

Betriebliche Gesundheitsförderung bei der BSR

Mitarbeiterbeteiligung – Ein Praxisbeispiel



BSR – Zahlen, Fakten, Daten

- Rechtsform: Anstalt des öffentlichen Rechts
- Beschäftigte: ca. 5.300
- Betriebsstätten:
 - 9 Betriebshöfe (4 M, 5 R)
 - 16 Betriebsstellen (R)
 - 1 Müllverbrennungsanlage
 - 1 Umladestation
 - 2 Kfz-Hauptwerkstätten
 - 16 Kantinen
 - 15 Recyclinghöfe
 - 1 Hauptverwaltung
 - Ausbildungszentrum



Zielgruppen der betrieblichen Gesundheitsförderung

- Insgesamt 5.300 Beschäftigte (ca. 4.200 gewerbliche / technische ca. 1.100 Angestellte)
- Geschlecht: 85 % männliche Beschäftigte, 15 % weibliche Beschäftigte
- Altersdurchschnitt: ca. 48 Jahre (+)
- Durchschnittliche Betriebszugehörigkeit: ca. 20 Jahre
- Auszubildende: 143 gewerbliche/technische, 93 kaufmännische
- Leistungsgeminderte: ca. 290 Beschäftigte



Aufgabenfelder der Gesundheits- und Sozialberatung

Beratungen für Kolleginnen und Kollegen

- Sucht
- Gesundheit und (Psycho-) Soziales
- Schulden

Förderung Gesundheits- und Betriebssport

- Rücken- und Ausgleichstraining an 9 Standorten
- Unterstützung von 15 Betriebsportgruppen
- Mit dem Rad zur Arbeit*
- Sportturniere und Wandertage
- Drachenboottag

Gesundheitsförderung

- Ernährungsberatung
- Nikotinentwöhnung
- Suchtprävention – Infoveranstaltungen
- Sucht-Selbsthilfegruppe
- Ausbildung Rückentrainer

Projekte

- Konzeption und Ausbildung nebenamtlicher Präventionskräfte
- Organisationsberatung zu Gesundheit unter Mitarbeiterbeteiligung
- Jährliche Gesundheitsaktionen mit inhaltlichen Schwerpunkten
- Generationsnetzwerk
- Männergesundheitsbefragung

Workshops und Seminare

- Gesundheitstage „Vier Tage außerhalb der Stadt“
- Führungskräfte: „Gesund Führen, gesund bleiben“
- Fort- und Weiterbildung der nebenamtlichen Präventionskräfte



Wege zur Gesundheits- und Sozialberatung

Erstkontakt mit der Gesundheits- und Sozialberatung

Anlässe

Kontakt über	Konflikt	Finanzen	Sucht- prävention	Gesundheit Psycho-Sozial	Anlässe gesamt	Jahr
Selbst	1	3	1	1	6	2012
	2	4	1	4	11	2013
Kollegen	1	17	1	3	22	2012
	1	21	0	6	28	2013
Führungskraft	0	5	7	2	14	2012
	3	5	1	1	10	2013
Personalvertretung	2	1	1	0	4	2012
	2	4	0	0	6	2013
Gesamt	4	26	10	6	46	2012
	8	34	2	11	55	2013



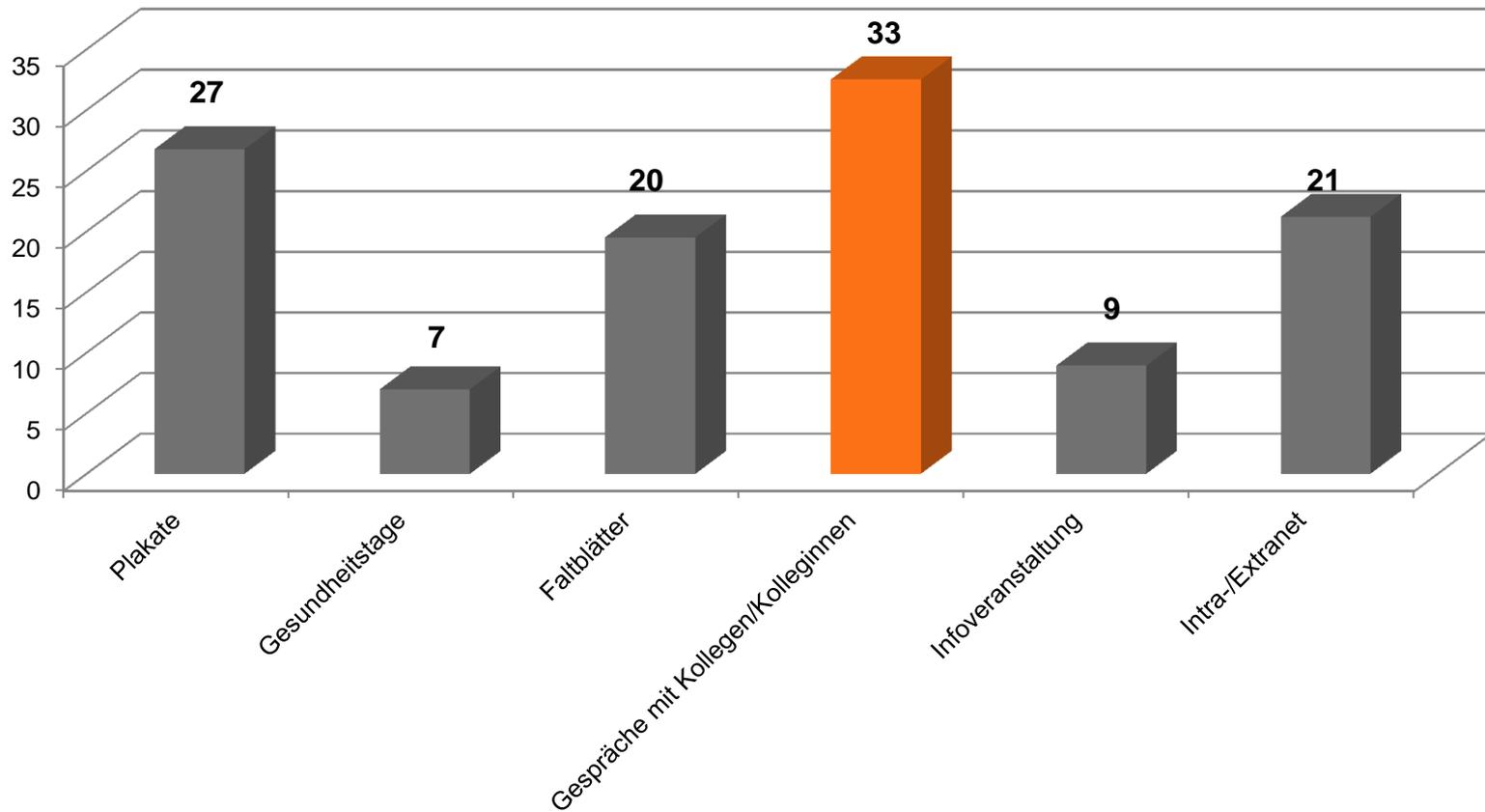
1. Wie sind Sie auf die Gesundheitstage aufmerksam geworden?

a) Durch Mitarbeiter der Gesundheits- und Sozialberatung	33	28,4%
b) Durch das Faltblatt	6	5,2%
c) Durch Kolleginnen und Kollegen	48	41,4%
d) Durch das Weiterbildungsprogramm	27	23,3%
e) Sonstiges Intranet; Infotag auf Hof	2	1,7%

Auswertung Teilnehmerbefragung Jahr 2005 – 118 Teilnehmer – Rücklaufquote 72 %



Wie informieren sich die Mitarbeiter über Angebote?



Angaben in %

N= 1132

Mehrfachnennungen möglich



Gesundheitslotsinnen und Gesundheitslotsen (GL) für Betriebliche Gesundheitsförderung

Ziele

- ▶ Aktivierung vorhandener Potentiale
- ▶ Multiplikatoren für gesundheitsfördernde Lebens- und Arbeitsweisen
- ▶ Unterstützung von positiven Beispielen
- ▶ Entwicklung einer positiven Betriebskultur



Aufgaben und Aufgabenabgrenzung der GL

- ▶ Informationen vor Ort
- ▶ Unterstützung der Gesundheitsförderung
- ▶ kollegiale Begleiter

- ▶ keine professionellen Berater
- ▶ kein Stellen von Diagnosen
- ▶ keine therapeutischen Tätigkeiten



Wer wird Gesundheitslotse oder Lotsin bei der BSR?

- **Auswahl durch persönliche Ansprache** durch die Gesundheits- und Sozialberatung
- **Persönliches Motivations- und Eignungsgespräch** bei der Gesundheits- und Sozialberatung
- **Bereitschaft** zur Ausbildung in der Freizeit / am Wochenende
- **Teilnahme am Auswahlworkshop**
 - Vertiefendes Verständnis für das GL –Konzept
 - GL und die Gruppe der Gesundheitslotsinnen und Lotsen
 - Berufliche Biographie „roter Faden in meinem Leben“
 - Selbstbild und persönliche Motivation

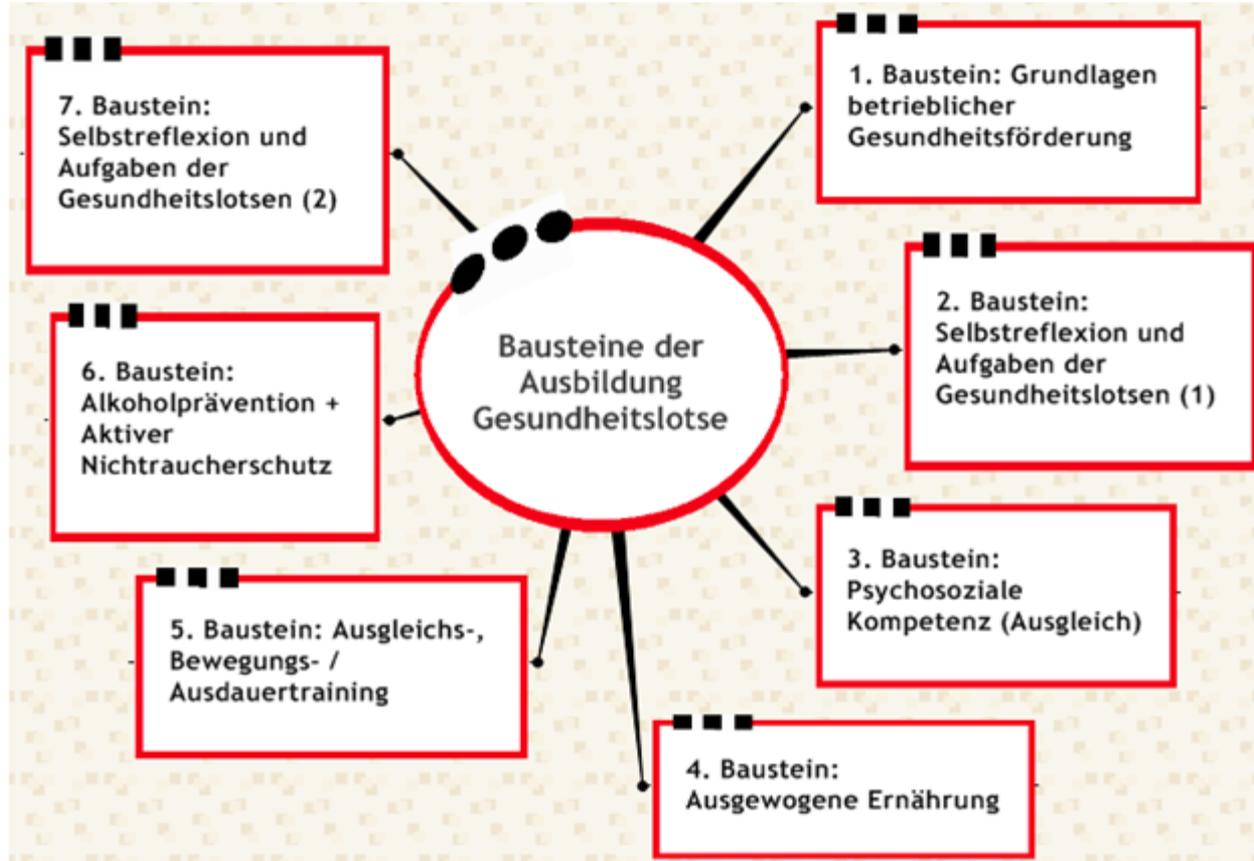


Persönliches Anforderungsprofil der GL

- ▶ gute Akzeptanz bei Kollegen und Führungskräften
- ▶ vorbildliches Arbeitsverhalten
- ▶ Bereitschaft zur persönlichen Weiterentwicklung und Weiterbildung
- ▶ Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit
- ▶ Soziales Engagement
- ▶ Bereitschaft zur Selbstreflektion
- ▶ ausreichende psychosoziale Belastbarkeit
- ▶ persönliche Abgrenzung und Verschwiegenheit



Bausteine der GL-Ausbildung



1. Ausbildungsbaustein

Grundlagen Betriebliche Gesundheitsförderung

Inhalte:

- Luxemburger Deklaration zur betrieblichen Gesundheitsförderung
- Organisation der betrieblichen Gesundheitsförderung im Unternehmen
- BSR-eigene Struktur
- 5 Dimensionen des Menschen
- Gesundheitsbegriff kulturhistorisch

Allgemein - externe Dienste:

- z.B., Grobübersicht über das Gesundheitswesen
- Auskünfte über Kliniken



2. Ausbildungsbaustein Selbstreflexion und Aufgaben

Inhalte:

- Aufgaben der Gesundheitslotsinnen und Gesundheitslotsen
- Thematik der Gesundheitsförderung
- „Wie wirke ich?“ Was bedeutet Vorbild sein?
- Kompetenzen
- Anbindung an Gesundheits- und Sozialberatung

und

- Feedback an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur weiteren Ausbildung.



3. Ausbildungsbaustein

Psychosoziale-Kompetenz

- Inhalte:**
- Psycho-Soziale Kompetenz (Ausgleich)
 - Work-Life-Balance
 - Stress
 - Selbstfürsorge



4. Ausbildungsbaustein

Ernährung

- Inhalte:**
- Physiologische Ernährungsgrundlagen
 - Ernährungspsychologie
 - Stoffwechselerkrankungen
 - Essstörungen



5. Ausbildungsbaustein Bewegung

- Inhalte:**
- Physiologische, psychologische und soziale Aspekte von
Bewegung
 - Mobilität und Alter
 - Betriebliche Angebote, etc.



6. Ausbildungsbaustein

Alkoholprävention und aktiver Nichtrauchererschutz

Inhalte:

- DV Sucht BSR
- Betriebskultur
- Kollegiale Ansprache
- Gesundheitsrisiko
- Prävention



7. Ausbildungsbaustein

Selbstreflexion und Aufgabe

- Inhalte:**
- Aufgaben der Gesundheitslotsinnen und Gesundheitslotsen
 - Taktgefühl, nicht moralisieren
 - Kein unnötiges Bemühen
 - Abschluss der Ausbildung

