnissen der ÜBA-TeilnehmerInnen. Es wurde angenommen, dass die langfristige und nachhaltige Förderung der betrieblichen Gesundheit im Unternehmen nur funktionieren kann, indem dieses Projekt einen zeitlich fixen Stellenwert und eine festgelegte Position bekommt. Geplant war, wöchentlich einen Gesundheitstag für die TeilnehmerInnen zu inkludieren.

Geplante Projekthalte

Aufgrund des ganzheitlichen Gesundheitsansatzes wurden im Konzept vielfältige Beispiele genannt, die durch die Entscheidung aller Beteiligten im Maßnahmenkatalog inkludiert werden konnten.

Körper

Ernährung & Bewegung:

- Ernährungspyramide und ernährungsphysiologische Zusammensetzung von Lebensmitteln
- Ernährungsformen und Ernährungsverhalten
- Auswirkungen ungesunder Ernährung, spezieller Fokus auf Fast Food
- Diäten und deren Auswirkungen
- Kulturelle Unterschiede in der Ernährung und Miteinbezug der Fastenzeiten unterschiedlicher Religionen
- gemeinsames Kochen
- Eingliederung gesunder Ernährung und Sport (beruflicher Ausgleich) in den Alltag
- Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft und Kondition, Bewegungsfahrplan
- Auswirkung von Sport auf den Körper sowie Mangel an Sport
- Rückenschule
- Umgang mit körperlichen Einschränkungen
- Seelischer und sozialer Nutzen von Sport
- Sportarten, Alltagsbewegung, Kreislauf- und Gewichtsregulation
- Umgang mit Aggression, Entspannungstraining

diverse Outdooraktivitäten

Geist

- Förderung der Konzentration durch Konzentrations- & Entspannungsübungen
- Stressabbau durch Training im Zeit-, Reiz-, Erregungs- und Belastungsmanagement
- Kreatives Gestalten (Zeichnen, Malen, Naturmaterialien, ...)
- Produktion eines Films (von der Ideenfindung bis Filmpräsentation)

Seele:

- Gestaltung der Räumlichkeiten (Farbenlehre, Ergonomie am Arbeitsplatz, Raumluft & Düfte, ...)
- Einsatz von Tieren (Ponyhof, Tierheim)
- Interkulturelles Lernen (Abbau von Spannungsfeldern, Gewaltprävention, ...)

3. Projektdurchführung

Die tatsächliche Projektdurchführung orientierte sich an den gegebenen Umständen, wick dadurch teilweise vom ursprünglichen Konzept ab und gestaltete sich wie folgt:

1. Projektphase: Projekt Vorarbeiten/Datenerhebung

Die Erhebung des betrieblichen Gesundheitsbedarfs erfolgte in den Monaten April bis inkl. Juni 2015, wobei es Abweichungen zur ursprünglich geplanten Vorgehensweise gab. Die Befragung der TeilnehmerInnen durch den FGÖ fand planmäßig an einem Lerntag im April 2015 mittels der zur Verfügung gestellten Fragebögen statt. Die betriebsinternen Gesundheitsmaßnahmen wurden im Mai 2015 erhoben und daraus abgeleitet wurde im Juni 2015 ein zweiteiliger Gesundheitszirkel mit MitarbeiterInnen initiiert. Das Führungskräftecoaching erfolgte im Vorfeld des zweiten Teils des Gesundheitszirkels für MitarbeiterInnen im Juni 2015. Im selben Monat erfolgte auch ein Gesundheitszirkel mit TeilnehmerInnen. Ein zusammenführender Workshop mit allen Beteiligten wäre zwar im Juni geplant gewesen. Jedoch wurde dieser Schritt fallen gelassen. Bei Betrachtung der Ergebnisse der jeweiligen Gesundheitszirkel zeigte sich, dass es kaum verwertbare Überschneidungen zwischen ÜBA-TeilnehmerInnen und MitarbeiterInnen gab und somit die Zielgruppe in Zukunft getrennt zu behandeln ist.

2. Projektphase: Maßnahmen-Planungsphase

Die Ergebnisse der 1. Projektphase zeigten, dass auf TeilnehmerInnen-Seite kürzere Maßnahmenblöcke mit jeweils zu Beginn stattfindenden Kick-Offs sinnvoll sind. Der Grund lag in den häufigen TeilnehmerInnen-Wechsel, resultierend aus den neuen Vertragsrichtlinien in der ÜBA und den unterschiedlichen Einstiegszeiten. Das Projekt wurde für die Hauptzielgruppe durch einen 3-Monats-Rhythmus kurzfristiger und spontaner angelegt. Die Maßnahmenplanungsphase erfolgte im Jahr 2015 in den Monaten Juli und Oktober, im Jahr 2016 in den Monaten Jänner, März, Juni und September. Die Erhebung des tatsächlichen finanziellen Bedarfs sowie die genaue zeitliche, finanzielle und organisatorische Planung für den jeweiligen Block fanden am Beginn des selbigen statt. Die anfallenden organisatorischen Vorarbeiten wurden laufend von den TrainerInnen erledigt.

3. Projektphase: Projektmanagement

Die Maßnahmenumsetzung startete wie geplant im Juli 2015. Die internen Arbeits- und Planungstreffen wurden planmäßig laufend im Rahmen von 14-tägigen Teamsitzungen durch die TrainerInnen durchgeführt. Das Projektcontrolling oblag der Bereichsleitung (bis Dez. 2015: Frau Mag. Maria Lechner, ab Dez. 2015: Frau Mag. Andrea Hain) sowie der zuständigen ÜBA-Projekt Koordinatorin (bis Aug. 2016: Frau Martina Limpöck, ab Aug. 2016: Frau Mag. Petra Schubert) und erfolgte den Maßnahmenblöcken angepasst alle drei Monate. Die Dokumentation des Projektes auf TeilnehmerInnenseite erfolgte laufend auf zwei Ebenen. Auf der einen Seite wurde durch Fotos mit Smartphones die jeweilige Aktivität durch die TeilnehmerInnen dokumentiert. Auf der anderen Seite erfolgte eine schriftliche Dokumentation durch die TrainerInnen. Die Öffentlichkeitsarbeit wurde nicht wie ursprünglich geplant alle zwei Monate durchgeführt, sondern auf verschiedene Art und Weise laufend im Projekt realisiert (z.B. Begleitbriefe für die Praxisbetriebe). Das operative Projektende fand wie geplant im November statt.

4. Projektphase: Maßnahmenumsetzung

Die Maßnahmenumsetzung erfolgte im Zeitraum von Juli 2015 bis inkl. Nov. 2016.

TeilnehmerInnen-Seite:

Für die Auszubildenden startete alle drei Monate ein neuer Maßnahmenblock. Es fand jeweils ein Kick-Off mit Reflexion des vergangenen Blocks und Planung des anstehenden statt. Im Jahr 2015 wurden

wöchentlich Angebote realisiert, wobei die Jugendlichen im Schnitt alle 14 Tage an einer Aktivität teilnahmen. Mit Beginn des Jahres 2016 gelang es, einen fixen und regelmäßig stattfindenden „Health 4 You“-Tag einzuführen: Donnerstag in den geraden Kalenderwochen.

Exemplarisch wird nun ein Themen-Auszug zu den stattgefundenen Workshops, Seminaren und Outdooraktivitäten aufgelistet:

- gesunde Ernährung
(Ernährungspyramide, PAL-Werte, Kochen eines interkulturellen 3-Gänge-Menüs, gesunde Jause, Filmausschnitt „We feed the world“, ...)
- Sport, Bewegung, Spiel & Spaß
(Wanderung Mönchsberg, Wanderung Kapuzinerberg, Beachvolleyball, Kletterpark Anif, Kletterhalle Itzling, Leopoldskroner Weiher, Warum ist Sport und Bewegung gesund? Thema Extremsport, Freerunning, ...)
- Entspannung & Kreativität
(Thema Stress, Malwerkstatt, Zines, Produktion eines Films, ...)
- Lernen (Seminar „Lernen leicht gemacht“)

MitarbeiterInnen-Seite:

Die MitarbeiterInnen erstellten in dem von der SGKK moderierten Gesundheitszirkel einen Maßnahmenkatalog, der schrittweise umgesetzt wurde. Beispiele für die umgesetzten Maßnahmen:

- Flipchartstifte auf Wasserbasis an Stelle von Stiften auf Benzinbasis
- Sichtschutz an Glastüren
- „Bitte nicht stören“ Schilder für die Büros
- Büros wurden mit Zimmerpflanzen aufgewertet
- Neugestaltung des unmittelbaren Eingangsbereichs zu den Büro- und Seminarräumen

Zudem gab es Seminarbesuche, Weiterbildungen, Workshops, Vorträge und Veranstaltungsbesuche:

- Vier MitarbeiterInnen absolvierten die Ersthelferausbildung
- Workshop „Antidiskriminierung“ (Kooperation mit der Antidiskriminierungsstelle Salzburg)
- Regelmäßige Supervisionstermine
- Workshop „Gesund zu wissen“ (Kooperation mit der AK Salzburg)
- Vortrag „Stress & Burnout“ (Kooperation mit der SGKK)
- Vortrag „Fit durch den Berufsalltag mit der richtigen Auswahl beim Essen und Trinken“ (Kooperation mit der SGKK)

Darüber hinaus wurde ein eigener Gesundheits- und Entspannungsraum initiiert, der maßnahmenübergreifend sowohl von TeilnehmerInnen als auch TrainerInnen genutzt wurde und in Zukunft weiterhin genutzt wird.

5. & 6. Projektphase: Projektabschluss & Evaluation

Auf TeilnehmerInnen-Ebene erfolgte die Evaluation alle drei Monate bei den Kick-Offs. Dort wurden die einzelnen Aktivitäten reflektiert und bewertet. Anregungen sowie Kritik wurden schriftlich festgehalten. Außerdem erfolgte meist direkt nach den einzelnen Aktivitäten eine kurze Feedback- und Stimmungsrunde. Das ursprünglich geplante, große Abschlussfest wurde aufgrund der Projektanpassung und der kürzeren Aktivitätsblock fallen gelassen.

Die ausübenden Trainerinnen reflektierten die einzelnen Maßnahmen sowie den Projektverlauf regelmäßig im Rahmen der 14-tätigen Teamsitzungen, was wiederum schriftlich festgehalten wurde.

Auf MitarbeiterInnen-Ebene fand im Mai 2016 ein Follow-Up bzw. Evaluierungsgespräch mit Fr. Mag. Wallner von der SGKK statt, in dem der Antrag auf das BGF-Gütesiegel für Klein- und Mittelbetriebe gestellt wurde. Im Dezember 2016 erhielten wir die Nachricht, dass unser Antrag als positiv bewertet wurde und somit sind die Berater Salzburg Stadt mit dem BGF-Gütesiegel ausgezeichnet.

Endbericht Projekt Nr. 2661

Projektphasen, Aktivitätspakete & Meilensteine	Datum Meilenstein	2015												2016											
		April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember			
Führungskraft-Einzelcoaching																									
Erhebung der betriebsinternen Gesundheitsmaßnahmen																									
Gesundheitsworkshop mit MitarbeiterInnen																									
Gesundheitsworkshop mit TeilnehmerInnen																									
Zusammenführender Workshop mit allen Beteiligten																									
2. Projektphase: Maßnahmen-Planungsphase																									
Planung der Maßnahmen																									
Erhebung des tatsächlichen finanziellen Bedarfs																									
zeitliche, finanzielle und organisatorische Maßnahmenplanung																									
organisatorische Vorarbeiten																									
3. Projektphase: Projektmanagement																									
Maßnahmen werden gestartet	01.07.2015																								
Interne Arbeits- und Planungstreffen																									
Projektkontrolling																									
Dokumentation der Maßnahmen																									
Öffentlichkeitsarbeit																									
Operatives Projektende																									
4. Projektphase: Maßnahmenumsetzung																									
Vor- und Nachbereitung der Maßnahmen																									
durchgehende Maßnahmen (z.B.: sportliche Aktivität)																									
zeitlich fixierte Einzelmaßnahmen (z.B.: GKK-Vortrag zu Ernährung)																									
5. Projektphase: Projektabschluss																									
Abschlussfest mit allen TeilnehmerInnen die den Kurs verlassen																									
Ergebnisvorstellung der vorangegangenen Maßnahmen	laufend																								
6. Projektphase: Evaluationsphasen																									
Evaluation der gesundheitlichen Veränderungen/Wohlbefinden																									
gegebenenfalls Veränderung der Maßnahmen																									
Evaluation durchgehender Maßnahmen																									
Evaluation zeitlich fixierter Maßnahmen																									
Zwischenberichte	13.1.16, 31.7.16																								
Planung und Durchführung der Zwischenberichte																									
Auswertung und Erstellung der Zwischenberichte																									
Abschlussbericht mit allen Maßnahmen	31.12.2016																								
Planung und Durchführung des Abschlussberichtes																									
Erstellung des Abschlussberichtes																									
Anderungen 2015																									
Anderungen 2016																									

Rollenverteilung im Projekt

Während der Projektdurchführung waren folgende vier Gremien dauerhaft besetzt:

1. ProjektauftraggeberIn
2. Projektsteuerung
3. Projektleitung, MitarbeiterInnen und Evaluationsteam
4. TeilnehmerInnen

Aufgrund betriebsinterner Veränderungen gab es auch personellen Wechsel in den Gremien. Die Rolle der Projektauftraggeberin hatte die Regionalleitung von die Berater Salzburg inne (bis Dez. 2016: Fr. Mag. Maria Lechner, ab Dez. 2016: Fr. Mag. Andrea Hain). Die Projektsteuerung wurde ebenfalls von der Regionalleitung ausgeübt, welche von der zuständigen Projektkoordinatorin der ÜBA §30b BAG von die Berater Salzburg Stadt unterstützt wurde (bis Aug. 2016: Frau Martina Limpöck, ab Aug. 2016: Fr. Mag. Petra Schubert). Gremium 3 war bis Dez. 2015 hauptsächlich durch Hr. Mag. Martin Hofer besetzt. Mit Jänner 2016 übernahm Fr. Ramona Kastl, MA BA dessen Funktion und wurde bis Aug. 2016 von Frau Mag. Birgit Lugstein unterstützt. Ab Aug. 2016 trat Frau Cäcilia Then, BSc an die Stelle von Frau Mag.^a Birgit Lugstein. Als TeilnehmerInnen fungierten einerseits die Lehrlinge des ÜBA 2 Projekts Salzburg Stadt sowie die TrainerInnen und MitarbeiterInnen des Standorts.

4. Evaluationskonzept

Auf TeilnehmerInnen-Ebene wurde als Evaluationsform die Selbstevaluation gewählt. Die Jugendlichen wurden als ExpertInnen ihres eigenen Gesundheitszustandes betrachtet, die diesen selber in hohem Maße beeinflussen und entwickeln können. Die laufende Selbstreflexion und -evaluation sollte den gesundheitlichen Entwicklungsprozess gewährleisten sowie den Projektverlauf optimieren. Die Evaluation erfolgte alle drei Monate bei den Kick-Offs. Dort wurden die einzelnen Aktivitäten reflektiert und bewertet sowie das subjektive Empfinden über den eigenen Gesundheitszustand erörtert. Anregungen und Kritik zur Projektgestaltung wurden schriftlich festgehalten. Außerdem erfolgte meist direkt nach den einzelnen Aktivitäten eine kurze Feedback- und Stimmungsrunde. Die ausübenden TrainerInnen reflektierten die einzelnen Maßnahmen sowie den Projektverlauf regelmäßig im Rahmen der 14-tägigen Teamsitzungen, was wiederum schriftlich festgehalten wurde.

Auf MitarbeiterInnen-Ebene erfolgte die Evaluation im Zuge der Antragstellung auf das BGF-Gütesiegel extern durch die SGKK.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Die Evaluationsergebnisse zeigen, dass sich die ÜBA-TeilnehmerInnen mit dem Projekt „Health 4 You“ identifizierten und gerne daran teilnahmen. Die Ausprägung des persönlichen Gesundheitsbewusstseins war je nach Maßnahmendauer unterschiedlich, wobei alle Jugendlichen beim Ausscheiden aus der ÜBA einräumten, jetzt mehr über gesundheitliche Themen nachzudenken. Für die Jugendlichen war der soziale Kontakt untereinander, das Gruppenerlebnis und die Teamarbeit eine schöne Erfahrung, welche das persönliche Wohlbefinden steigerte und somit auch die psychische Gesundheit positiv beeinflusste. Besonders beliebt waren Aktivitäten draußen an der frischen Luft und das „in Bewegung sein“. Dieses „in Bewegung sein“ wurde somit auch zum zentralen Bestandteil in Seminaren innerhalb der Büroräume (z.B. regelmäßige Auflockerungs- und Konzentrationsspiele). Neben erlebnispädagogischen Aktivitäten wurden den Jugendlichen vor allem solche Projektinhalte vermittelt, die ohne Kostenaufwand in den Alltag integrierbar sind und somit die Gesundheit auf lange Sicht fördern.

Auf MitarbeiterInnen-Ebene zeigen die Evaluationsergebnisse der SGKK, dass das Ziel, Gesundheitsförderung in die Betriebskultur von der Berater Salzburg Stadt als fixer Bestandteil zu übernehmen, erreicht werden konnte. Dies wird besonders durch die Verleihung des „BGF-Gütesiegels“ unterstrichen. Zudem fließt das Thema „Gesundheit“ mittlerweile in andere Projekte am Standort ein. Die Projekterfahrungen werden also betriebsintern weitergegeben und sind für weitere Zielgruppen und Settings anwendbar. Als deutliches Statement über die Priorität der Gesundheitsförderung in unserem Betrieb wurde ein Gesundheits- und Entspannungsraum kreiert, der über das Projekt hinaus bestehen bleibt und von allen unseren Kursmaßnahmen genutzt werden kann.

Ausblick

TeilnehmerInnen-Ebene:

In bereits erfolgter Absprache mit dem AMS Salzburg werden wir an unseren ÜBA-Lerndonnerstagen immer wieder das Thema Gesundheit aufgreifen, wenn auch in einem geringeren Ausmaß als zuvor. Geplant sind kurze aber regelmäßige Bewegungssequenzen an der frischen Luft (z.B. kurze Spaziergänge oder einfache Ballspiele). Einkaufen regionaler und saisonaler Produkte und das Herstellen einer gesunden Jause soll zumindest alle 2 Monate stattfinden. Auch in unseren 10-wöchigen Vorbereitungslehrgängen, welche der eigentlichen ÜBA vorgeschaltet sind, wird das Gesundheitsthema aufgegriffen (z.B. Ernährungsworkshop, Seminar zum Thema Sucht).

MitarbeiterInnen-Ebene:

Um das psychologische Wohlbefinden der MitarbeiterInnen weiterhin gewährleisten zu können, werden wie gehabt regelmäßige Supervisions-Termine stattfinden. Ausgewählte TrainerInnen werden die Ausbildung „MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen“ absolvieren. Die Nutzung der vielfältigen Angebote der SGKK wird allen MitarbeiterInnen ans Herz gelegt und diesbezügliche Einladungen werden an das gesamte Personal weitergeleitet.

Auf beiden Ebenen wird zukünftig verstärkt mit ExpertInnen aus der Gesundheitsszene im Raum Salzburg kooperiert werden (z.B. Antidiskriminierungsstelle, Akzente Suchprävention, ...).

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Das „Health 4 You“ Projekt bei der Berater Salzburg Stadt zeigt deutlich, dass sich ein ausgeklügeltes und gutes Konzept durch unvorhersehbare Gegebenheiten nicht wie geplant umsetzen lässt und ein *hohes Maß an Flexibilität* gefordert ist.

Die TeilnehmerInnen unserer ÜBA 2 weisen unterschiedliche soziokulturelle Backgrounds und unterschiedliche Lebensweisen auf. Durch die praktische Ausbildung in den Partnerbetrieben ist eine Vielzahl an Lehrberufen vertreten. Die Arbeitsanforderungen und Arbeitsaufgaben unserer Jugendlichen sind somit verschieden. In weiterer Folge sind unsere TeilnehmerInnen unterschiedlichen psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt und die Zielgruppe kann als äußerst heterogen beschrieben werden. Daher ist das *Mitspracherecht* in puncto Projektgestaltung sowie die *demokratische Abstimmung hinsichtlich der Aktivitäten* für die Motivation in der Auseinandersetzung mit gesundheitsrelevanten Themen unbedingt zu berücksichtigen.

Gerade in der Anfangszeit mussten wir viel darüber lernen, welche *Dauer der Maßnahmenblöcke* für die TeilnehmerInnen optimal ist. Die ursprüngliche Idee, ein Programm für ein halbes Jahr zu erstellen, musste schnell verworfen werden. Nach den ersten beiden Monaten zeigte sich, dass sich die TeilnehmerInnen nicht mehr mit den Aktivitäten identifizieren konnten. Der Grund dafür lag im regen TeilnehmerInnenwechsel und der kurzen Verweildauer in unserer Maßnahme. Ziel der ÜBA 2 ist es, die Jugendlichen auf gutem Wege und schnellstmöglich in eine reguläre Lehre zu führen, was bei fast allen TeilnehmerInnen geglückt ist. Wir haben somit die Maßnahmenblöcke auf *kürzere Intervalle* von drei Monaten inklusive Gesprächszirkel und Abschlussreflexion beschränkt, wodurch wir dem Bedürfnis der TeilnehmerInnen, einen Überblick zu bewahren, nachkommen konnten. Der Nachteil einer kurzen Verweildauer ist, dass ein gesundheitlicher Tiefgang nur in einem beschränkten Ausmaß möglich ist. Den Jugendlichen sollen daher *Projektinhalte* vermittelt werden, die *ohne Kostenaufwand in den Alltag integrierbar* sind.

Generell empfiehlt sich bei der Umsetzung eines Gesundheitsprojektes im Rahmen der ÜBA 2 die Initiierung eines einheitlichen und *fixen Gesundheitstages*, der im Vorfeld auch an die Betriebe kommuniziert wird. Bei uns erwies sich die Einführung des H4Y-Tag am Donnerstag in den geraden Kalenderwochen als förderlich. Als Treffpunkt diente immer derselbe Seminarraum zur gleichen Uhrzeit, wodurch sich bei den TeilnehmerInnen ein Gewöhnungseffekt ergab, der für das Wohlbefinden und die Pünktlichkeit ausschlaggebend war.

Leider stellte sich die *Berufsschule als Hindernis* in der Zielgruppenerreichung heraus. Gewisse Lehrlinge besuchten einen Blocklehrgang und konnten somit in diesem Zeitraum nicht am H4Y teilnehmen. Bei Lehrlingen, die eine Jahrgangsklasse besuchten, wurde darauf geachtet, dass dieser nicht der Donnerstag war, was uns im Jahr 2016 bei allen Jugendlichen geglückt ist.