



# 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	2621
Projekttitel	Health 4 you – Gesundheitsförderung in arbeitsmarktbezogenen Jugendmaßnahmen
Projektträger/in	Berufsförderungsinstitut (BFI) Wien
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	01.03.2015 bis 31.12.2016; 22 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jugendliche in einer §30b BAG Einrichtung (ÜBA) mit dem Zielberuf Einzelhandelskaufmann/–frau</li><li>• Stammpersonal (ÜBA–AusbildnerInnen)</li></ul>
Erreichte Zielgruppengröße	<ul style="list-style-type: none"><li>• ÜBA–Lehrlinge (Jugendliche): 200 (+ punktuell ca. 100 Jugendliche aus anderen Projekten)</li><li>• ÜBA–AusbildnerInnen: 34</li></ul>
Zentrale Kooperationspartner/innen	ipcenter.at, Weidinger und Partner, Lehrlingsstiftung Eggenburg
Autoren/Autorinnen	Walter Granadia, Mag. Maria Göttl, Carina Hiertz
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	<a href="mailto:w.granadia@bfi.wien">w.granadia@bfi.wien</a> , <a href="mailto:m.goettl@bfi.wien">m.goettl@bfi.wien</a> , <a href="mailto:c.hiertz@bfi.wien">c.hiertz@bfi.wien</a>
Weblink/Homepage	<a href="http://www.bfi.wien">www.bfi.wien</a>

<b>Datum</b>	<b>28.03.2017</b>
--------------	-------------------

## 1. Kurzzusammenfassung

Jugendliche in überbetrieblichen Ausbildungen gemäß §30b BAG (ÜBA) sind hinsichtlich gesundheitlicher Determinanten gegenüber ihren KollegInnen in Unternehmen oder in schulischen Ausbildungen benachteiligt: sie wachsen häufig unter prekären sozioökonomischen Bedingungen auf, erfahren durch die Herkunftsfamilie wenig Unterstützung und sehen sich mit geringeren Chancen am Arbeitsmarkt konfrontiert. Als zusätzliche Stressoren kommen häufig Lernschwierigkeiten, Sprachprobleme und schulische Defizite verschärfend hinzu. Daher ist es besonders für diese Zielgruppe wichtig, gesundheitsfördernde Maßnahmen und Maßnahmen zur Resilienzsteigerung und zum Empowerment zu setzen. Zu diesem Zweck wurde im BFI Wien von März 2015 bis Dezember 2016 das Projekt „Health 4 you“ durchgeführt. In Veranstaltungen, Workshops, Outdoor-Aktivitäten, der Ausbildung von Gesundheits-Buddys etc. wurden das Gesundheitsbewusstsein und die Resilienz der jugendlichen TeilnehmerInnen und des Stammpersonals gefördert. Eng haben wir dabei mit den Wiener ÜBA-Trägern ipcenter.at und Weidinger und Partner und mit der Lehrlingsstiftung Eggenburg zusammengearbeitet.

Das Gesundheitsbewusstsein und die (Selbst-)Präsentations- und Kommunikationsfähigkeiten der Jugendlichen konnten deutlich gesteigert werden. Eine allgemeine Verbesserung der Zufriedenheit mit der Ausbildung wurde festgestellt. Als besonders hilfreich zeigte sich die Ausbildung von Gesundheits-Buddys, da für diese das erworbene Wissen und die gemachten Erfahrungen nicht nur dazu führten, dass sie selbstbewusster und gesundheitsbewusster auftreten konnten, sondern diese trugen ihr Wissen auch in die Gruppe der anderen Jugendlichen hinein und zeigten sich als wertvolle MultiplikatorInnen. Da besonders die Kommunikationsfähigkeit als ganz zentral erkannt wurde, wurde an die ursprüngliche Gesundheits-Buddy-Ausbildung noch ein eigenes Kommunikationsmodul angehängt. Viele Outdoor-Aktivitäten (Ausflüge, Exkursionen, Sporttage etc.) konnten den Bewegungsdrang der Jugendlichen wecken und wurden sehr gern angenommen. Auch die diversen Workshops halfen den Jugendlichen sehr, das Bewusstsein über sich selbst und den eigenen Körper zu steigern.

## 2. Projektkonzept

### Entwicklung und Vorbilder

Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) hat im Jahr 2013 im Sinne von Nachhaltigkeit und Vernetzung einen Arbeitsschwerpunkt „Transfer von Projekterfahrungen und Projektergebnissen“ gestartet. Zielsetzung der FGÖ-Transferinitiative war es, bewährte und vom FGÖ geförderte Pilotprojekte in andere Settings/Umgebungen/Regionen zu transferieren, um erfolgreiche Projektkonzepte weiter zu verbreiten und Erfahrungen zu Transferprojekten zu gewinnen. Die Erfahrungen und Ergebnisse des Pilotprojekts „Health 4 you“, durchgeführt an der Lehrlingsstiftung Eggenburg, sollten nun auf andere Einrichtungen der Überbetrieblichen Lehrausbildung transferiert werden.

Gespräche mit dem AMS (BGS und LGS Wien), der ARGE Scharinger & Pesserer, der Lehrlingsstiftung Eggenburg und mit Trägerorganisationen, die in Wien mit der Durchführung überbetrieblicher Lehrausbildungen betraut sind, haben zur Entwicklung des vorliegenden Projektes geführt.

Schwerpunkt dieses Projekts war die aktive Auseinandersetzung mit dem Thema Gesundheit, die Förderung von Gesundheitsbewusstsein bei Jugendlichen und die strukturelle Verankerung von Gesundheitsförderung in der Einrichtung. Durch die starke Bedarfs- und Prozessorientierung des Projekts „Health 4 you“ wurde zudem stets darauf geachtet, die Jugendlichen in die Projektgestaltung aktiv und partizipativ einzubeziehen. Die Sensibilisierung und Kommunikation erfolgte auf allen Ebenen der Einrichtung, im Kernteam und in der Steuergruppe, mit allen MitarbeiterInnen, mit den Jugendlichen und mit den Eltern.

## Settings, Problemfelder und Zielgruppen

Seit 1998 werden Jugendliche, die keine geeignete Lehrstelle in einem Unternehmen finden konnten, im Rahmen überbetrieblicher Angebote (ÜBA) ausgebildet. Beauftragt und finanziert werden die überbetrieblichen Ausbildungen aus Fördermitteln des AMS und des WAFF. Die Durchführung erfolgt nach vorangegangenen Ausschreibungsverfahren bei den beauftragten Trägerinstitutionen wie z.B. dem BFI Wien. Im Jahr 2008 wurde die überbetriebliche Ausbildung gemäß §30b BAG neu strukturiert. Sie führt seitdem in der Variante ÜBA 1 über die gesamte gesetzliche Lehrzeit, die Variante ÜBA 2 bietet mehr praktische Ausbildung in Praktikumsbetrieben und sieht nach Ablauf des 1. Lehrjahres die Fortsetzung der Ausbildung in einem Betrieb vor.

Tendenziell sind TeilnehmerInnen in überbetrieblichen Ausbildungseinrichtungen hinsichtlich gesundheitlicher Determinanten im Vergleich zu Jugendlichen in betrieblichen Lehrstellen stark benachteiligt. Häufig kommen sie aus einem soziökonomischen Umfeld, das Gesundheitsbewusstsein kaum fördert und oft auch wenig über eigenes Wissen über Gesundheitsthematiken verfügt. Die Jugendlichen sehen sich zudem mit einer benachteiligten Startposition am Arbeitsmarkt konfrontiert und weisen häufig Lernschwierigkeiten, Sprachprobleme und schulische Defizite auf, die Stress und Demotivation erzeugen können. Für TeilnehmerInnen der ÜBA 2 kommt noch erschwerend hinzu, dass sie durch die verringerte Anwesenheitszeit in der Ausbildungsorganisation, weniger in dieser verankert sind und sich durch die große Konkurrenz im Kampf um eine betriebliche Lehrstelle in einer ständigen Stresssituation befinden. Eine Häufung von Krankenständen und Ausbildungsabbrüchen können die Folgen daraus sein.

Daher hat sich das Projekt in erster Linie an die Schwerpunktzielgruppe Jugendliche in überbetrieblichen Lehrausbildungen gewandt und versucht, durch die Förderung der 7 Säulen der Resilienz die Jugendlichen widerstandsfähiger zu machen, Dropouts zu verringern und ihre beruflichen Chancen durch die Förderung eines gesünderen, selbstbewussteren Lebensstils zu verbessern.

Sekundäre Zielgruppe des Projekts waren die AusbilderInnen der Jugendlichen mit ihrem jeweils sehr unterschiedlichen Ausbildungs- und Erfahrungshintergrund. Die AusbilderInnen stehen vor besonderen Herausforderungen an ihre Rolle zwischen FachtrainerIn und Vorbild bzw. Projektionsfigur. Sie sind mit hohen Erwartungen der Jugendlichen und des Auftraggebers konfrontiert, die sich belastend auf die Gesundheit auswirken können. Durch ihr hohes Engagement neigen sie zur Selbstüberforderung und sind in Gefahr, auszubrennen. Als Vorbilder für die Jugendlichen leisten sie aber einen wichtigen Beitrag zum gesundheitsbewussten Leben der Jugendlichen und somit zum Projekterfolg. Daher war es im Projekt ebenfalls wichtig, die gesundheitliche Situation des Stammpersonals zu verbessern.

In weiterer Folge richtete sich das Projekt auch an Eltern und Angehörige und das soziale und betriebliche Umfeld der Jugendlichen. In diesem Zusammenhang können die Jugendlichen selbst als MultiplikatorInnen gesehen werden, denn sie tragen ihr neues Gesundheitsverständnis auch in ihr privates und berufliches Umfeld hinaus.

## Zielsetzungen

Die **Vision** des Projekts bestand in der Entwicklung eines **umfassenden Gesundheitsverständnisses** durch die Stärkung der 7 Säulen der Resilienz, die im Bewusstsein der Jugendlichen und des Stammpersonals verankert werden sollten. Ein besonderer Fokus lag dabei auf der ÜBA 2. Durch das angestrebte **Empowerment** sollten Jugendliche und Stammpersonal lernen, Stressoren in geeigneter Form zu begegnen und eine nachhaltige Gefährdung der Gesundheit zu vermeiden. Die Jugendlichen sollten auch befähigt werden, mit Situationen adäquat umzugehen statt in schädigendes Vermeidungsverhalten auszuweichen. Das **übergeordnete zentrale Ziel** lag in einer Verbesserung der Gesundheitschancen am Arbeitsplatz. Die Jugendlichen und das Stammpersonal wurden in allen Phasen in die Gestaltung des Projektes aktiv eingebunden (partizipative Gestaltung). **Messbare Ziele** waren die Senkung der Dropoutrate, Steigerung von Übertritten in betriebliche Lehrverhältnisse, Senkung der Krankenstandstage und höhere Zufriedenheitswerte bei Jugendlichen und Stammpersonal.

**Strukturelle Ziele** waren, die bedeutsamsten Stressoren für die Jugendlichen und das Stammpersonal zu identifizieren, sie hinsichtlich der zu treffenden Gegenmaßnahmen zu bewerten und daraus konkrete Gesundheitsverbesserungsmaßnahmen (auf der Maßnahmen- und auf der Verhältnisebene) für die Jugendlichen und für das Stammpersonal abzuleiten. Bei Projektende sollten Strukturen und Angebote vorliegen, die für Folgeausbildungen nutzbar sind. Auf individueller Ebene bei den Jugendlichen selbst wurde durch die langfristige Begleitung im Projekt selbst und die damit verbundene laufende Thematisierung von Gesundheit jedenfalls eine nachhaltige Wirkung erzielt. Ähnlich war durch das Projekt auch bei den MitarbeiterInnen (Stammpersonal) die Entwicklung eines umfassenden Gesundheitsbewusstseins zu erwarten, das sich sowohl auf sie selbst als auch auf zukünftige Ausbildungsgruppen positiv auswirkt (MultiplikatorInneneffekte). Das Projekt zielte zudem darauf ab, eine partizipative Organisationskultur zu fördern, die über die Projektdauer hinaus wirken sollte. Strukturen, die in diesem Zusammenhang im Projekt initiiert wurden, sollten so etabliert werden, dass sie nach dem Projekt selbstverständlich in den Alltag des BFI integriert werden. Das gilt für bauliche Maßnahmen ebenso wie für organisatorische und strukturelle Veränderungen, die durch das Projekt ausgelöst wurden.

Die Entwicklung einer Ausbildung von Gesundheits-Buddys sollte zu einem Handbuch für diese Ausbildung führen, womit diese in der Folge nachhaltig in der Organisation und konkret in den überbetrieblichen Ausbildungen etabliert werden kann. Wir strebten mit dem Projekt auch an, die Eltern und Erziehungsberechtigten der Jugendlichen zu erreichen, indem die Jugendlichen selbst als MultiplikatorInnen wirken und ihr gesundheitsbezogenes Wissen und das Gesundheitsbewusstsein in ihre Herkunftsfamilien tragen sollten. Eine aktive Mitwirkung an der nachhaltigen Implementierung von Gesundheitsförderung auch in anderen überbetrieblichen Lehrausbildungen war weiters intendiert.

### 3. Projektdurchführung

#### Aktivitäten und Methoden

Die Umsetzung des Projektes erfolgte sehr konzepttreu, dabei aber auch flexibel genug, um adäquat auf die Bedürfnisse der Jugendlichen zu reagieren.

In der **Diagnose und Planungsphase** von März bis September 2015 erfolgten systematische Recherchen und Analysen (Kursstatistiken, Fragebogenerhebungen zu Stressoren für Stammpersonal und Jugendliche, Erhebung der durchschnittlichen Krankenstandstage der Jugendlichen (interne Daten – Beobachtungszeitraum Jänner 2015–März 2015) etc. In Kick-off-Veranstaltungen für das Stammpersonal und die Jugendlichen, wurde das Projekt vorbereitet und es gab erste Inputs zu den Themen Gesundheit und Resilienz. Im Mai 2015 wurden Gesundheitszirkel implementiert, die sich für die weitere Aktivitätenplanung als wichtiges Instrument herausstellten. Zusätzlich wurden die erste Gesundheitsbefragung der Jugendlichen und eine Befragung des Stammpersonals zu Stressoren mit anschließender Auswertung durch Experten durchgeführt. Die Ergebnisse der Befragungen flossen in die weitere Planung der Aktivitäten ein. In einem Workshop für das Stammpersonal und Führungskräfte erfolgte die Erarbeitung eines Projektplans zur besseren Zusammenarbeit, zur Konfliktbereinigung, zur Etablierung der nötigen Kommunikationsstrukturen und einer neuen „Wohlfühlkultur“ und zur Bewusstseinsbildung in Hinblick auf Gesundheit und Burn-out Gefährdung. Auch der Arbeitsmediziner des BFI Wien wurde eingebunden.

Als Einstieg in die **Angebote zum Schwerpunkt Gesundheitsverhalten und zur Resilienzsteigerung** für die Jugendlichen wurde ein Sporttag genutzt. In der **Umsetzungsphase** wurden ab September 2015 in vier Zyklen zu jeweils zwei Säulen der Resilienz Workshops organisiert, die zwischen drei Monaten und einem Semester dauerten. Zu den Säulen „Optimismus“ und „Verantwortung übernehmen“ wurden Workshops zum Thema „Ernährung“ (sich besser fühlen durch gesündere Ernährung) angeboten. Zu den Säulen „Akzeptanz“ und „Selbststeuerung“ wurden die Themen „Körper und Gesundheit“ (Bauchtanzgruppe) und „Gewaltprävention“ (Selbstverteidigungsworkshop/Workshop zu Gewaltprävention und Deeskalation) bearbeitet. Die Säulen „Beziehungen“ und „Zukunft gestalten“ wurden mit dem Thema „Sexualpädagogik“ abgedeckt (Workshops zu Selbstbehauptung, Schönheitsidealen, Sexualität und

Grenzen ziehen, Verhütungsthematik in Kooperation mit dem AKH Wien). Den Säulen „Lösungsorientierung“ und „Verantwortung übernehmen“ wurde mit Theaterworkshops zum Thema Suchtprävention begegnet. Außerdem fanden viele Wandertage und Ausflüge statt.

Auch für das **Stamppersonal** wurden **Aktivitäten zur Resilienzsteigerung** getroffen: ein Workshop zur Schuldnerberatung, zwei Gruppen „Rückenschule“ von September 2015 bis Februar 2016, ein Ernährungsworkshop, ein Grillabend, Initiierung eines TrainerInnen-Stammtischs, Evaluierung der Arbeitsplätze durch den Arbeitsmediziner des BFI Wien inklusive anschließender Beratung etc.

Für die **Ausbildung der Gesundheits-Buddys** wurde gemeinsam mit den Projektpartnern ipcenter.at und Weidinger und Partner ein Konzept entwickelt, das nach der ersten Ausbildung evaluiert und an die Bedürfnisse der Jugendlichen angepasst wurde. Die gemeinsamen Erfahrungen fanden auch Eingang in das „Handbuch zur Gesundheits-Buddy-Ausbildung“ (siehe Beilagen). In einem ersten Durchgang der Gesundheits-Buddy-Ausbildung wurden von Oktober 2015 bis Februar 2016 ursprünglich zwölf Jugendliche, die über die Gesundheitszirkel rekrutiert worden waren, zu Gesundheits-Buddys ausgebildet. In drei Modulen „Die Gesundheit und ich – Gesundheitsbuddies als Vorbilder“, „Präsentieren lernen anhand des Themas ‚Ernährung‘“ und „Präsentieren lernen anhand des Themas ‚Alkohol und Sucht‘“ erwarben die Gesundheits-Buddys neben Gesundheitskompetenz auch Selbstreflexions- und Präsentationsfähigkeiten. Acht TeilnehmerInnen beendeten die Ausbildung erfolgreich mit einer feierlichen Übergabe der Zertifikate und waren während und nach der Ausbildung als Gesundheits-Buddys tätig. Eine zweite Gesundheits-Buddy-Ausbildung startete im November 2016 mit einer neuen Gruppe motivierter Jugendlicher. Als Ergebnis der Erfahrungen aus der vorhergegangenen Ausbildung wurde die Ausbildung um ein Modul zum Thema „Kommunikation“ ergänzt. Die Ausbildung läuft noch bis Frühling 2017.

Zeitgleich mit ihrer Ausbildung begann sowohl die erste als auch die zweite Gruppe von **Gesundheits-Buddys** bereits mit ihrer **Arbeit** und das Angebot von „**Jugendtreffs**“ wurde gestartet. In den „Jugendtreffs“ konnten und können sich Jugendliche aus allen Projekten am Standort einmal pro Woche in einem informellen Rahmen mit den Gesundheits-Buddys austauschen und über die Workshop-Inhalte und andere Themen sprechen. Dieses Angebot wurde sehr gut angenommen und wird auch in Zukunft beibehalten. Von April bis Dezember 2016 wurden in der „**Schreibwerkstatt**“ **Newsletter** erstellt, die am Schulungsstandort aufgelegt wurden und somit alle Personen am Standort mit Informationen über die Aktivitäten von „Health 4 you“ versorgten. In diesen Newslettern konnten die Gesundheits-Buddys ihre Erfahrungen reflektieren und trainierten gleichzeitig ihre Kommunikationsfähigkeit. Einen krönenden Höhepunkt fand die Arbeit der Gesundheits-Buddys bei der Abschlussveranstaltung zur Transferinitiative in der Albert Hall, allerdings ist damit die Arbeit nicht zu ende. Diese wird ebenso fortgesetzt wie viele Workshop- und Quick Win-Angebote.

Um die Jugendlichen zu aktivieren und zu motivieren wurden viele **Quick Win-Aktivitäten** angeboten. Im Mai 2016 konnten die Gesundheits-Buddys sich und das Projekt „Health4You“ am KundInnentag „Zukunft Lehre“ mit einer PowerPoint-Präsentation, Plakaten, gesunden Köstlichkeiten und persönlichen Gesprächen präsentieren. Wandertage und Ausflüge erfolgten beispielsweise in den Lainzer Tiergarten, zur Burg Kreuzenstein, zum Lebensbaumkreis am Himmel und in die Sport- und Fun-Halle. Diese Outdoor-Aktivitäten zur Aktivierung der Jugendlichen sollen fortgeführt werden, der nächste Ausflug ist bereits geplant.

Zur **Dokumentation und Präsentation des Projekts** wurden vielfältige Wege beschritten. Zum einen gab es die bereits beschriebenen Präsentationsmöglichkeiten (Newsletter der Schreibwerkstatt, Präsentation am KundInnentag und bei der Abschlussveranstaltung), zum anderen wurde ein **Projekthandbuch** (siehe Beilagen) erarbeitet, in dem das Projekt beschrieben und Highlights dargestellt wurden. Dieses Projekthandbuch wurde auf einer vom FGÖ zur Verfügung gestellten moodle-Plattform veröffentlicht und u.a. bei der Abschlussveranstaltung ausgegeben. Während der gesamten Projektdauer wurden zur Information der TeilnehmerInnen über die Workshops zudem drei große Pinnwände gut sichtbar am Gang platziert. Diese Pinnwände wurden zusätzlich zu den aktuellen Informationen mit ständig aktualisierten Fotos von den Veranstaltungen bestückt.

Während der Umsetzungsphase wurde die **Diskussion der Aktivitäten in den Gesundheitszirkeln** auf Wunsch der Jugendlichen durch die wöchentlichen „Jugendtreffs“ ergänzt und teils ersetzt. Für die Jugendlichen war es wichtig, in einem informellen, geschützten Rahmen über wichtige Themen, die sie beschäftigen, zu diskutieren.

**Durchführung von und Teilnahme an Vernetzungsveranstaltungen und Abschlussveranstaltung:** Neben dem Vernetzungstreffen mit dem FGÖ im März fanden im Vorfeld, während und im Anschluss an das Projekt mehrere Treffen der Projektträger statt. Bestimmte Workshops (wie z.B. der Theater-Workshop als Einstieg in das Thema Suchtprävention) und die Zertifikatsverleihung für die Gesundheits-Buddy-Ausbildung wurden mit den Projektpartnern gemeinsam durchgeführt. Die Projektleiterin nahm zudem an diversen Veranstaltungen wie z.B. der 2. Konferenz der ÖPGK teil und ein großes Highlight war die Abschlussveranstaltung in der Albert Hall, in der sich die Gesundheits-Buddys mit großer Freude einbrachten.

### **Anpassungen des Projektkonzepts**

Alle Methoden haben sich im Projektverlauf als sehr gut erwiesen und wurden bei Bedarf noch an die Bedürfnisse der Jugendlichen angepasst (z.B. „Jugendtreffs“, „Kommunikationsmodul“ etc.). Die Installation der Gesundheits-Buddys erwies sich als sehr zielführend, da diese als MultiplikatorInnen in ihren Peer-Gruppen fungieren, ihre Ideen einbringen können und für eine Nachhaltige Verankerung des Wissens über Gesundheit und Resilienz sorgen. Durch die Workshops, die Ausflüge und die Gesundheits-Buddy-Ausbildung war eine deutliche Motivationssteigerung im Laufe des Projekts feststellbar (siehe unten), weshalb sie auch weiterhin so weit wie finanziell möglich weitergeführt werden.

### **Rollenverteilung**

Eine **klare Rollenverteilung** im Projekt sorgte für einen reibungslosen Ablauf. Aufgeteilt waren die Mitwirkenden auf drei Gremien: den Lenkungsausschuss, das Projektleitungsteam und das Projektteam. Der Lenkungsausschuss war mit der stellvertretenden Geschäftsbereichsleiterin und dem zuständigen Bereichsleiter hochkarätig besetzt und brachte sich in den Steuergruppentreffen mit wichtigen Erfahrungen steuernd und beratend ein. Im Projektleitungsteam gab es eine geteilte Projektleitung, um sowohl inhaltliche als auch organisatorische Aspekte optimal abdecken zu können. Eine erfahrene Projektassistentin kümmerte sich u.a. um die interne Dokumentation und kreative Gestaltung der Unterlagen. Das Projektteam war schließlich für die Projektfeinplanung und -umsetzung zuständig und bestand aus langjährigen Fachausbilderinnen und einem Trainer aus dem Bereich der ausbildungsbegleitenden Maßnahmen. Eine enge Zusammenarbeit der Gremien sicherte den Erfolg des Projekts.

## **4. Evaluationskonzept**

### **Evaluationsformen, -konzept und Durchführung**

Im Projekt wurden zwei Gesundheitsbefragungen, die von externen ExpertInnen ausgewertet wurden, und eine interne Feedbackerhebung durchgeführt. Alle Befragungen richteten sich an alle im Projekt verfügbaren Jugendlichen und wurden anonymisiert durchgeführt, so dass die Jugendlichen die Möglichkeit hatten völlig offen zu antworten und sich unbeeinflusst mit den Fragestellungen auseinander zu setzen. Die erste Gesundheitsbefragung, die im Mai 2015 bei allen Wiener Projektträgern umgesetzt wurde und im BFI Wien 148 Jugendliche erreichte, widmete sich Fragen zur Ausbildung, den AusbilderInnen, den beruflichen Perspektiven, dem Interesse an Gesundheit, dem persönlichen Gesundheitszustand und Umgang mit schwierigen Situationen, dem Blick in die Zukunft und den Belastungen in der Ausbildung. Die zweite Gesundheitsbefragung fand gut ein Jahr nach der ersten Befragung statt und beschäftigte sich mit den Auswirkungen von „Health 4 you“. 81 Jugendliche wurden zu den Themen Gesundheitsstatus und Wohlbefinden, Interesse an Gesundheit, der Zufriedenheit mit der Ausbildung, Veränderungen am Ausbildungsplatz und der persönlichen Situation durch das Projekt befragt und 79 Jugendliche gaben eine allgemeine Bewertung des Projekts ab.

Um während der Durchführungsphase zur besseren Anpassung der Angebote an die Bedürfnisse der Jugendlichen Feedback zu erhalten, wurde im März 2016 ein interner Fragebogen entworfen und an 105 Jugendliche (mit einer Rücklaufquote von 82,86 %) verteilt. An sechs Gesundheits-Buddys wurde zusätzlich ein eigener Fragebogen ausgegeben, der sich mit der Ausbildung und der Arbeit der Gesundheits-Buddys beschäftigte (Rücklaufquote 100%). In vorgegebenen Fragen ging der Fragebogen an die Jugendlichen auf die Themen Ausbildung, Umgang mit Stressoren in der Ausbildung, Wissen über gesunde Ernährung, Körper, Sucht, Stress, Konfliktlösungs- und Selbstbehauptungsstrategien und den Umlegungsgrad des Wissens auf den Alltag ein. In offenen Fragen konnten die Jugendlichen ihre Einstellungen zu den Gesundheits-Buddys, zu besonders positiven Erfahrungen im Projekt, zu Fehlendem und schlecht Funktionierendem und zu Wünschen und Ideen für das Projekt darlegen. Die Gesundheits-Buddys wurden zu ihrer speziellen Rolle im Projekt befragt und konnten auch in offenen Fragen zu positiven und negativen Erfahrungen und zu Wünschen und Ideen Stellung nehmen.

### Effekte der Befragungen

Aus den Befragungen konnten die weiteren Planungsschritte für das Projekt abgeleitet werden. So orientierte sich die Planung der Projektaktivitäten an der ersten Gesundheitsbefragung und die Ausweitung der Quick-Win-Aktivitäten geht auf die Befragungsergebnisse der Feedbackerhebung zurück. Die sehr positive Bewertung des Projekts in der Feedbackerhebung und der zweiten Gesundheitsbefragung zeigte die Wirkung von „Health 4 you“ auf und motivierte viele Aspekte des Projekts, soweit finanziell und zeitlich möglich, in den Regelbetrieb aufzunehmen.

## 5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

### Projektergebnisse

Die positive Wirkung des Projekts wurde durch alle Befragungen bestätigt und spornte zu einem Ausbau des Projektes an. Wenn man die erste und die zweite Gesundheitsbefragung, die zu Beginn und gegen Ende von „Health 4 you“ im Abstand von gut einem Jahr durchgeführt wurden, vergleicht, sieht man einen Anstieg der Personen, die ihren Gesundheitszustand als sehr gut oder gut einstufen von 49 % auf 63 %. Nur mehr 2% stuften ihre gesundheitliche Befindlichkeit als schlecht oder sehr schlecht ein (zuvor 9 %).

Abbildung 1: 1.Gesundheitsbefragung: Beurteilung des Gesundheitszustandes (N=143)

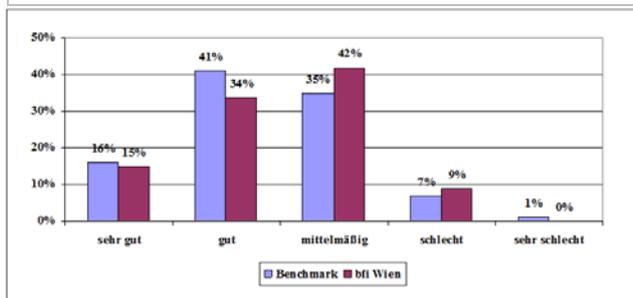
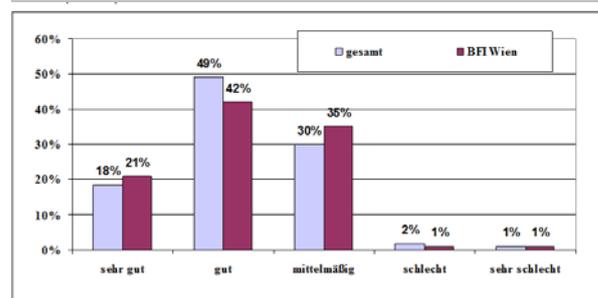
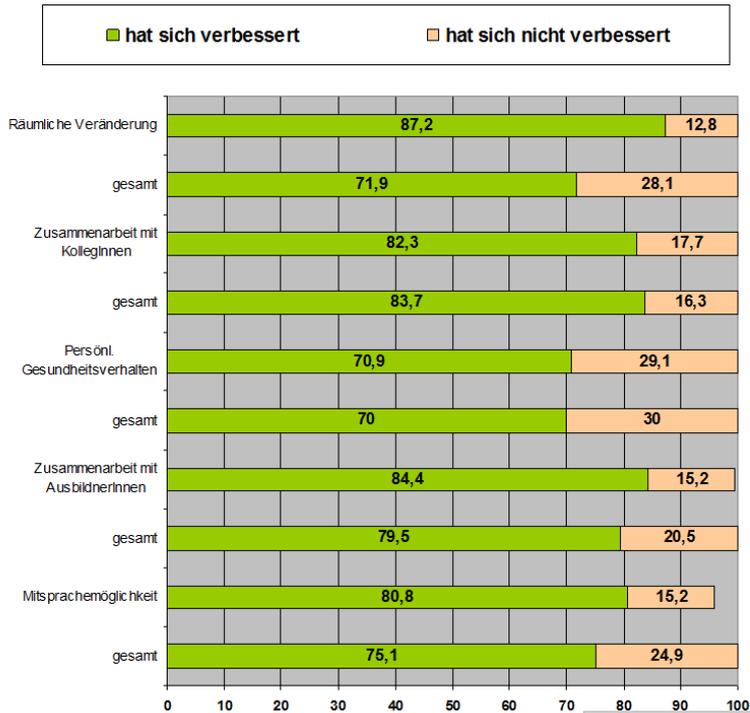


Abbildung 2: 2.Gesundheitsbefragung: Beurteilung der momentanen gesundheitlichen Befindlichkeit (N=81)



Außerdem haben sich laut zweiter Gesundheitsbefragung alle abgefragten Aspekte am Ausbildungsplatz für gut Dreiviertel der Personen (zwischen 71 und 87 %) verbessert. In fast allen Bereichen liegt das BFI Wien hier auch über dem Gesamtdurchschnitt.

Abbildung 3: 2.Gesundheitsbefragung: Veränderungen am Arbeitsplatz

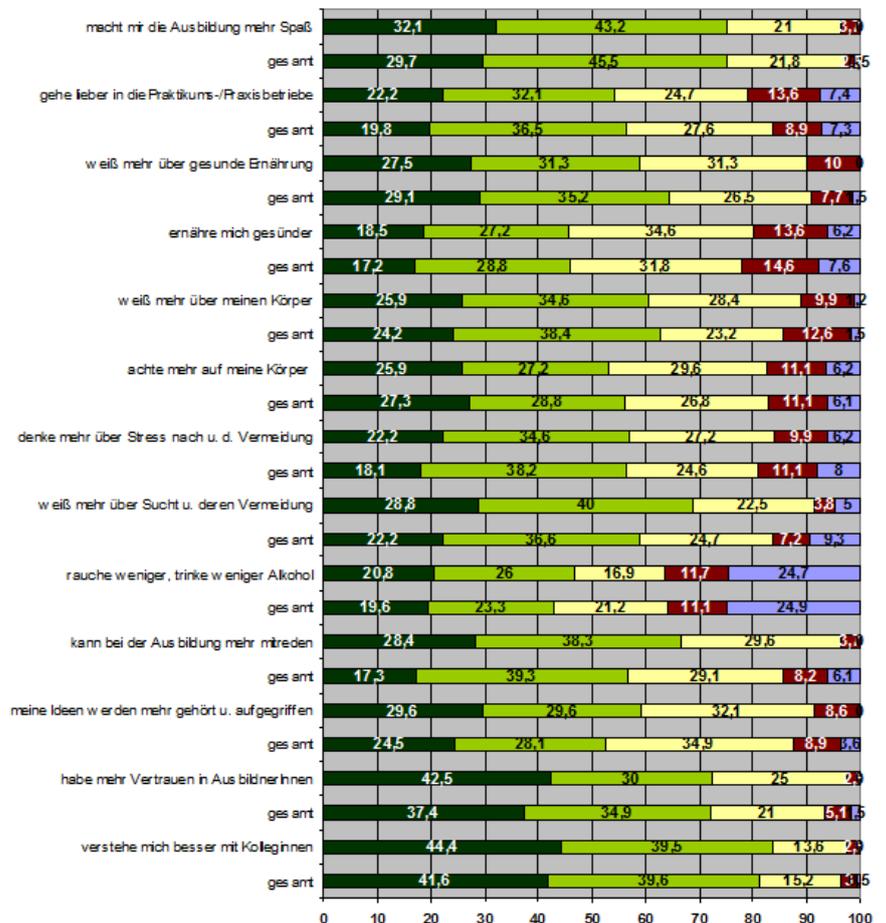
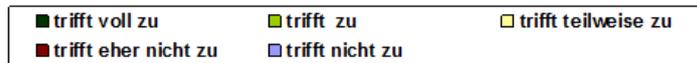


Gesamt gesehen kann man in allen Bereichen von einer positiven Veränderung sprechen.

Abbildung 4: 2.Gesundheitsbefragung: Veränderungen seit Beginn des Projektes

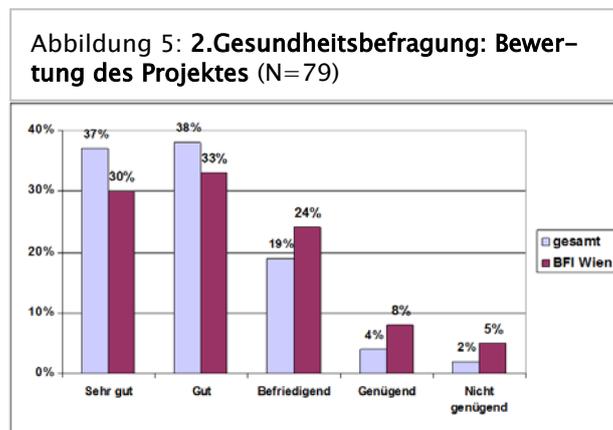
Die größten Veränderungen zeigten sich vor allem beim besseren Verstehen der KollegInnen (84 %), mehr Spaß bei der Ausbildung (75 %) und mehr Vertrauen in die AusbilderInnen (73 %). Auch das Wissen über Gesundheitsaspekte hat in allen Themenbereichen deutlich zugenommen. Die Mitsprachemöglichkeiten bei der Ausbildung (*treffen für 2/3 [voll] zu*) und die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen (59 % „*trifft [voll] zu*“), sind bemerkenswert und höher bewertet als im Gesamtdurchschnitt. Die Umsetzung des erworbenen Gesundheitswissens im Alltagsleben könnte noch verbessert werden (47 % rauchen und trinken weniger und 17 % rauchen und trinken teilweise weniger).

Ähnliche Ergebnisse erzielte auch die interne Feedbackerhebung. Das Wissen über eine gesunde Ernährungsweise konnte für 64 % mittels der Workshops erhöht werden und die Hälfte der Jugend-



lichen gab an, seit den Workshops eine gesündere Ernährungsweise zu haben. Auch bei den offenen Fragen wurden die Ernährungsworkshops sehr oft positiv genannt und es wurden von den TeilnehmerInnen auch viele Ideen und Wünsche nach mehr Aktivitäten im Bereich Ernährung wie z.B. gemeinsames Kochen, gesunde Jause, Obstkörbe, gesunde Nahrung im Automaten etc. geäußert. Das Wissen über den menschlichen Körper konnte unter den TeilnehmerInnen wesentlich (64 %) erhöht werden. Ein großer Teil (61 %) der Jugendlichen achtet seit den Workshops mehr auf den eigenen Körper. Im Bereich Bewegung gab es am meisten Anregungen und Wünsche von den Jugendlichen (23 x *Mehr Workshops Bewegung / Sport, wie z. B. Wandertag, Schwimmen, Klettern, Sport- und Funhalle, Volleyball, Handball, Boxen, Picknicken, Wandern*). Insgesamt meinten 63 % der Jugendlichen, dass sie nun schwierige Situationen, wie Konflikte, insgesamt schwierige Situationen und „sich gegen andere behaupten“, besser bewältigen können. 72 % der TeilnehmerInnen waren davon überzeugt, dass sie nun besser bei der Ausbildung mitreden können. 61 % meinten, dass ihre Ideen nun gehört und aufgegriffen werden, und auch das Vertrauen zu den AusbilderInnen konnte wesentlich erhöht werden. Für fast 80 % der Jugendlichen hat sich der Umgang mit den KollegInnen wesentlich verbessert.

Generell wurde das Projekt sehr positiv bewertet (63% sehr gut oder gut).



### Erreichung der Zielgruppen, Projektziele und Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit

Abschließend bleibt festzustellen, dass die Primärzielgruppe und dadurch die Projektziele sehr gut erreicht wurden. Dies war auch ein wesentlicher Beitrag zur Förderung gesundheitlicher Chancengerechtigkeit. Da die Jugendlichen in den ÜBA-Ausbildungen, wie oben bereits ausgeführt, zu einer besonders benachteiligten Zielgruppe, auch was Gesundheitsbewusstsein und Resilienz betrifft, gehören, war der Beitrag zu einem gesundheitsbewussteren, selbstbewussteren und stressresistenteren Leben ein entscheidender Beitrag für die Jugendlichen und ihre soziale Umgebung. Als MultiplikatorInnen können die Jugendlichen ihre Erfahrungen und Erkenntnisse in ihre Familien, ihren Freundeskreis, ihr soziales Umfeld und in ihre Praktikums- und Arbeitgeberbetriebe hinaustragen.

### Beteiligung im Projekt

Besonders gut haben sich die Ausbildung der Gesundheits-Buddys, die Workshops und die Outdoor-Aktivitäten, sowie die „Jugendtreffs“ bewährt. Die Jugendlichen und das Stammpersonal konnten sich in allen Phasen mit ihren Ideen einbringen (siehe oben).

Auch die Steuerungsgruppe brachte sich in allen Phasen intensiv mit Ideen, Vernetzungsmöglichkeiten, Erfahrungen und Vorschlägen für die weitere Vorgehensweise ein. Eine regelmäßige Information der wichtigsten EntscheidungsträgerInnen erfolgte in den Steuergruppentreffen, in denen auch bei Bedarf Verbesserungsvorschläge und Vernetzungsaktivitäten erarbeitet wurden und nächste entscheidende Schritte abgestimmt und beschlossen wurden. Wichtig war uns auch die Einbindung des Arbeitsmediziners und der Leitung der Stabsstelle Personal des BFI Wien. So konnten auch Ergebnisse der Erhebung der psychischen Arbeitsbelastung in die Diskussion aufgenommen werden.

### **Weiterbestehen, Transferierbarkeit und Nachhaltigkeit**

Die Strukturen, die sich im Projekt besonders bewährt haben, wollen wir auch in Zukunft beibehalten. Wir werden verstärkt auf den Einsatz, die Aus- bzw. Weiterbildung und die inhaltliche und operative Einbindung der Gesundheits-Buddys setzen. Die Ausbildung der Gesundheits-Buddys wurde um ein Kommunikationsmodul erweitert. Dieses hat sich als sehr wichtig erwiesen, die Finanzierung muss allerdings erst geklärt werden. Ebenso fortgeführt werden die Wissens- und Selbsterfahrungsworkshops und diese werden auch in der Zukunft zu bestimmten Schwerpunkten zugeordnet. Zusätzlich möchten wir noch mehr Quick Win-Aktivitäten durchführen. Auch die „Jugendtreffs“ haben sich sehr bewährt und werden in Zukunft weiterbestehen.

Gern möchten wir das Projekt auch in anderen Bildungsangeboten einbauen bzw. anderen Trägern behilflich sein, ähnliche Strukturen aufzubauen. Besonders in den diversen überbetrieblichen Ausbildungen (gem. § 30b BAG), den Ausbildungen mit Verlängerter Lehrzeit bzw. den Teilqualifizierungen (gem. §8b BAG) und anderen Jugendprojekten können sich die etablierten Methoden und Strukturen sehr positiv auf den Projekterfolg auswirken, wenn ausreichende zeitliche Ressourcen zur Verfügung stehen.

Zur Sicherung der Nachhaltigkeit erwiesen sich folgende Maßnahmen auf struktureller und auf Zielgruppen-Ebene als erfolgversprechend. Durch die Einbindung der Leitungsebene konnte das Projekt leichter in den Betriebsalltag übernommen werden. Das System der Gesundheits-Buddys hat sich sehr bewährt und wird auch in Zukunft fortgesetzt. Das Kantinenangebot wurde gesünder gestaltet, Obstkörbe bei Besprechungen und 1 mal pro Monat in den Schulungsräumen wurden eingeführt, eine geänderte Automatenbefüllung (gesunde Snacks/Getränke) ist in Diskussion. Für das Stammpersonal wurden Maßnahmen zum Stressabbau und zum Ausbau einer förderlichen Kommunikationsstruktur (Workshop und Ausarbeitung eines Projektplans, Grillabend, Stammtisch etc.) getroffen. Externe ExpertInnen ergänzten das TrainerInnen-Team und werden soweit möglich auch in Zukunft in Workshops eingesetzt. Ebenso wurden und werden interne Ressourcen (Kenntnisse und Fähigkeiten im AusbilderInnen-Team) verstärkt genutzt. Auf Zielgruppenebene wurde der Projektnutzen sowohl den Jugendlichen als auch den AusbilderInnen kommuniziert und wurde/wird für diese durch die aktive Teilnahme an den Angeboten erfahrbar und nachvollziehbar. Die Angebote sind nachgefragt. Durch den Einsatz der Gesundheits-Buddys und der AusbilderInnen als MultiplikatorInnen wird ein langfristiger Nutzen des Angebots gesichert, der weit über die Projektgrenzen hinausgehen wird (Vorbilder für kommende Ausbildungsgruppen, Einfluss auf Herkunftsfamilien und zukünftige Familien der TeilnehmerInnen etc.). Die Teilnehmenden lernten und lernen ihr Leben nachhaltig gesünder zu führen und besser auf sich und den eigenen Körper zu achten (durch Workshops, Gruppen, Gesundheits-Buddys etc.)

## **6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen**

### **Förderliche und hinderliche Faktoren**

Förderlich für das Projekt waren das große TeilnehmerInnen-Interesse an den Angeboten/Themen und die hohe Motivation. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die Jugendlichen ihre Erkenntnisse und Erfahrungen tatsächlich mit ihren Familien, FreundInnen und den Praktikumsfirmen teilen. Auch bei den AusbilderInnen bemerkten wir ein großes Interesse an den Themen und ein Bewusstsein über die Relevanz des Projekts. Hinderlich für den Projekterfolg waren eine schwierige Terminkoordination und ein laufender Wechsel der Jugendlichen. Die Gruppen waren zu unterschiedlichen Zeitpunkten in der Berufsschule, im Praktikum oder in der Ausbildung. Mangelnde zeitliche Ressourcen bei Jugendlichen und Stammpersonal machten es nicht immer leicht, die Termine optimal zu planen. Durch die Terminkollisionen musste es zu einer Rollenschärfung der Gesundheits-Buddys kommen. Sie informierten TeilnehmerInnen, die aus terminlichen Gründen an einer Veranstaltung nicht teilnehmen konnten, über die Inhalte.

### **Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen**

Als zentrale Lernerfahrung sehen wir die Erkenntnis, dass es ganz wichtig ist, die Gesundheits-Buddys laufend aus- und weiterzubilden und als MultiplikatorInnen einzubinden. Es ist weiters von enormer Bedeutung für den Erfolg und die Partizipation, Themen aufzugreifen, die für die Zielgruppen besonders interessant und relevant sind. Die Zielgruppe muss abgeholt und erreicht werden. Neue Erfahrungen, wie z.B. das Abfragen von Befindlichkeiten, können bei den Jugendlichen viel bewirken. Durch das Angebot sich einzubringen, werden auch bereits im Vorfeld vorhandene Angebote, wie z.B. die Ideenbriefkästen, stärker angenommen als vor Beginn des Projekts. Die „Jugendtreffs“ haben gezeigt, dass Regelmäßigkeit und Kontinuität äußerst wichtig sind, um die Inhalte festigen zu können, daher ist es uns wichtig, regelmäßige Angebote zu machen. Die Schulung der Kommunikationsfähigkeit der Jugendlichen hat sich als essentiell gezeigt, daher streben wir an, diese Schulungen fortzusetzen, wenn es die finanziellen Mittel möglich machen.

Würden wir das Projekt neu starten, würden wir das meiste wieder ähnlich machen, durch die gemachten Erfahrungen, würden wir allerdings die bewährten Strukturen von Anfang an einsetzen und noch mehr auf die Situation und die Entwicklung des Stammpersonals eingehen. Vor allem die zeitliche Komponente würden wir wohl noch stärker angehen.

## Anhang

- Projektablaufplan
- Einladung und Dokumentation Kick-off Jugendliche
- Einladung und Dokumentation Kick-off Stammpersonal
- 1. Gesundheitsbefragung gesamt
- 1. Gesundheitsbefragung BFI Wien
- 1. Gesundheitsbefragung Analyse
- Feedbackbogen Zwischenevaluierung
- Feedbackbogen Zwischenevaluierung Gesundheits-Buddys
- Zwischenevaluierung Auswertung
- 2. Gesundheitsbefragung BFI Wien
- Handbuch Gesundheits-Buddy-Ausbildung
- Projekthandbuch
- Dokumentation Gesundheitszirkel
- Dokumentation Workshops
- Newsletter der „Schreibwerkstatt“
- Dokumentation Veranstaltungen
- Dokumentation Outdoor-Aktivitäten
- Veranstaltungseinladungen Stammpersonal
- Zeitungsartikel zu „Health 4 you“

### **Hinweis:**

Neben dem Hochladen des Berichts ist dieser zusätzlich dem/der für das Projekt zuständigen Mitarbeiter/in des Fonds Gesundes Österreich in gedruckter Version (Papierform) zur Begutachtung und Prüfung zuzusenden.