

Endbericht

Dieser Endbericht ist zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von interessierten Personen abgerufen werden. Er dient dazu, die Erfahrungen aus dem Projekt anderen zur Verfügung zu stellen, um bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Damit aus Fehlern auch gelernt werden kann, ist es selbstverständlich ebenso wichtig, Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.

Beginnen Sie den Bericht mit einer kurzen Darstellung des Konzeptes, ähnlich wie bereits bei der Antragstellung. Beschreiben Sie dann die konkrete Projektdurchführung und gehen Sie anschließend ausführlich auf Ergebnisse und Empfehlungen ein – wie in der Inhaltsstruktur auf der Folgeseite vorgegeben.

Projektnummer	2444
Projekttitel	Gesundheit @ GCC
Projektträger/in	Grabher Corporate Consulting 6890 Lustenau, Millennium Park 4
Projektlaufzeit	10.09.2013 – 31.03.2014
Erreichte Zielgruppengröße	3 Personen (gesamtes Unternehmen)
Autoren/Autorinnen	Dr. Stefan Grabher, Dipl.-Ing. Klemens Spiegel
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	Dr. Stefan Grabher, s.grabher@grabhercc.com
Weblink/Homepage	www.grabhercc.com
Datum	24.04.2014

1. Kurzzusammenfassung

Projektbeschreibung:

Grabher Corporate Consulting mit Firmensitz in Lustenau (Vorarlberg) ist ein Unternehmen, das betriebswirtschaftliche Beratungsleitungen für Unternehmen bietet und derzeit zwei Mitarbeiterinnen beschäftigt. Die Gesundheit und das Wohlbefinden bei der Arbeit ist für den Firmeninhaber ein persönliches Anliegen. Beratung und Projektleitung wurde von IGplus – Institut für betriebliche Gesundheitskultur in Dornbirn – durchgeführt.

Das Projekt hat das Ziel, die Arbeitsbedingungen optimal zu gestalten und dadurch das Gleichgewicht der körperlichen und psychischen Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Sämtliche Personen im Unternehmen sind in das Projekt einbezogen.

Nach der Erhebung der IST-Situation mittels Befragung wurden mehrere Workshops zur Ausarbeitung von Maßnahmen durchgeführt. Die Umsetzung der Maßnahmen erfolgte zu den Themen Bildschirmarbeit, Pausengestaltung und Kommunikation, sowie Teilnahme beim FGÖ Seminar „Gesundes Führen“.

Ergebnisse und Fazit:

Die gesundheitsfördernden Maßnahmen bewirken einen bewussteren Umgang mit dem eigenen Körper, bewussteres Einlegen von Pausen, verbesserte Kommunikation intern und extern, und besserer Umgang mit Stress-Situationen im Arbeitsbereich. Das Projekt wurde sehr gut angenommen und hat sein Ziel, „Gleichgewicht der körperlichen und psychischen Gesundheit der MitarbeiterInnen im Unternehmen erhalten und fördern“, in vollem Umfang erreicht.

2. Projektkonzept

Grabher Corporate Consulting mit Firmensitz in Lustenau (Vorarlberg) ist ein Unternehmen, das umfassende Beratungsleitungen für Unternehmen bietet (Gründungsberatung, Strategieberatung, Nachfolgeberatung, Bilanzierung, Lohnverrechnung). Das Unternehmen wurde vor 10 Jahren von Mag. Dr. Stefan Grabher gegründet und beschäftigt derzeit 2 Mitarbeiterinnen.

Die Gesundheit und das Wohlbefinden bei der Arbeit ist für den Firmeninhaber ein persönliches Anliegen. Es besteht der Wunsch, dass das weitere Unternehmenswachstum unter der Beachtung von gesundheitsfördernden Gesichtspunkten erfolgt. Für die professionelle Begleitung eines Gesundheitsprojektes hat der Firmeninhaber Kontakt mit der Firma IGplus – Institut für betriebliche Gesundheitskultur aufgenommen.

Das Projekt hat das Ziel, die Arbeitsbedingungen optimal zu gestalten und dadurch das Gleichgewicht der körperlichen und psychischen Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Es handelt sich um Büroarbeitsplätze mit Kundenkommunikation. Sämtliche Personen im Unternehmen sind in das Projekt einbezogen.

3. Projektdurchführung

Das Projekt dauerte von September 2013 bis März 2014 umgesetzt. Die detaillierte und umfangreiche Planung (Juli und August 2013) vor Beginn des Projektes zeigte seinen Nutzen in einem strukturierten Projektablauf, der ohne wesentliche Änderungen umgesetzt wurde.

Zur Erhebung der IST-Situation wurden Interviews durchgeführt. Danach folgten mehrere Workshops, die von IGplus moderiert wurden, zur Ausarbeitung von Maßnahmen.

Dabei wurden drei Schwerpunkt-Bereiche definiert:

- Entlastung bei Bildschirmarbeit
- Aktive Pausengestaltung
- Kommunikation

Die Umsetzung dieser Maßnahmen erfolgte in Kooperation mit externen Fachspezialisten.

An diesen Programmen haben alle im Unternehmen tätigen Personen teilgenommen.

Zusätzlich besuchte der Firmeninhaber das FGÖ Seminar „Gesundes Führen“.

4. Ergebnisse und Evaluation

Mit folgenden Ergebnissen wurden die Projektziele vollumfänglich erreicht:

- Entlastung bei Bürotätigkeiten (körperlich und psychisch)
- gestärktes Bewusstsein für Gesundheit und Wohlbefinden
- erweitertes Kommunikations-Verständnis, das jedem persönlich und dem Unternehmen als Ganzes zugutekommt

Insgesamt wurden die Ressourcen für den Umgang mit den Anforderungen des Arbeitsalltags gestärkt. Positiv hervorzuheben ist, dass alle Beschäftigten aktiv am Projekt beteiligt waren.

Die MitarbeiterInnen waren begeistert von der Initiative des Firmeninhabers und von den vielfältigen Aspekten in den durchgeführten Programmen.

Die Evaluation wurde durch den externen Projektbegleiter, der Firma IGplus durchgeführt. Es wurde die Form der Selbstevaluation gewählt und mittels strukturierten Fragen von allen Beteiligten ein Feedback eingeholt. Dabei wurden sowohl die Projekt-Ergebnisse als auch der Projekt-Ablauf evaluiert. Da die Projekt-Gruppe klein war, erfolgte die Evaluation als Gruppengespräch, was sich insofern bewährt hat, da dadurch konkrete und detaillierte Rückmeldungen möglich waren.

5. Lernerfahrungen/Empfehlungen

Es hat sich bestätigt, dass ein gut geplantes, nach dem FGÖ Projektguide strukturiertes Projekt erfolgreich umgesetzt werden kann. Die anfänglichen Hürden bei der Projekt-Planung wurden in guter Zusammenarbeit zwischen der Firmenleitung und den externen Projektbegleitern gemeistert.

Das Gesundheitsbewusstsein hat sich bei der Führung und bei den MitarbeiterInnen gefestigt. Dies zeigt sich in gut gestalteten Arbeitsbedingungen und dem individuellen Verhalten. Die gut gestalteten Programme bei der Maßnahmen-Umsetzung trugen deutlich zur Motivation bei.

Die Beteiligten haben Informationen und Unterlagen bekommen, um in der Gruppe oder auch einzeln das Gelernte zu wiederholen und kontinuierlich anzuwenden.