

Endbericht

Projekttitle: Only You

Projekträger:
EAM Systems GmbH
Ludwig-Benedek-Gasse 2
8054 Graz



Projekt Nummer: 1724

Förderzeitraum: 01.05.2009 bis 30.04.2011

Erstellt von: Trummer Ingrid, Steinwender Karl

05.07.2011

Inhaltsverzeichnis

1	ÜBERBLICK ÜBER DIE GEPLANTEN SCHRITTE IM PROJEKT	5
2	AUSFÜHRLICHE DARSTELLUNG DER PROJEKTUMSETZUNG	5
2.1	AKTIVITÄTEN UND METHODEN	6
2.1.1	<i>Kick-Off Veranstaltung – 1. Aktionstag (Vorprojektphase)</i>	<i>6</i>
2.1.2	<i>MitarbeiterInnenbefragung durch research team (Diagnosephase).....</i>	<i>7</i>
2.1.3	<i>Arbeitsplatz-Belastungsevaluierung (Diagnosephase).....</i>	<i>11</i>
2.1.4	<i>GHZ: Erhebung von Stressoren bei EAM.....</i>	<i>12</i>
2.1.5	<i>GHZ: Abbau von Stressoren, belastenden Arbeitsplatzbedingungen</i>	<i>12</i>
2.1.6	<i>GHZ: Sinnvolle Balance in der Ernährung</i>	<i>14</i>
2.1.7	<i>GHZ: „Mentale Stärke“ im Rahmen des 2. Aktionstages.....</i>	<i>15</i>
2.1.8	<i>GHZ: Excel-Tool zur Führung eines Maßnahmenplans</i>	<i>18</i>
2.1.9	<i>Aufbau und Visualisierung eines Kennzahlensystems</i>	<i>19</i>
2.1.10	<i>Prozessbegleitung Umsetzungsphase</i>	<i>20</i>
2.2	BETEILIGUNG DER ZIELGRUPPEN.....	20
2.3	PROJEKTABLAUF.....	21
2.4	PROJEKTAUFBAU / ROLLEN.....	21
2.5	PARTNERSCHAFTEN – KOOPERATIONEN - VERNETZUNG	21
2.6	KOMMUNIKATIONS – INFORMATIONSMASSNAHMEN	22
2.7	PROJEKTEVALUIERUNG	23
3	DARSTELLUNG DER ÄNDERUNGEN SOLL / IST VERGLEICH	25
4	BEWERTUNG DER UMSETZUNG U. ERGEBNISSE	26
5	NACHHALTIGKEIT DER VERÄNDERUNGEN	27
6	VERBREITUNG DER PROJEKTERGEBNISSE	28

An
Gesundheit Österreich GmbH
Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich
Aspernbrückengasse 2
1020 Wien

EAM Systems GmbH
8054 Graz, L.-Benedek-Gasse 2
Telefon: 0316/28 17 90-0
Telefax: 0316/28 17 90-211
Email: office@eam.at
Internet: www.eam.at
FN 266461f / DVR: 0499447
UST-IDNR.: ATU 62009917
Landesgericht f. ZRS Graz
.....
Unser Zeichen: TI, STK
Datum: 05.07.2011

Endbericht Projekt 1724

Projekteinreicher: EAM Systems GmbH
Projektname: „Only You!“
Erstellt: Ingrid Trummer, Karl Steinwender

Sehr geehrte Damen und Herren!
Sehr geehrter Hr. Dr. Ropin!

Entsprechend der Fördervereinbarung, unterfertigt von FGOE am 12.11.2009 und von EAM Systems am 15.12.2009, legen wir unseren **Endbericht** zu unserem Projekt „Only You“ vor.

Kurzbeschreibung des Projekts

Durch unser BGF-Projekt Only You wurden und werden alle MitarbeiterInnen in Ihrem Bewusstsein einer gesunden Lebensweise gegenüber gestärkt. Die Projektsschwerpunkte (nach dem Prinzip der 2 Gewinner) bei der Planung waren:

Ernährung, Fitness, Suchtprävention, psychische Balance zu sensibilisieren, die Ausgangsposition zu bestimmen und ein maßgeschneidertes Programm zur Optimierung der Einzelsituationen zu schaffen.

Dadurch wird die ständige Verbesserung des Gesundheits- und Fitnessgrades der MitarbeiterInnen gefördert und unterstützt.

Die persönliche Ausgangssituation jedes einzelnen wurde im Rahmen eines Kick-Off Aktionstages (08.05.2009) eruiert.

Eine strukturierte Befragung (1. MA-Befragung research team) ermöglichte es im Anschluss an diesen Aktionstag, die MitarbeiterInnen mit ihren gewünschten Themen und Schwerpunkten abzuholen.

Auf Basis dieser Ergebnisse und dem Angebot von kontinuierlichen Gesundheitszirkeln (2009 bis Herbst 2010), in denen zu ausgewählten Themen, Maßnahmen mit Hilfe von MitarbeiterInnen erarbeitet wurden, entstand ein maßgeschneidertes Gesundheitsprogramm bei EAM.

Ausgangslage

Im Rahmen einer allgemeinen Mitarbeiterbefragung und im Rahmen der Vision/Strategiearbeit des Unternehmens wurde das Thema Gesundheit thematisiert bzw. festgelegt.

Beim externen Audit des QM Systems durch den TÜV wurde auch von dieser Seite reklamiert, dass gerade bei Dienstleistern im Baugewerbe das Thema Gesundheit strukturiert bearbeitet sein muss.

Nach Auftrag durch die Geschäftsführung hat eine Projektgruppe unter Moderation des externen Beraters (Hrn. Karl Steinwender) ein Grobkonzept für die EAM Systems erstellt und der GL präsentiert.

Die Geschäftsleitung hat im März 09 das vorliegende Programm abgesegnet und freigegeben.

Für die Vorarbeiten (Grobkonzept) hat das Unternehmen den steir. Gesundheitspreis 09 „Einsteiger“ erhalten.

Zielsetzung

Unsere Ziele für das Projekt Only You wurden wie folgt definiert:

Insgesamt gesündere Mitarbeiter (reduzierte Krankenstände, bessere Leistungsfähigkeit bei Anwesenheit) durch

- Steigerung der Lebensfreude (Motivation, Begeisterung, Schwung...)
- Optimaleres Gewicht
- Verbessertes Selbstbewusstsein
- Verbesserung des Fitnessgrades (Körperfett, Wirbelsäule, Beweglichkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer (Herz-Kreislauf))
- Informationsvermittlung und laufende Optimierung der Ernährungsgewohnheiten
- Fokussierung der Bereiche Sucht und psychische Belastung

- Laufende Evaluierung der Ergebnisse

Vorbemerkung

Die im 1. + 2. Zwischenbericht schon angekündigte Umstrukturierung (Einbindung von Schlüsselpersonen in die Geschäftsführung von EAM und Rückzug des Gründers in eine Holding) wurde plangemäß mit 31.12.2010 abgeschlossen. Die Veränderungen wurden positiv vom Markt und von den MitarbeiterInnen angenommen.

EAM ist nach wie vor sehr gut ausgelastet und investiert auch in zukunftsorientierte Technologien.

Das Ziel attraktiver Arbeitgeber zu werden wird im Raum Graz immer wichtiger. Die Großkonzerne wie Magna, Anton Paar werben mit attraktiven Jobangeboten die qualifizierten Fachkräfte proaktiv ab.

Das Thema Gesundheit hat bei den neuen Geschäftsführern höchste Priorität. Sie unterstützen diesen Prozess voll und ganzheitlich und stellen die notwendigen Ressourcen weiterhin bereit.

Es wurde eine Assistentin der GF engagiert (Fr. Mag. Ingrid Trummer) die auch die Agenden der internen Projektleitung für das Projekt „Only You“ von Fr. Karin Jantscher übernommen hat (wurde an FGOE bereits gemeldet).

Fr. Ingrid Trummer engagiert sich neben ihrer Rolle als Projektleiterin von Only You zudem als Gesundheitsbeauftragte für die Nachhaltigkeit des Gesundheitsgedankens und höchstmögliche Partizipation aller MitarbeiterInnen an den Gesundheitsaktivitäten im Unternehmen. Ebenso ist sie für die interne und externe Kommunikation des Themas verantwortlich. Das notwendige Ausbildungsprogramm für den Bereich BGF hat sie an der TÜV Akademie durchlaufen (Ausbildung zur Gesundheitsbeauftragten).

ONLY YOU!

Gesundheitsmanagement
für die Mitarbeiter von EAM SYSTEMS



Ein gesunder Körper und ein gesunder Geist fördern:

- **Deine Beweglichkeit**
... bis ins hohe Alter deine Schuhbänder selber zubinden
- **Deine Lebensfreude**
... Jammern, was ist das?!
- **Dein Herz-Kreislauf-System**
... beim Treppen steigen keinen „Herzkasperl“ bekommen
- **Deine Fettverbrennung**
... Schwimmreifen, nichts für uns!
- **Dein Selbstbewusstsein und Deine Ausstrahlung**
... Schutzschilder und Barrikaden werden überflüssig!

EAM SYSTEMS UNTERSTÜTZT genau die Maßnahmen
zu unserem persönlichen Erfolg, aber der **ANTRIEBSMOTOR** sind wir,
die **MITARBEITER** von EAM Systems!

Dieses Projekt kann nur durch das persönliche Engagement und die Eigenverantwortung
jedes einzelnen von uns leben!

Beauftragt zur Förderung aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich Geschäftsbereich





Seite 3

Siehe auch Anhang 2 „Only You Konzept“

2.1 AKTIVITÄTEN UND METHODEN

2.1.1 Kick-Off Veranstaltung – 1. Aktionstag (Vorprojektphase)

Als erster großer Milestone wurde ein Kick Off mit allen MitarbeiterInnen geplant und durchgeführt. (Moderation K. Steinwender + Experten aus den Fachbereichen)

Siehe auch Anhang 3 „Ablaufplan“ u. Anhang 4 „Fotos 1. Aktionstag“

Schwerpunkte des Kick Off im **Bundessportzentrum Schielleiten bei Herberstein (Mai 2009)**

- Bekenntnis der GF – Ziele „Only You“ – Prinzip der 2 Gewinner
- Integration in das bestehende Managementsystem als Ziel (Nachhaltigkeit sichern!!!)
- Sensibilisierung zum Thema Ernährung
- Sensibilisierung zum Thema Bewegung / Wirbelsäule
- Sensibilisierung zum Thema Mentale Stärke
- Ausblick 2010/11
- Präsentation der Ergebnisse vom Tag
- Gespräche u. Diskussionen mit den anwesenden Spezialisten

Diagnostikteil in Schielleiten

- **Fitness Check (im Rahmen des Kick Off in Schielleiten als Parallelangebot organisiert)**

Auf Basis des „EURO Fitness“ Profils auch Uniqua Modell genannt, wurden von den 60 MitarbeiterInnen rd. 50 ganzheitlich getestet

- Grundlagen Ausdauer
- Flexibilität / Mobilität
- Kraftverteilung
- Stresstest – Cardio
- Wirbeläulen Screening
- Koordinationsvermögen

Es wurde eine professionelle Fotodokumentation für diesen Tag für die nachvollziehbare Prozessdokumentation erstellt (wie bereits oben erwähnt, beispielhaft ersichtlich in Anhang 4 „Fotos 1. Aktionstag“).

Die Ergebnisse des Aktionstages können auch unter Anhang 5 „Resümee 2009“ u. Anhang 6 „weiter Analyse 2009“ nachgelesen werden.

Die Ergebnisse wurden mit allen MitarbeiterInnen durch Experten besprochen bzw. wurden denkbare Gegensteuerungsmaßnahmen im Rahmen dieses Ergebnisgespräches diskutiert.

2.1.2 MitarbeiterInnenbefragung durch research team (*Diagnosephase*)

Die 1. MA-Befragung wurde im Jänner vorbereitet und im Februar 2010 durchgeführt. Die Verzögerung ergab sich aus der Umstrukturierung von EAM wie schon im 1. Zwischenbericht ausgeführt.

Die Vorbereitung und Durchführung war geprägt von professioneller und effektiver Beratung und Coaching seitens research team (Fr. Schmon, Fr. Bassa).

Nachfolgend die Highlights der Befragung einschließlich Handlungsempfehlungen:



• Ergebnisse

- ✓ **Arbeitszufriedenheit**
- ✓ **Beurteilung Vorgesetztenverhalten**
- ✓ **Benachteiligungserleben**
- ✓ **Belastungserleben und Burnoutrisiko**
- ✓ **Engagement und Demotivation**
- ✓ **Qualität im Arbeitsprozess**
- ✓ **Karriereverhalten und Commitment**

Die Beteiligung:

research team rt Rücklauf MAB EAM 2010

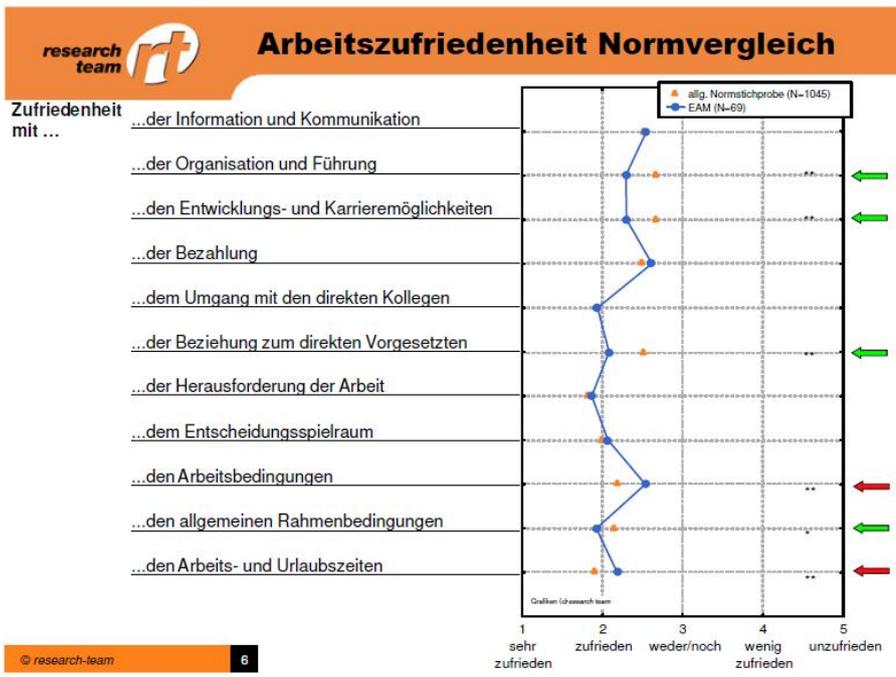
Durchführungs-
zeitraum
01.02.2010
bis
12.02.2010

• Rücklauf insgesamt:
73 von 81 befragten Personen (RL 90 %)

SUPER!

- Daten von 69 Personen
 - 65 Personen EAM Systems
 - 4 Personen EAM Controls
- Stichproben-Details
 - 28% Führungspersonen
 - 10 % Lehrlinge
 - 71 % wollen im Unternehmen bleiben,
26 % wissen es derzeit nicht

Auszüge aus den Ergebnissen:



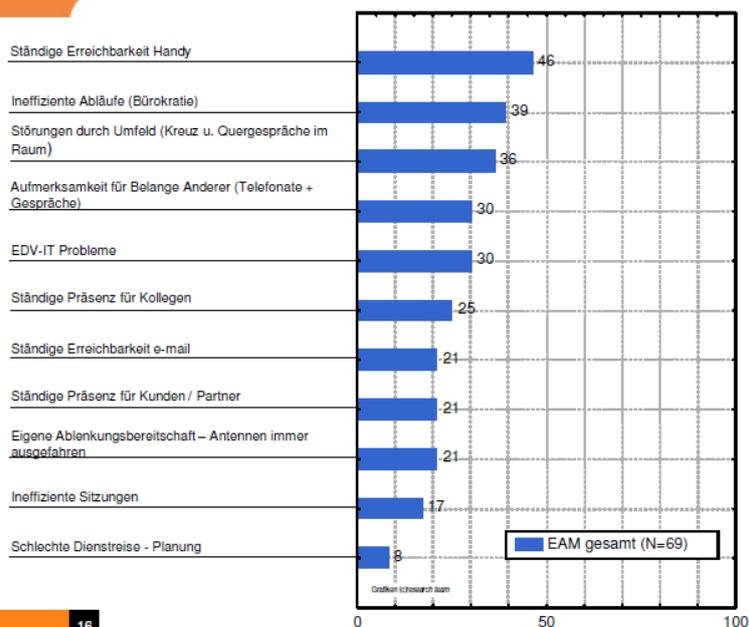
Belastungs- / Erholungsbilanz:

research team **Burnoutisiko EAM 2010**

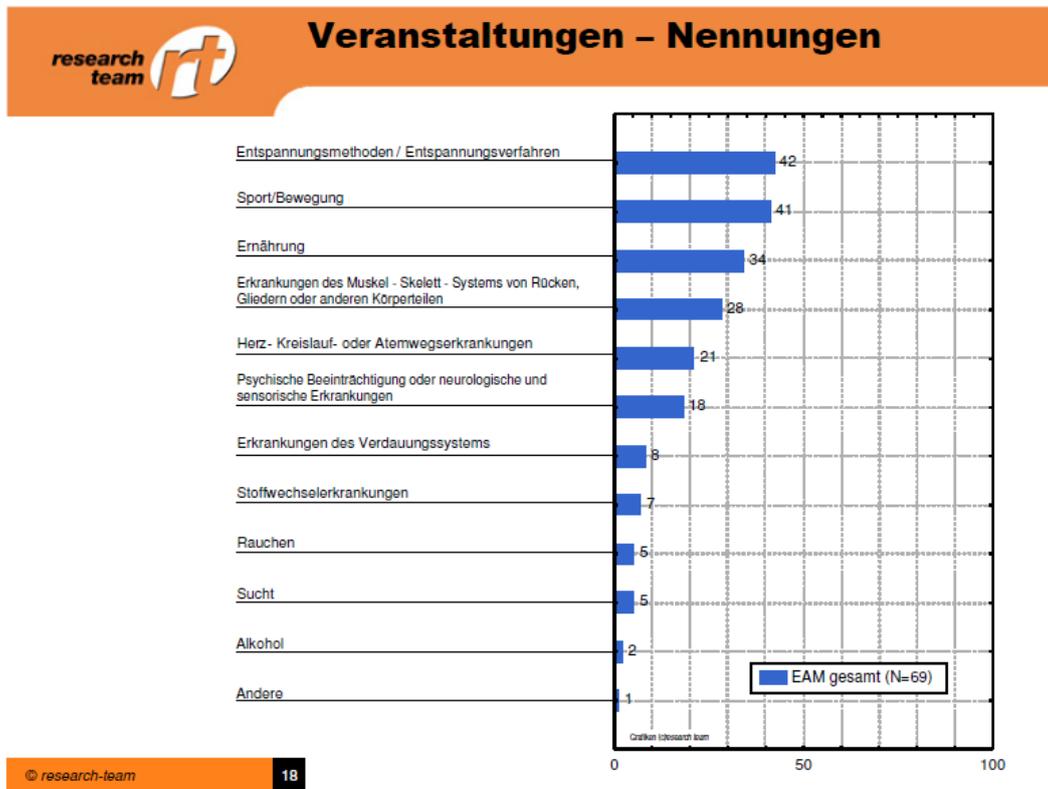
Erholungs-Belastungs-Bilanz			EAM	Norm
Summe grün	%	G	77,6	72,4
Summe orange	%	O	17,9	20,2
Summe rot	%	R	4,5	7,4

Störfaktoren im Unternehmen:

research team **Störfaktoren – Nennungen gesamt**



Interessenslage der MitarbeiterInnen:



Zusammenfassung der Ergebnisse:



Die Geschäftsführung und die Führungskräfte wurden im Rahmen einer internen Veranstaltung am 8.März 10 von research team über die Ergebnisse informiert.

Allen MitarbeiterInnen wurden die MA-Befragungsergebnisse am 6. Mai 2010 im Hotel Paradies in Graz im Rahmen einer Informationsveranstaltung präsentiert

Im Rahmen dieser Informationsveranstaltung wurden auch die Unternehmensergebnisse und die Ergebnisse der Kundenzufriedenheitsmessung vorgestellt.

Bezüglich BGF wurden die MitarbeiterInnen über die nächsten Schritte und über die Art und Weise der Einbeziehung (Partizipation) aufgeklärt.

2.1.3 Arbeitsplatz-Belastungsevaluierung (*Diagnosephase*)

Des Weiteren wurden auch die Belastungen am Arbeitsplatz (wurde nicht zur Förderung beantragt) im Rahmen einer AP Evaluierung erhoben (Verhältnischeck).

Hier wurde die Gesundheitsbelastung der Arbeitsverhältnisse gemeinsam mit der Sicherheitsfachkraft des Unternehmens eruiert.

Zusammenfassend wurde diesem Zeitpunkt bereits Folgendes erreicht bzw. standen folgende Parameter zur Verfügung:

1. Körperlicher Fitcheck
2. Wissensvermittlung alle Salutogenesesäulen
3. Detaillierte Befragung Gesundheit einschl. Erholung/Belastung/Stressoren/Benachteiligung
4. Arbeitsplatz Evaluierung - Gesundheitsbezug

Gesundheitszirkel, Partizipative Entwicklung und erste Maßnahmenableitung (Planungs- u. Umsetzungsphase)

Im Rahmen einer Steuergruppensitzung konnten am 28.4.2010 die weiteren Schritte auf Basis

- a. der Handlungsfelder der Befragung
 - b. der Interessen der MitarbeiterInnen
 - c. der Ergebnisse des Fit-Checks von Schieleiten
- geplant und freigegeben werden.

Nachfolgend ein Auszug aus dem Protokoll :

Ergebnisse der BGF Sitzung 28.4.10 

Die von Fr. Bassa vorgestellten Handlungsfelder wurden besprochen:

- A) **Arbeitsbedingungen** – Handlungsbedarf ist gegeben
 - ✓Thema wird in Gesundheitszirkel behandelt
 - ✓Mitarbeiter werden eingebunden und können Vorschläge zu Maßnahmen gegen Stressoren (ständige Erreichbarkeit Handy/e-mail, Quergespräche im Büro etc.) bringen
 - ✓Methoden: Interview u. Workshop
 - ✓Ergebnisse in Maßnahmenprotokoll
 - ✓Beteiligungsmöglichkeit der MA wird am 06.Mai bei Präsentation der MA-Befragungsergebnisse von Fr. Basse mitgeteilt!

28.4.2010 Seite 3 Alles eine Frage der Technik

Die Partizipation der MitarbeiterInnen wurde durch Information und Einladung bei den MA Informationstagen und durch Intranet bzw. gezielte e-mails hergestellt.

Im Rahmen der Gesundheitszirkel konnten nun Vorschläge, Ideen eingebracht und diskutiert werden, die letztendlich zu sinnvollen Maßnahmen für die Gesunderhaltung und Gesundheitsentwicklung der MitarbeiterInnen geführt haben.

Es wurden folgende Gesundheitszirkel begründet und zu Ende geführt:

2.1.4 GHZ: Erhebung von Stressoren bei EAM

Im Oktober 2009 wurden im Rahmen eines Gesundheitszirkels unter Moderation von Karl Steinwender – belastende Faktoren, dh Stressoren bei EAM – ermittelt. Diese Stressoren wurden in der 1. MAB (Feb. 2010) berücksichtigt, damit alle MitarbeiterInnen die Möglichkeit zur Definition der relevantesten Stressoren im Unternehmen hatten. Die Stressoren waren von den MitarbeiterInnen nach dem Ausmaß der wahrgenommenen Belastung zu reihen.

Auszug aus dem Protokoll:

Siehe auch Anhang 7 „Protokoll GHZ Stressoren bei EAM“

Störfaktoren

EQM SYSTEMS

1. **Ständige Erreichbarkeit Handy + email**
2. **Ständige Präsenz für Kunden / Partner / Kollegen**
3. **Störungen durch Umfeld (Kreuz u. Quergespräche im Raum)**
4. **Aufmerksamkeit für nicht relevante Belange Anderer (Tel. Gespräche + Gespräche)**
5. **Eigene Ablenkungsbereitschaft – Antennen ausgefahren**
6. **Ineffiziente Reise-Tourenplanung**
7. **Ineffiziente Sitzungen**
8. **O2 Mangel bzw. Haltungsspannungen**
9. **Wartezeiten IT**
10. **Dienstzeiten ohne Berücksichtigung Biorythmus ...**
11. **Raumkonzept negativer Einfluss (fengh – shui nicht berücksichtigt – Arbeitsruhe nicht gegeben)**

In einem weiteren Gesundheitszirkel wurden Ideen und Vorschläge zum Abbau der Stressoren und damit zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen bei EAM gesammelt.

2.1.5 GHZ: Abbau von Stressoren, belastenden Arbeitsplatzbedingungen

Im Juni 2010 wurden Regeln und Empfehlungen zur aktiven Entlastung der MA für die tägliche Arbeit (effiziente u. stressfreie Kommunikation) unter Moderation von Fr. Ingrid Trummer erarbeitet. Diese wurden von der GF freigegeben, allen MA präsentiert und nachhaltig eingeführt.

Ein entsprechender Leitfaden wurde verfasst, der es allen MitarbeiterInnen erlaubt, bei Bedarf nachzulesen. Jede/r neue Mitarbeiter/in erhält bei Eintritt ein Exemplar des Leitfadens in ausgedruckter Version und die Information, dass der Leitfaden ebenfalls im Intranet verfügbar ist.

Auf die konsequente Einhaltung der Regeln und Empfehlungen wird kontinuierlich geachtet. Die MitarbeiterInnen sind aufgerufen, sich gegenseitig auf ein nicht konformes Verhalten aufmerksam zu machen.

Siehe Anhang 8 „Protokoll GHZ – Regeln u. Empfehlungen“

Hier ein Auszug aus dem Leitfaden „Regeln u. Empfehlungen – effiziente u. stressfreie Kommunikation bei EAM“.

Auszug zum Thema „Wahl des Kommunikationsmittels je nach Dringlichkeit“:

! Bei **„Ping-Pong“ im Mailverkehr (AW:AW:AW)** ist das Kommunikationsmedium zu wechseln.

Beispiel:

Schreibt man ein E-Mail und erhält man darauf eine Antwort mit Frage oder Unklarheiten, kann sich daraus schnell **„Ping-Pong-E-Mail Verkehr“** ergeben. Fragen und Unklarheiten sind daher ein eindeutiges Zeichen dafür, die entsprechende Person anzurufen oder sie persönlich zu treffen.

2.1.3.1 Dringlichkeiten

Aus der Wahl des Kommunikationsmediums durch den Gesprächspartner kann auch die Dringlichkeit abgeleitet werden. Ist eine Sache dringend, so ist ein Anruf sinnvoll. Steht mehr Zeit zur Verfügung genügt auch eine SMS oder ein E-Mail.

- ! **Dringende Dinge** sind grundsätzlich **persönlich oder telefonisch** zu bearbeiten, und **nicht per E-Mail**.
- ↳ **„Anrufe in Abwesenheit“** am Handy müssen nur dann zurückgerufen werden, wenn vom Anrufer eine Nachricht auf der Mailbox hinterlassen oder ein SMS gesendet wurde. Darauf ist entsprechend zu reagieren.
- ! Auf **Nachrichten auf der Mailbox**, egal ob am **Handy** oder am **Festnetz-Telefon**, ist auf jeden Fall entsprechend zu reagieren.

Auszug zum Thema „Kontinuität im Arbeitsprozess“:

! Das **Prüfen des Posteingangs** nicht während, sondern **zwischen den einzelnen Arbeitsschritten** durchführen.

Hinweis:

Die E-Mails in Blöcken 1 x am Vormittag und 1x am Nachmittag lesen (gilt nicht für Administration).

In der Früh ist die beste Zeit Arbeiten zu erledigen, die vollster Konzentration bedürfen. In dieser Zeit sollte das Bearbeiten der E-Mails vermieden werden.

- ! Die **automatische E-Mail Benachrichtigung** (Symbol am rechten Bildschirmrand, akustisches Signal etc.) deaktivieren.
- ↳ Die **E-Mail – Abfragefunktion am Handy** (Nokia E52) sollte deaktiviert bleiben bzw. werden.
- ! Im **Ausland ist die Abfrage von E-Mails per Handy**, aufgrund der hohen Kosten **verboten**.
- ↳ Es wird in der EAM Gruppe **nicht erwartet ständig erreichbar zu sein**. Um die Kontinuität des Arbeitsprozesses und die Konzentration zu steigern, kann das **Handy** phasenweise auf **lautlos/ausgeschaltet** und das **Festnetz-Telefon umgeleitet** werden (außer in Administration).

Hinweis:

Um ungestört arbeiten zu können, ist es möglich, das **Festnetz-Telefon direkt auf die interne Mailbox umzuleiten** (siehe 1.1 Arbeitsplatz / -umfeld „Direktumleitung auf die interne Mailbox“).

- ↳ Um den Faden im Arbeitsprozess nicht völlig zu verlieren, können **Anrufer bzw. Kollegen** höflich auf einen **späteren Zeitpunkt** zum Führen von Gesprächen verwiesen werden.

Hinweis:

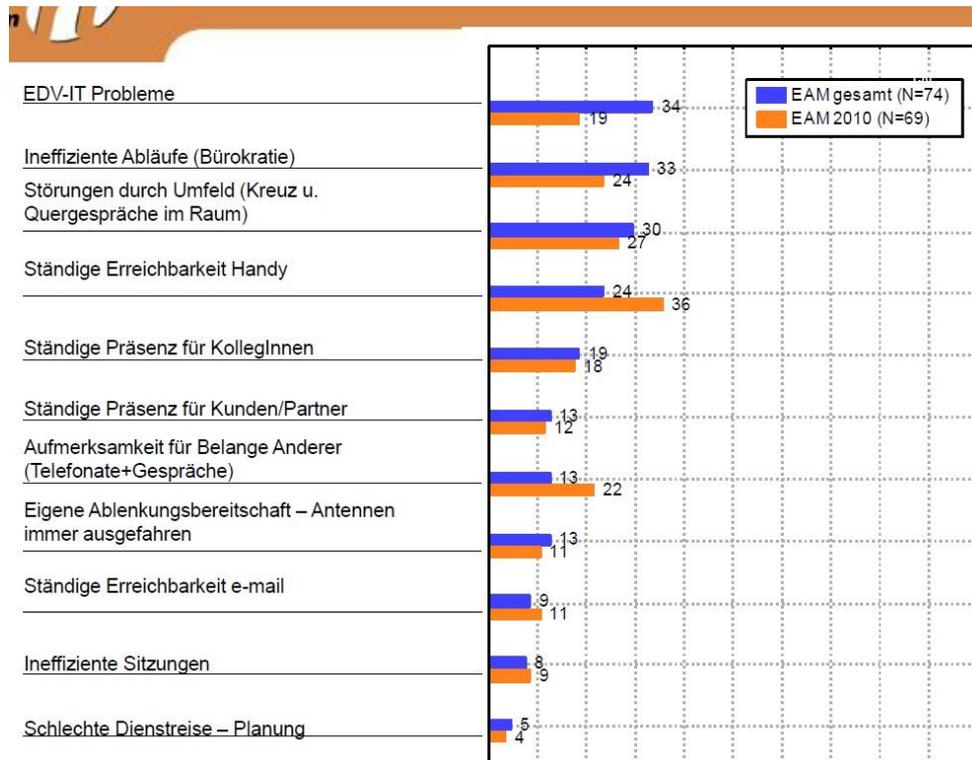
Zeiten festlegen in denen man sich von **äußeren Einflüssen abschottet** (kein Telefon, keine E-Mails, keine Gespräche). Wenn dann noch der richtige Zeitpunkt unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit gewählt wird, können Aufgaben gut und schnell erledigt werden. Einfach ausprobieren!

- ↳ Es sollte genau überlegt werden, ob eine **andere Person zur Lösung kleinerer Probleme** bzw.

In der 2. MAB waren die Bewertungsergebnisse der „Störfaktoren im Unternehmen“ im Vergleich zur MAB 2010 schon wesentlich besser.

Störfaktoren im Unternehmen – MAB 2011:

War der Faktor „Ständige Erreichbarkeit – Handy“ in der MAB 2010 noch auf Platz 1 der am belastendsten empfundenen Stressoren, so sieht man in der MAB 2011 bereits eine deutliche Verschiebung nach unten auf Platz 4.



Die Reihung der EDV-IT Probleme auf Position 1 kann damit in Verbindung stehen, dass wir im Jahr 2010 ein großangelegtes EDV-Projekt abgewickelt haben. Die gesamte Hardware wurde für alle MitarbeiterInnen ausgetauscht, was im Grunde reibungslos vor sich gegangen ist. Es gab allerdings anfängliche Schwierigkeiten mit den Druckern. Zur Lösung dieses Problems wurde ein zusätzlicher Mitarbeiter mit der Aufgabe betraut, Ansprechperson bei „Druck-Problemen“ zu sein und den MitarbeiterInnen ein kontinuierliches Arbeiten zu ermöglichen.

Im Zuge des EDV-Projektes wurde auch das Betriebssystem gewechselt und auf eine neue Kalender-Software umgestiegen. Alle MitarbeiterInnen wurden entsprechend geschult, allerdings führen Veränderungen im Unternehmen zu Beginn oft zu Unsicherheit, bis sich wieder eine gewisse Gewohnheit einstellt. Auch das könnte zur häufigen Nennung der EDV-IT Probleme beigetragen haben.

2.1.6 GHZ: Sinnvolle Balance in der Ernährung

Ab Herbst 2010 (bis April 2011) wurde bei EAM die Kursreihe 1 zum Thema „Essen & Trinken – zwischen Gesundheit u. Genuss“ angeboten und durchgeführt. Referentin Mag. (FH) Doris Hiller. (Das Konzept für Kursreihe 2 ist im Sinne der Nachhaltigkeit bereits samt Terminen für 2011/12 fixiert).

Die zugrundeliegenden Gesundheitszirkel wurden von Karl Steinwender moderiert und am 30.09. und 25.11.2010 durchgeführt.

Die TeilnehmerInnen bekamen die Möglichkeit, direkt mit unserer Expertin (Fr. Mag. (FH) Doris Hiller, Diätologin) über das Thema „Gesunde Ernährung“ zu diskutieren und kreative Ideen und Wünsche einzubringen. Mit Unterstützung von Fr. Doris Hiller konnten sich die Teilnehmer ein klares Bild davon machen, was im Bereich „Gesundes Essen u. Trinken“ alles möglich ist, und wie sehr sich die Ernährung auf die Gesundheit auswirkt. Vielen Ideen konnten bereits beim ersten Teil dieses Gesundheitszirkels (30.09.) gesammelt werden, der Ablauf und die Gestaltung der Maßnahmen wurde diskutiert. Beim Folge-GHZ (25.11.), hatten bereits ein Vortrag und ein Workshop zu Wunschthemen stattgefunden, was die TeilnehmerInnen in ihrer Kreativität der Themenfindung noch stärker aktiviert und zu regem Austausch und konstruktiver Ideenfindung für die weiterführenden Veranstaltungen geführt hat. Auf diese Weise konnte ein ambitioniertes und durchdachtes Gesamtkonzept erarbeitet und umgesetzt werden.

Die Teilnahme an den darauf folgenden, zahlreichen Veranstaltungen (Vorträge u. Koch-Workshops – Programm siehe Anhang 10) war stetig steigend. Das soziale Umfeld (Partner, Freunde,...) der MitarbeiterInnen war in diesen Wissensvermittlungsprozess voll integriert.

Auszug aus Kick-Off u. Folge-GHZ-Protokoll - Wunschthemen im Gebiet Essen + Trinken:

Wunschthemen gesamt 

- Essen u. Trinken im Beruf (welche Zutaten, Kalt, warm, Zubereitung einzeln, in Gruppen?)
- Rezepte für Beilagen (mehr Beilage, weniger Fleisch, Vielfalt, schnell und praktisch...)
- Suppen, Salate (kalte, warme Jahreszeit...)
- Säure-Basenhaushalt
Bioprodukte und Vollwertkost
- Sport und Ernährung (was ist Sport vs. Bewegung, Leistungssportler, Breitensportler – Unterschiede in Ernährung etc.)
- Leichter Leben – (Tipps, Wahrheiten, Gerüchte)
- Frühstücksvarianten,
Jausenmöglichkeiten, Aufstriche

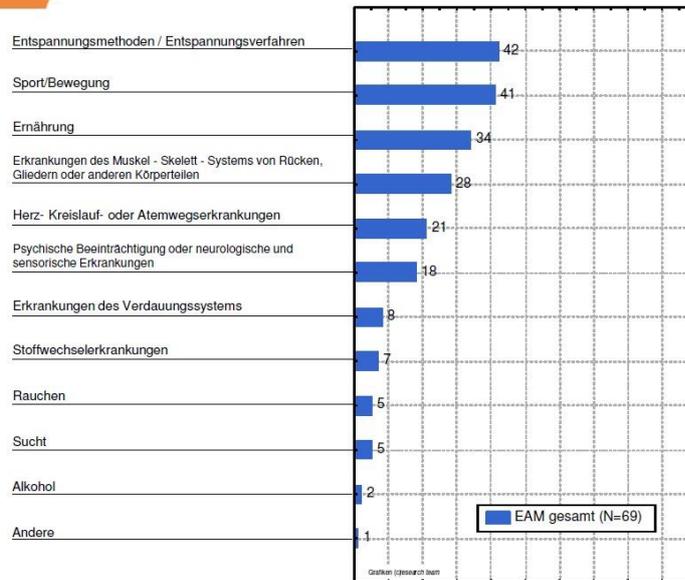
Seite

Siehe auch Anhang 9 „GHZ Essen u. Trinken“ und Anhang 10 „Kursreihe 1 – Essen u. Trinken“

2.1.7 GHZ: „Mentale Stärke“ im Rahmen des 2. Aktionstages

Da die 1. MAB klare Schwerpunkte durch die Abfrage von gewünschten Themen für zukünftige Veranstaltungen im Zusammenhang mit Only You ergeben hat, wurde ein 2. Aktionstag durchgeführt.

Auszug aus Befragung (Basis für Themenwahl beim Aktionstag – Themenschwerpunkte 1-3):



Dieser Tag fand am 3. September 2010 im Bildungshaus Mariatrost statt. Alle MitarbeiterInnen wurden per E-Mail zur Teilnahme eingeladen. Alle TeilnehmerInnen waren an diesem Tag vom Tagesgeschäft freigestellt. Auf diese Weise konnte eine sehr hohe Partizipation geboten werden.

Der Tagesablauf im Detail (Workshops und Vorträge im Sinne der Salutogenese):

Ablaufplan 2. Aktionstag 03. September 2010			
Zeitraum	WAS	Bemerkung	Wer/Wo
08:00 - 08:30	Ankunft im Bildungshaus	Treffpunkt und Frühstücksbuffet samt Begrüßung	Bildungshaus Mariatrost
08:30 - 10:00 15 min Pause	Psychische und seelische Fitness	Vortrag - Erhalt von psychischer Kraft u. Kondition GHZ: Mentale Stärke, Moderation: Karl Steinwender Vorstellung NLP-Trainerin und arbeitsmedizinische Fachkraft für EAM	Conny Schmon (research team) Irene Itene Karl Walsberger
10:15 - 12:15 15 min Pause	Mentaltraining	Was ist Mentaltraining? Einfluss auf eigene Gedanken Praktische Übungen	Gemot Zechner Mentaltrainer T: 0660/66 77 888 www.mentalpowertraining.at
12:30 - 13:30 13:30 - 14:30	Ernährung	Informationen/Impulse danach Mittagessen	Doris Hiller
14:30 - 16:30 15 min Pause/umziehen	Mentaltraining	Was ist Mentaltraining? Einfluss auf eigene Gedanken Praktische Übungen Alpha-Zustand	Gemot Zechner Mentaltrainer T: 0660/66 77 888 www.mentalpowertraining.at
16:45- 17:45 30 min Pause/umziehen	Bewegung	Bewegungszirkel mit Karl Steinwender verschiedene Stationen mit neuen Sportarten u. für unterschiedliche Körperregionen oder (wahlweise Bekanngabe ob Bewegungszirkel od. Yoga vor dem Aktionstag) Yoga-Einführung Anmeldung für weiterführende Einheiten am Aktionstag!!	Karl Steinwender Hr. Saini (Yoga-Lehrer)
ca. 18:15 Uhr	Abendprogramm	Buffet und gemütliches Ausklingen	

Siehe auch Anhang 11 „Fotos 2. Aktionstag“.

Der im Tagesprogramm vorhandene Themenschwerpunkt „Psychische und seelische Fitness“ wurde als GHZ: Mentale Stärke, von Karl Steinwender vorbereitet und moderiert (siehe auch Anhang 12 „Protokoll GHZ: Mentale Stärke“).

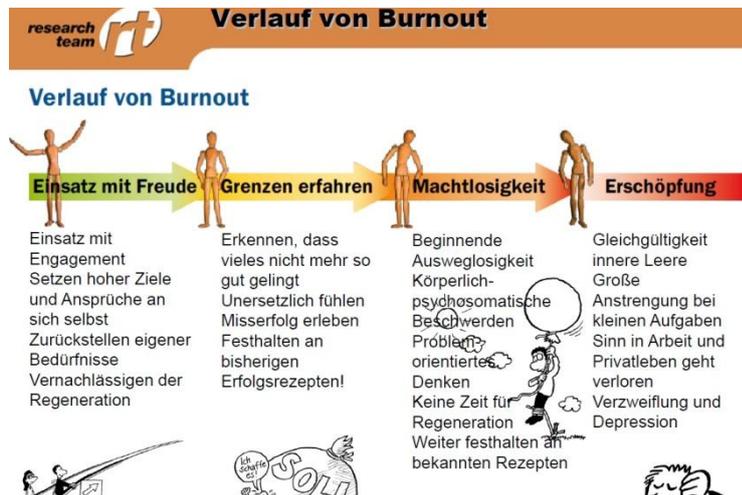


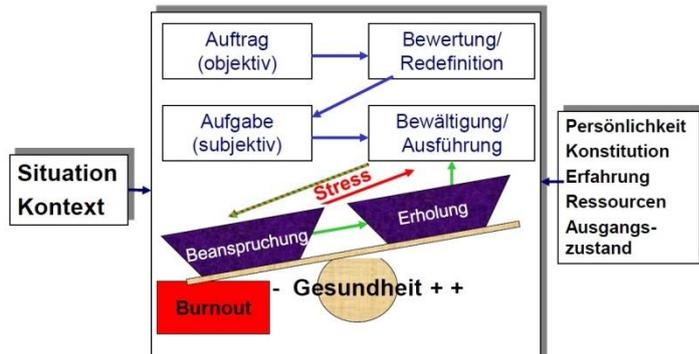
Maßnahmen - Mentale Stärke

- Irene Ithene (Lebensberatung, Coaching) – Kontakt im Intranet jederzeit verfügbar (vollkommen anonyme Betreuung auf Kosten EAM)
- „Gesundes Führen“ – Führungskräfte-Schulung (GF)
- Yogaeinheiten - Lehrer: Jitender Saini – Meditationstechnik u. Atmung
- Kenndaten - Arbeitsverhältnisse mit Gesundheitsbezug (2.HJ,11) Benchmark Sitzungen, Dienst KFZ, ...
- Burn-Out Screening (Ampel – mit Research-Team)

Fachexpertin und Referentin für den Impulsvortrag zum Thema war Fr. Cornelia Schmon. Da dieser Zirkel im Rahmen des 2. Aktionstages stattfand, konnten über 40 MitarbeiterInnen von EAM auf freiwilliger Basis teilnehmen und sich bei der Diskussion und Wissensvermittlung (Was ist Burnout, wie entsteht Burnout, Handlungswege – was kann ich selbst tun?) zum Thema mentale Stärke einbringen.

Auszug Experten-Vortrag von Fr. Schmon:





Siehe auch Anhang 13 „GHZ Mentale Stärke_Expertenvortrag“

2.1.8 GHZ: Excel-Tool zur Führung eines Maßnahmenplans

Die Inputs für das umfangreiche Gesundheitsprogramm und den Maßnahmenplan wurden aus den laufenden Gesundheitszirkeln generiert bzw. konnten laufend von allen MitarbeiterInnen im Rahmen des betrieblichen Vorschlagswesens eingebracht werden.

Ein für die Strukturierung des Maßnahmenplans hilfreiches Tool wurde innerhalb eines GHZ (Juni 09; Moderation Karl Steinwender) entwickelt.

Alle eingetragenen Aktivitäten wurden / werden von der Gesundheitsbeauftragten verifiziert und den verschiedenen Clustern bzw. Säulen nach dem Salutogenese-Prinzip zugeordnet. Man hat immer den Überblick woher die Idee der Maßnahme kommt (Quelle), für wen sie gedacht ist (Zielgruppe), welche Säule des Salutogene-Prinzips betroffen ist und somit auch, ob alle Säulen mit dem Programm abgedeckt werden. Man hat zusätzlich die Kosten und, ob die Maßnahmen auch wirklich durchgeführt wurden, im Blick. Die MitarbeiterInnen haben dadurch das Only You Programm (Planung u. Durchführung mit Terminen und Kosten) in einer Übersicht zur Verfügung. Die Maßnahmen werden mittels Aushang und Intranet sowie Outlook E-Mail u. Kalender mitgeteilt. Die GF hat je Aktivität im Vorfeld die Budgetfreigabe erteilt.

Aufgrund der Umstrukturierung, wie bereits mehrmals erwähnt, und dem Umstand, das Fr. Ingrid Trummer erst mit Ende 2010 in das Unternehmen eingetreten ist und die Rolle der Projektleitung und Gesundheitsbeauftragten übernommen hat, wurde das Tool erst 2010 erstmals eingesetzt und die verhaltens- und verhältnisbezogenen Maßnahmen aus 2009 nachgetragen.

Weitere Maßnahmen, die auf die Verhältnismäßigkeit abzielen, sind die EAM-weit gültigen Regeln und Empfehlungen zur stressfreien Kommunikation. Anfang 2011 hat die Geschäftsführung darüber hinaus an einer Kursreihe für „Gesundheit im Unternehmen“ teilgenommen. Daraus konnten sie wertvolle Inhalte zu den Themen Gesundes Führen und Gesundes Arbeiten sowie zu Salutogenese im Allgemeinen mitnehmen, die sie in Zukunft in Ihre Managemententscheidungen einfließen lassen werden.

Auszug Maßnahmenplan im eigens entwickelten Tool für 2010/2011:



Kenn- Nr.	Zielgruppe	Quelle	Thema	Veranstaltungstitel bzw. Maßnahme	Tag / Zeitraum	Dauer	Ort	TrainerIn	Min. TN-Zahl	Beitrag je TN	Kosten Sonstige	Kosten TrainerIn
2010/2011												
1	EAM Mitarbeiter	1. Aktionstag	Essen & Trinken	Äpfel zur freien Entnahme	seit Mai 2009	lfd.	EAM					
2	EAM Mitarbeiter	AP-Evaluierung	Körper & Funktion	Sitzkissen	seit Mai 2009	lfd.	EAM					
3	EAM Mitarbeiter	Mitarbeiter	Körper & Funktion	Body Workout	Feb. u. März 2009	17:30 - 18:30	Pfarrsaal				1.150,00	1.450,00
4	EAM Mitarbeiter	Mitarbeiter	Körper & Funktion	Body Workout	Dkt. u. Dez. 2009	17:30 - 18:30	Pfarrsaal					1.840,00
5	EAM Mitarbeiter	AP-Evaluierung	Körper & Funktion	Bildschirme je Arbeitsplatz (wide screen)	seit Mai 2010	lfd.	EAM					
6	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Körper & Funktion	Wandern mit Handl Horst	14-tägig ab Firma +	variabel						
7	EAM Mitarbeiter u. Partner	MA-Befragung	Körper & Funktion Emotion & Balance	Firmenpilgern nach Mariazell	17. - 20.06.2010							
8	EAM Mitarbeiter	MA-Befragung	Essen & Trinken Körper & Funktion Emotion & Balance	2. Aktionstag	03.09.2010	08:00-18:00	Bildungshaus Mariaztrost	Conny Schmon, Doris Hiller, Gernot Zechner, Jlender Saint		-	12.815,50	12.862,32
9	EAM Mitarbeiter u. Partner	2. Aktionstag	Essen & Trinken	Vortrag 1. Essen u. Trinken im berufl. Alltag	07.10.2010	17:30-19:30	Raiffeisenhof	Doris Hiller	12	15,00		338,58
10	EAM Mitarbeiter u. Partner	2. Aktionstag	Essen & Trinken	Koch-Workshop 1. Suppen, Salate u. Beilagen einmal anders	22.10.2010	14:00-18:00	WIFI	Doris Hiller	12	15,00		378,58
11	EAM Mitarbeiter u. Partner	2. Aktionstag	Essen & Trinken	Vortrag 2. Leichter Leben	25.11.2010	17:30-19:30	bit	Doris Hiller	12	15,00		336,88
12	EAM Mitarbeiter u. Partner	2. Aktionstag	Essen & Trinken	Vortrag 3. Säure-Basenhaushalt, Bioprod., Vollwertkost	20.01.2011	17:30-19:30	bit	Doris Hiller	12	15,00		336,88
13	EAM Mitarbeiter u. Partner	2. Aktionstag	Essen & Trinken	Koch-Workshop 2. Frühstücksvarianten, Jausenmügli, Aufstriche	11.03.2011	14:00-18:00	WIFI	Doris Hiller	12	15,00		378,58
14	EAM Mitarbeiter	2. Aktionstag	Emotion & Balance	Mentaltraining	nicht durchgeführt							
15	EAM Mitarbeiter	2. Aktionstag	Emotion & Balance; Körper & Funktion	Yoga	nicht durchgeführt							
16	EAM Mitarbeiter	Mitarbeiter	Emotion & Balance	Effiziente u. stressfreie Kommunikation in der EAM Gruppe - Regeln u.	im Oktober 2010	0,5 Tage pro Gruppe	bit					

Auszug Maßnahmenplan im eigens entwickelten Tool für 2011/2012:

2011/2012												
21	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Essen & Trinken	Vortrag 4: Sport u. Ernährung	14.04.2011	17:30-19:30	bit	Doris Hiller	12	15,00		
22	GF	GF	Emotion & Balance	Seminarteilnahme: Salutogenese	03.03.2011	08:30-16:30	TÜV Akademie	Doris Hiller		1.230,00		
23	GF	GF	Emotion & Balance	Seminarteilnahme: Gesundheitsmanagement	10.03.2011	08:30-16:30	TÜV Akademie	Susanne Sauseng		1.230,00		
24	GF	GF	Emotion & Balance	Seminarteilnahme: Gesundes Führen	19.05.2011	08:30-12:00	TÜV Akademie	Wolfgang Eder		1.170,00		
25	GF	GF	Emotion & Balance	Seminarteilnahme: Gesundes Arbeiten	19.05.2011	13:00-16:30	TÜV Akademie	Wolfgang Eder		1.170,00		
26	EAM Mitarbeiter	Mitarbeiter	Allgem.	Mitarbeitergespräche (unter Berücksichtigung von Fragen zum Projekt)	Mai bis Juli 2011	variabel	EAM					
27	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Essen & Trinken	Vortrag 1. Ansätze TCM u. TEM	06.10.2011			Doris Hiller	12	15,00		
28	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Essen & Trinken	Vortrag 2. Nahrungsergänzungen u. Functional Food	24.11.2011			Doris Hiller	12	15,00		
29	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Essen & Trinken	Vortrag 3. Die Kraft der Pflanzen u. Heilkräuter - eine bunte Vielfalt	16.02.2012			Doris Hiller	12	15,00		
30	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Essen & Trinken	Koch-Workshop 1. Fisch u. Wildkräuter	20.04.2012?							
31	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Körper & Funktion Emotion & Balance	Selbstverteidigungskurs	11.06.2011	09:00 - 16:00	BUDD-CENTER Andritz	Christian Harringer	10	150,00		
32	EAM Mitarbeiter u. Partner	MA-Befragung	Körper & Funktion Emotion & Balance	Pilgern nach Mariazell	14. - 17.07.2011							
33	EAM Mitarbeiter u. Partner	MA-Befragung	Körper & Funktion Emotion & Balance	Pilgern nach Gurk	11. - 15.08.2011							
34	EAM Mitarbeiter u. Partner	Mitarbeiter	Körper & Funktion	Wandern mit Handl Horst	14-tägig ab Firma +	variabel						
35	EAM Mitarbeiter	Mitarbeiter	Emotion & Balance	Effiziente u. stressfreie Kommunikation in der EAM Gruppe - Regeln u. Empfehlungen - Evaluierung u.	laufend							

Siehe Anhang 14: GHZ: Tool zur Maßnahmenplanung

Zusätzlich Aktivitäten unter Mitwirkung von Karl Steinwender

2.1.9 Aufbau und Visualisierung eines Kennzahlensystems

Um die Parameter wie zB Fitnessgrad oder Burn Out Risiko im Benchmark oder Gesundheitsinvestitionen im Verhältnis zur Betriebsleistung für die laufende Messung der Gesundheitsentwicklung heranziehen zu können, wurde ein entsprechendes Kennzahlensystem aufgebaut

Auszug Kennzahlensystem:



Kennzahlen-Umwelt-u.-Gesundheitsmanagement 2010

Bezeichnung	Berechnung	Beschreibung Aussage	Quelle	Bericht	Dimension	Wert- EAM	Bench- mark
GESUNDHEIT							
KFIT	lt. Uniqua Fitness-Profil	Durchschnittlicher körperlicher Fitnessgrad der MitarbeiterInnen (Wirbelsäule, Koordination, Ausdauer, Dehnung, Kraft)	Fitcheck-2009	alle 2-Jahre	Punkte	584,40	633,00
Burnoutrisiko	Erholungs-Belastungs-Balance	Prozentanteil der MitarbeiterInnen mit einer stark gefährdeten Erholungs-Belastungs-Balance	MAB	jährlich	%	4,50	7,40
Identifikation mit EAM		Prozentanteil der MA, die „stolz sind bei EAM zu arbeiten“	MAB	jährlich	%(ja + eher ja)	97,00	-----
Arbeitgeber-Attraktivität unter den Mitarbeitern		Prozentanteil der MA, die „EAM als Arbeitgeber weiterempfehlen würden“	MAB	jährlich	%(ja + eher ja)	91,00	-----
Zufriedenheit Arbeitsbedingungen	Durchschnittswert aus 5poliger Skala (Schulnotensystem)	Durchschnittliche Bewertung der Arbeitsbedingungen	MAB	jährlich	1 = sehr zufrieden bzw. 5 = unzufrieden	2,50	2,20
Zufriedenheit allg. Rahmenbedingungen	Durchschnittswert aus 5poliger Skala (Schulnotensystem)	Durchschnittliche Bewertung der allg. Rahmenbedingungen	MAB	jährlich	1 = sehr zufrieden bzw. 5 = unzufrieden	1,90	2,10
Durchschnittliche Arbeitszufriedenheit	Durchschnittswert aus 5poliger Skala (Schulnotensystem)	Durchschnittliche Bewertung der Arbeitszufriedenheit	MAB	jährlich	1 = sehr zufrieden bzw. 5 = unzufrieden	2,22	2,25
Zufriedenheit mit dem Gesundheitsprojekt	MAB	Prozentanteil der MA, die mit dem Gesundheitsmanagement von EAM zufrieden sind	MAB	jährlich	%(sehr zufrieden u. zufrieden)	-----	-----

Bezeichnung	Berechnung	Beschreibung Aussage	Quelle	Bericht	Dimension	Wert- EAM	Bench- mark
Investition für die Gesundheit der MA im Verhältnis zum U	Investitionen-Gesundheit / Umsatz	Verhältnis zwischen Gesundheitsmaßnahmen u. Umsatz	Maßnahmenkatalog u. Buchhaltung	jährlich	% BGL- Kosten lt. Rechnungsübersicht + 2. Aktionstag = 31.680,00	0,25 %	-----
Umsetzungsgrad der Maßnahmen	Geplante Maßnahmen / durchgeführte Maßnahmen	Verhältnis zwischen geplanten u. durchgeführten Maßnahmen	Doku-Maßnahmenkatalog	jährlich	%	80 %	-----

Die Steuerung findet im Rahmen der laufenden KVP Sitzungen statt.

2.1.10 Prozessbegleitung Umsetzungsphase

Karl Steinwender (con.salt) hat weiters in der Umsetzungsphase beispielsweise

- Koordination der ExpertInnen
- Dokumentation
- Sicherstellung der Nachhaltigkeit von ONLY YOU (Vorb. auf Zertifizierung)

prozessbegleitend mitgearbeitet.

2.2 BETEILIGUNG DER ZIELGRUPPEN

Grundsätzlich wurde volle Beteiligung an allen Aktivitäten, Zirkeln, bei der MAB und im Rahmen des betrieblichen Vorschlagswesens ALLEN MitarbeiterInnen geboten. Bei verschiedenen Programmpunkten war auch das soziale Umfeld eingeladen. Partner, Verwandte und Freunde haben das Angebot mit Begeisterung angenommen.

- bei allen Ernährungsangeboten
- bei den Outdoor Aktivitäten

Auch bei der Mitarbeiterbefragung wurde größter Wert darauf gelegt, die Bedürfnisse der verschiedenen Personengruppen zu eruieren. So konnte zB festgestellt werden, ob für Führungskräfte, Lehrlinge, langjährige Mitarbeiter, neue Mitarbeiter, ... unterschiedliche Maßnahmen von Bedeutung sind.

2.3 PROJEKTABLAUF

Grundsätzlich gab es durch die Neuorientierung des Unternehmens bei der 1. MAB eine Verzögerung wodurch insgesamt Only You gegenüber dem Plan zurückgefallen ist (wurde dem FGOE mitgeteilt, die Verlängerung des Projektzeitraumes wurde genehmigt.)
Das neue Projektende wurde mit 30.4.11 festgelegt.

2.4 PROJEKTAUFBAU / ROLLEN

Frau Karin Jantscher und Hr. Karl Steinwender konnten im Laufe des Projektes ihr Wissen gut an Fr. Trummer weitergeben und sich entsprechend in der Koordination und PL zurücknehmen.

Die GF stand zu jedem Zeitpunkt voll hinter Only You.

Die Installierung einer Gesundheitsbeauftragten (Ausbildung TÜV Akademie – Voraussetzung für Zertifizierung), durch Fr. Ingrid Trummer wurde durchgeführt.

Die Only You Steuergruppe setzt sich aus folgenden Personen zusammen: Wolf Jürgen, Wolf Gerhard, Wolf Ulrike, Steinwender Karl, Trummer Ingrid

Das Projektteam setzt sich aus Ulrike Wolf, Ingrid Trummer und Karl Steinwender zusammen (Verantwortlich für die Umsetzung der Entscheidungen der Steuergruppe).

Für Sparten/Themenschwerpunkte konnten größtenteils engagierte MA als Verantwortliche gefunden werden (zB Horst Handl: Wanderschwerpunkt, ...).

Fr. Jantscher (eh. Projektleiterin) hat während und nach kontinuierlicher Übergabe Ihrer Aufgaben an Fr. Ingrid Trummer großes Engagement in der Organisation von Indoor Sport-Aktivitäten gezeigt (zB Organisation Happy Workouts etc.).

Die interne Kommunikation (Intranet – Aushänge – Veranstaltungsorg.) wurde durch Fr. Ingrid Trummer verantwortlich geführt.

Die Integration ins IMS wurde in Abstimmung mit der Qualitätsbeauftragten umgesetzt.

2.5 PARTNERSCHAFTEN – KOOPERATIONEN - VERNETZUNG

Die Sammlung von Ansprechpartnern und Kontaktdaten ist in einer Übersicht zusammengefasst und wird laufend gewartet.

Auszug Netzwerkpartner:

 Netzwerk ONLY YOU!							
Firma / Institut	Bereich	Zuordnung 3 Säulen	Ansprechpartner	PLZ	Straße	Tel.	Website
GKK	Krankenstandsauswertung	Allg.	Frau Mag. Karin Prinz	8010	Josef-Pongratz-Platz 1	+43 316 80 35 18 65	www.stgkk.at
	Gesundheitsförderung	Allg.	Frau Mag. Christina Finding	8010	Josef-Pongratz-Platz 2	+43 (0)316 8035 - 1211	www.stgkk.at
FGÖ	Förderungen	Allg.	Frau Mag. (FH) Sabrina Kucer	1020	Aspernbrückengasse 2	+43 1 895 04 00	www.fgoe.org
Research Team	Arbeits-, Organisations-, Wirtschaftspsychologie	Emotion & Balance	Frau Mag. Daniela Bassa	8063	Edelsbachstraße 50	+43 3117 5103	www.research-team.at
Irene Ithene	Lebens- u. Sozialberatung	Emotion & Balance	Frau Irene Ithene	8042	Eichenweg 27/3	+43 664 458468	www.itene.at
Doris Hiller	Ernährung, Diätologin	Essen & Trinken	Frau Mag. Doris Hiller	8563	Ligist 113	+43 664 35 06 975	www.dorishiller.at
Thomas Gmoser	Sportwissenschaftler	Körper & Funktion	Herr Thomas Gmoser	8055	Triesterstrasse 391	+43 316 244 144	www.injoy-fitness.at
GesVit	Einführung & Aufbau von Gesundheitsmanagementsystemen nach dem GesVit-Modell	Allg.	Herr Karl Steinwender	8200	Busineespark 4	+43 664 14 29 871	www.gesvit.at
Claudia Novak	Haltungs- & Bewegungsschule	Körper & Funktion	Frau Mag. Claudia Novak	8075	Hahnhofweg 49	+43 676 57 04 842	www.cgym.at
Betriebsarzt	Arzt für Allgemeinmedizin	Allg.	Herr Dr. Oliver Walsberger	8054	Premstätter Straße 1	+43 316 25 26 30	
Sabrina Klopff	Muskel- u. Rückentraining	Körper & Funktion	Frau Mag. Sabrina Klopff	8042	Artur-Michl-Gasse 23/22	+43 664 130 30 45	
HAGE Sondermaschinenbau GmbH & Co	Erfahrungsaustausch	Allg.	Frau Mag. (FH) Karin Lackner	8742	Hauptstraße 52e	+43(0)3578 2209	www.hage.at

Mit dem oben angeführten Personen, Unternehmen und Organisationen wurde und wird in allen Gesundheitsbelangen eng zusammengearbeitet. Es besteht zu allen Netzwerkpartnern ein sehr gutes kooperatives Verhältnis, das einen befruchtenden Austausch und insgesamt ein erfolgreiches Arbeiten im Sinne der BGF ermöglicht.

EAM wurde Anfang dieses Jahres zB Mitglied im österreichischen Netzwerk der betrieblichen Gesundheitsförderung und hat die BGF-Charta unterzeichnet. Die Betreuung durch die STGKK war sehr hilfreich und informativ. Als BGF-Netzwerkpartner konnten wir unsere Erfahrungen in der betrieblichen Gesundheitsförderung im Juni auch im Rahmen eines von der STGKK organisierten Erfahrungsaustausches anderen interessierten Unternehmen mitteilen und darüber diskutieren.

Die Leistungen von andere Netzwerkpartner wie Fr. Doris Hiller oder Fr. Irene Ithene werden ganzjährig bei Bedarf in Anspruch genommen und wirken sich positiv auf die Gesundheit und das Gesundheitsbewusstsein der MitarbeiterInnen aus (Experten für Ernährungsfragen und Lebens- und Sozialberatung – Coachings für unsere MitarbeiterInnen).

Mit Unterstützung von GesVit konnte ein bereits zertifiziertes und in das besteh. Managementsystem integriertes Gesundheitsmanagementsystem entwickelt werden.

Unser externer Betriebsarzt kommt zu halbjährlichen Betreuungsterminen ins Haus und bietet zB Sehtests, Impfungen, Lungenfunktionstest etc. und Beratung in der eigenen Praxis zur Wahrung der Anonymität.

Mit Fa. HAGE, die ebenfalls ein zertifiziertes Gesundheitsmanagementsystem integriert hat und erfolgreich aktiv in der BGF ist, besteht ein kooperatives Verhältnis, das es erlaubt, sich über bestimmte Themen auszutauschen und von den Erfahrungen gegenseitig zu profitieren. Neue Ideen und Lösungswege sind oft Ergebnis der Gespräche.

Die Zusammenarbeit mit unseren Netzwerkpartnern führt zu positiven Ergebnissen für das Wohlbefinden und die Gesundheit unserer MitarbeiterInnen.

2.6 KOMMUNIKATIONS – INFORMATIONSMASSNAHMEN

Die Kommunikation und Information im Rahmen von Only You lief über folgende Kanäle:

- Info der MA in Rahmen von Firmenveranstaltungen
- Teilnahme an Wettbewerben (Gewinner des Gesundheitspreises 09 Newcomer)
- Aufbau Intranetplattform (Exklusivbereich Only You)
- Allg. Info auf der Homepage
- Infoboard und Wissensdantebank in der Prozesslandkarte (File Ablage nach Säulen)
- Outlook (Einladung u. Interessensabfrage ...)
- Ständiger Dialog Gesundheitsbeauftragte mit allen MA
- Aktiver Workshopbenchmark bei ERFA GKK 7.6.11 (rd. 80 Unternehmen im Schloss St. Martin) zum Thema Nachhaltigkeit von GMS

Auszug aus dem Intranet:



[Profil u. Kontakt Dr. Walsberger](#)

Arbeitsmedizinische Fachkraft

19. April 2011



[MORE →](#)

[Profil u. Kontakt Irene Ithene](#)

Lebens- u. Sozialberaterin, Trainerin ...

19. April 2011



[MORE →](#)

[Kontakt YOGA](#)

19. April 2011



[MORE →](#)

[Wir starten ins Wanderjahr 2011!-----](#)

[Touren & Termine](#)

26. April 2011



Freitag 06. Mail 2011 um 12:15 gehts wieder los. Kleine Runde ab Firma.

Samstag 21. Mail 2011. Hauser Kalbling

[MORE →](#)

[Koch-Workshop 2](#)

[Rezepte](#)

31. März 2011



[MORE →](#)

[Vortrag 1 - Essen u. Trinken im beruflichen Alltag](#)

[Folien](#)

19. April 2011



2.7 PROJEKTEVALUIERUNG

Folgende Instrumente wurden für die Erfolgskontrolle eingesetzt:

- **2. Mitarbeiterbefragung** und die Interpretation der Ergebnisse

Fragebogen zur Arbeitszufriedenheit

Bitte beurteilen Sie alle Fragen danach, ob Sie **sehr zufrieden, zufrieden, weder zufrieden noch unzufrieden, wenig zufrieden, unzufrieden** sind. Wählen Sie einfach das Kästchen, das Ihrer Meinung am ehesten entspricht.

Zufriedenheit mit Information und Kommunikation

	sehr zufrieden	zufrieden	weder zufrieden noch unzufrieden	wenig zufrieden	unzufrieden
Mit der Information über das Firmengeschehen in meiner Firma bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit der Behandlung meiner Vorschläge in meiner Firma bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit der Information von der Geschäftsleitung in meiner Firma bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit der Art und Weise, wie ich Neuerungen in meiner Firma erfahren kann, bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Insgesamt bin ich mit der Information und Kommunikation in meiner Firma...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zufriedenheit mit der Herausforderung der Arbeit

	sehr zufrieden	zufrieden	weder zufrieden noch unzufrieden	wenig zufrieden	unzufrieden
Mit dem Aufgabenbereich meiner Tätigkeit bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit der Verantwortung, die ich in meiner Tätigkeit habe, bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Insgesamt bin ich mit der Herausforderung meiner Arbeit...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Weiter](#)

Belastungen, Beanspruchungen und Erholung in den letzten 7 Tagen und Nächten

Sie finden im Folgenden eine Reihe von Feststellungen, die sich auf Ihr körperliches und seelisches Befinden, oder Ihre Aktivitäten in den letzten 7 Tagen und Nächten beziehen.

Zu jeder Frage sind sieben Antwortmöglichkeiten vorgegeben. Wählen Sie in Zweifelsfällen bitte diejenige Antwort, die am ehesten zutrifft. Bitte beurteilen Sie nun, inwieweit die folgenden Aussagen auf Sie persönlich zutreffen. Bei der Beantwortung der Fragen denken Sie bitte an Ihre Befindlichkeit in den letzten 7 Tagen und Nächten.

In den letzten 7 Tagen und Nächten...

	nie	selten	manchmal	mehrmals	oft	sehr oft	immer
... habe ich gelacht.	<input type="radio"/>						
... habe ich mich körperlich entspannt gefühlt.	<input type="radio"/>						
... fühlte ich mich niedergeschlagen.	<input type="radio"/>						
... hatte ich Erfolg.	<input type="radio"/>						
... war ich guter Dinge.	<input type="radio"/>						
... hatte ich die „Nase voll“.	<input type="radio"/>						
... hatte ich gute Laune.	<input type="radio"/>						
... hatte ich das Gefühl, dass viele meiner Bemühungen umsonst waren.	<input type="radio"/>						
... hatte ich Zeit für meine persönlichen Bedürfnisse.	<input type="radio"/>						
... fühlte ich mich durch die Arbeit ausgebrannt.	<input type="radio"/>						
... fühlte ich mich durch meine Arbeit frustriert.	<input type="radio"/>						
... habe ich unter den Kollegen Zusammenhalt erlebt.	<input type="radio"/>						
... konnte ich mich in den Pausen erholen.	<input type="radio"/>						
... konnte ich selbstständig Entscheidungen treffen.	<input type="radio"/>						
... hatte ich die Möglichkeit Vorschläge zu äußern.	<input type="radio"/>						
... wurde ich von meinen Kollegen unterstützt.	<input type="radio"/>						
... fühlte ich mich sehr erschöpft.	<input type="radio"/>						

Bitte wählen Sie nun aus der folgenden **Liste an Störfaktoren DREI für Sie Wesentliche** aus und tragen Sie den dazugehörigen Buchstaben unter **PLATZ 1, 2 und 3** darunter ein:

- A) Ständige Erreichbarkeit Handy
- B) Ständige Erreichbarkeit e-mail
- C) Ständige Präsenz für Kunden / Partner
- D) Ständige Präsenz für Kollegen
- E) Störungen durch Umfeld (Kreuz u. Quergespräche im Raum)
- F) Aufmerksamkeit für Belange Anderer (Telefonate + Gespräche)
- G) Eigene Ablenkungsbereitschaft - Antennen immer ausgefahren
- H) Schlechte Dienstreise - Planung
- I) Ineffiziente Sitzungen
- J) EDV-IT Probleme
- K) Ineffiziente Abläufe (Bürokratie)

Bitte tragen Sie hier nun die drei für Sie wesentlichsten Störfaktoren bei der Arbeit ein:

PLATZ 1 (wichtigstes Thema):	<input type="text"/>
PLATZ 2 (zweitwichtigstes Thema):	<input type="text"/>
PLATZ 3 (drittwichtigstes Thema):	<input type="text"/>

Weiter

- **Karriereplanung** und **Wissenszuwachs** wird im Rahmen von strukturierten MA-Gesprächen eruiert.
- **Laufende Interviews** der MA zur Qualität der Prozesse und des Angebotes im Rahmen Only You.
- **Zertifizierung** durch den TÜV Austria (Prüfung der Nachhaltigkeit).
- Die **Ziele und Maßnahmen** wurden im Rahmen von **internen Audits** und bei der **Management Bewertung durch die GF** gecheckt.

3 Darstellung der Änderungen Soll / Ist Vergleich

- Die Projektleitung von Only You wurde im Jänner 2010 von Fr. Jantscher Karin an Fr. Trummer Ingrid übergeben (dies wurde dem FGOE am 25.01.2010 schriftlich mitgeteilt).
- Die 1. Mitarbeiterbefragung, Plantermin Juni 2009, wurde erst im Februar 2010 durchgeführt. Dadurch hat sich auch die Durchführung der 2. Mitarbeiterbefragung nach hinten verschoben, was zum Ansuchen um Projektzeitraumverlängerung geführt hat. Neues Projektende April 2011. (**Siehe auch Anhang 1 Zeitplan SOLL/IST**)
- Durchführung einer Arbeitsplatzbelastungsevaluierung mit Gesundheitsbezug
- Ergebnispräsentation der 2. Mitarbeiterbefragung durch das research team (und nicht wie geplant durch interne MitarbeiterInnen)
- Moderation des Gesundheitszirkels „Regeln u. Empfehlungen – effiziente u. stressfreie Kommunikation bei EAM“ durch Ingrid Trummer (nicht durch Karl Steinwender).
- Zertifizierung des Gesundheitsmanagementsystems nach TÜV Austria Standard
- Nur geringfügige Änderungen im Budget (insbesondere bei den anerkannten Kosten). Bei den nicht anerkannten Kosten der Maßnahmenumsetzung verzeichnen wir eine Erhöhung, aufgrund des vielfältigen Maßnahmenpaketes (von 8' auf 14' Euro).

4 Bewertung der Umsetzung u. Ergebnisse

Grundsätzlich hat EAM Systems die im Projektantrag/Konzept beschriebenen Ziele mehr als erreicht. Zusätzlich zum ganzheitlichen salutogenesischen Ansatz und der für das Unternehmen in dieser Form neuen Partizipation, konnte das Gesundheitsmanagementsystems ganzheitlich und nachhaltig im Managementsystem integriert werden. Dieser Aspekt wurde durch den TÜV Österreich im Mai 2011 begutachtet und zertifiziert.

Positive Aspekte:

Kontinuierlicher Zuwachs in der Teilnahme an bestimmten Maßnahmen
Spüren einen gewissen „Only You-Spirits“ unter den MitarbeiterInnen (Emotion)
Offene Ideen- und Vorschlagskultur (MitarbeiterInnen bringen ihre Ideen aktiv ein)
Disziplinierte Termineinhaltung für Veranstaltungen nach Zusage
Sehr gute Rücklaufquote bei Mitarbeiterbefragungen

Negative Aspekte:

Bestimmte Zielgruppen sind schwer/nicht erreichbar
In Zeiten hoher Auslastung, merklich weniger Motivation für die Teilnahme an Maßnahmen unter den MitarbeiterInnen.

Die Zielgruppen wurden sowohl in der Planung als auch in der Umsetzung der Gesundheitsaktivitäten einbezogen. Eine Schwierigkeit war dabei, dass bei starker Auftragslage zwischenzeitlich die Teilnahmemöglichkeit von Interessierten an der Organisation und Umsetzung nicht für alle zu jeder Zeit uneingeschränkt gegeben war (Priorität des operativen Geschäfts – GF-Entscheidung).

Der Projektaufbau sowie der -ablauf wurden an die bestehenden Gegebenheiten des QM u. UM-Systems angepasst, sodass hier keine Inselsysteme und abgetrennte Abläufe entstanden sind.

Zu den Erfolgsfaktoren zählt die durchgängige Kommunikation und Bewusstseinsbildung des Themas Only You bei allen MitarbeiterInnen. Die Geschäftsleitung hat zu jedem Zeitpunkt die notwendigen finanziellen Mittel bereitgestellt und sich auch zum Thema „Gesundes Führen“ selbst weiterqualifiziert. Die konkreten Erfolgsfaktoren sind im Kennzahlensystem sichtbar (Fitnessgrad, Burn-Out Risiko, Demotivation/Motivation ...).

Die wesentlichsten Hürden im Projekt waren:

Erste Begeisterung für das Thema zu erreichen; insbesondere Zeitbudget im Rahmen der laufenden, operativen Tätigkeiten des Unternehmens zu bekommen sowie die Terminorganisation (es allen MitarbeiterInnen recht machen...).

Bei größeren Vorhaben sind Grenzen bei finanziellen und organisatorischen Ressourcen gesetzt worden (zB Umbau Besprechungsraum in Richtung Steh-Besprechungen, Feng Shui, Luftgüte ...).

Lessons Learned:

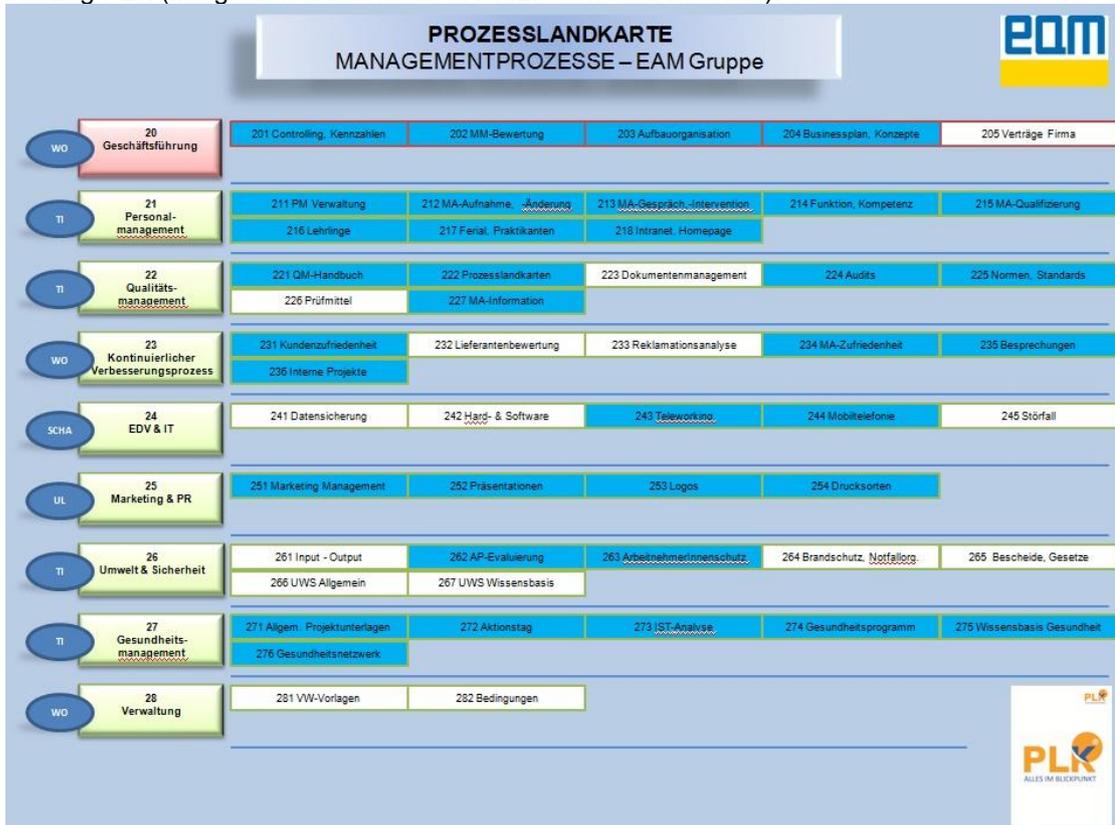
Aus heutiger Sicht würden wir von Beginn an stärker den Austausch über Foren, Benchmark-Unternehmen, etc. nutzen (zB Austausch u. Kooperation mit Anton Paar (örtliche Nähe), Land Steiermark etc.).

Die Evaluation wurde wie geplant durchgeführt. Durch die Zertifizierung des Managementsystems und die Informationen aus dem Kennzahlensystem konnte eine zusätzliche Bewertung durchgeführt werden. In Teilbereichen konnten eindeutige Verbesserungen festgestellt werden (zB Stressoren, Wissensvermittlung, Sensibilisierung, ...).

5 Nachhaltigkeit der Veränderungen

Das Gesundheitsmanagementsystem wurde voll in das besth. QM-System nach ISO 9001 und UM-System nach 14001 integriert. Fachliche Basis war der vom TÜV Österreich mit Spezialisten entwickelte Managementstandard IGMS nach GesVit. Wie in IGMS üblich, werden regelmäßig Managementbewertungen und interne/externe Audits durchgeführt sowie die Ziele überprüft.

Auszug PLK (Integration Gesundheit in Prozessen blau markiert):



Bei der Zertifizierung wurde nach einem im Vorfeld zugesandten Auditplan und dem Fragenkatalog nach GesVit Standard vorgegangen. Siehe auch Anhang 15 „Auditplan“

Auszug Fragenkatalog GesVit Standard:

5.5.1-1	Frage	Verantwortung und Befugnis	Ist der/die Gesundheitsbeauftragte in die Organisation eingebunden?(Organigramm)
5.5.1-1	Frage	Verantwortung und Befugnis	Ist ein/e Gesundheitsbeauftragte festgelegt?
5.5.1-1	Frage	Verantwortung und Befugnis	Gibt es für die/den Gesundheitsbeauftragte/n eine Stellenbeschreibung?
5.5.2	Frage	Beauftragter der obersten Leitung	Wird die Gesundheitsorientierung nach Innen + Aussen kommuniziert? (z.B. eigenes Logo + Slogan)
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Werden unternehmensübergreifend Netzwerke und Foren zum Thema genutzt oder aktiv begründet? (BGF, GKK, HK, u)universitäre Einrichtungen
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Sind Gesundheitszirkel oder ähnliche org. Einrichtungen Bestandteil der Aufbauorganisation?
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Werden die MitarbeiterInnen regelmäßig über gesundheitspolitische Entscheidungen informiert (Intranet, Infotafel, Sprechstunden bei SpezialistInnen) und können sie dabei mitwirken?
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Wird die Gesundheitsorientierung im Marketing berücksichtigt?
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Werden gesundheitsrelevante Aktivitäten in den Marketingplan integriert?
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Werden Gesundheitsthemen regelmäßig firmenintern präsentiert (z.B. Successtories)?
5.5.3	Frage	Interne Kommunikation	Gibt es funktionierende Gesundheitszirkel oder ähnliche KVP Rahmenbedingungen zum Thema Gesundheit im Unternehmen?

6 Verbreitung der Projektergebnisse

Die abschließenden Ergebnisse des FGÖ Projektes werden in Form eines Managementberichtes der GF kommuniziert und bei einem Event im September 11 allen MitarbeiterInnen und den Schlüsselkunden und –partnern vorgestellt und präsentiert.

Am 07.06.2011 wurde das Gesundheitsmanagementsystem von EAM im Rahmen eines Themenworkshops – veranstaltet von der STGKK (siehe auch Ausführungen zum Punkt „Netzwerkpartner“) - mit rd. 25 Teilnehmern aus Unternehmen intensiv diskutiert.

Siehe auch Anhang 16 „Einladung Erfahrungsaustausch STGKK“

Die Veröffentlichung und Kommunikation passierte laufend und ist bei EAM Standard.