



TRGOVINSKA  
ZBORNICA SLOVENIJE  
Slovenian Chamber of Commerce



ZZZS  
ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO  
ZAVAROVANJE SLOVENIJE

# Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF, Workplace Health Promotion, WHP) –

*- Risikoaspekte und Erfolgsfaktoren,  
Speziell im Handel*



dr. Paul Jimenéz, UNI Graz

# Das Ziel...



## ... wie wir es erreichen

*„ Wenn Du ein Schiff bauen willst, [..]  
die Sehnsucht nach dem endlosen weiten Meer. „*

Antoine de Saint-Exupéry

Wie erreichen  
wir das Ziel

*und*

erreichen

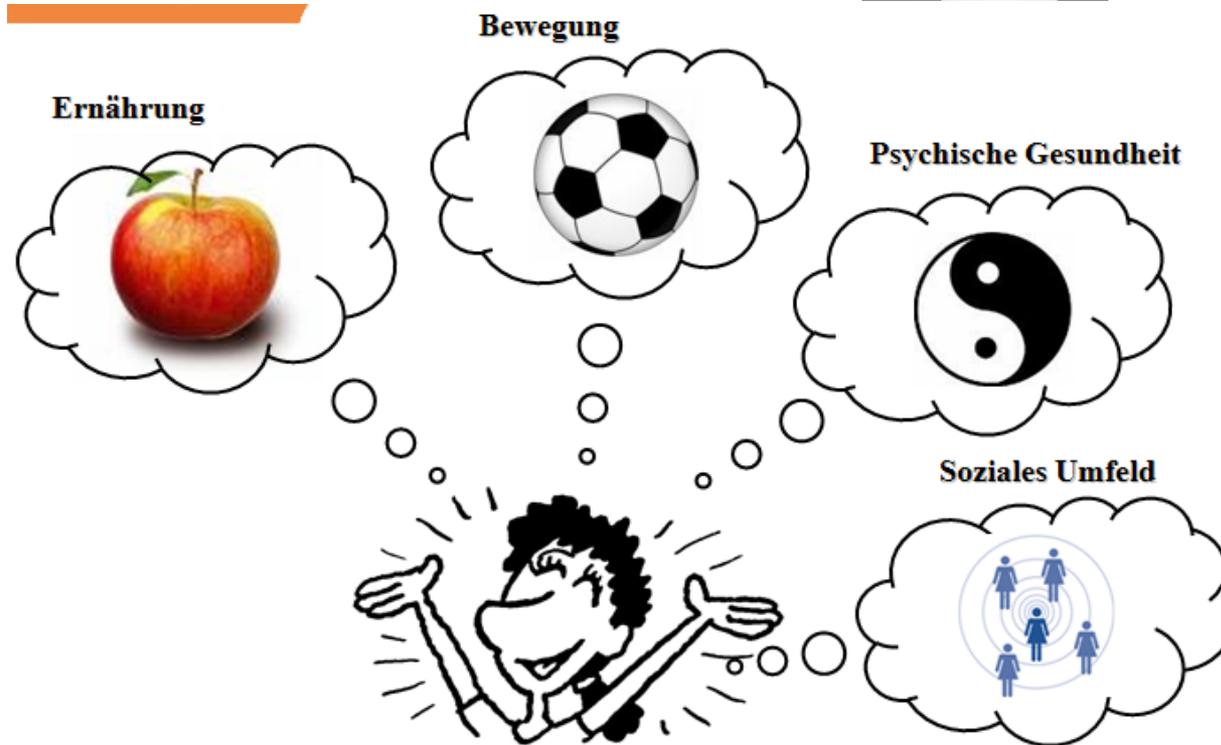
einen physisch und psychisch guten

**Gesundheitszustand?**



# Basis – Prinzipien in der BGF, WHP

- **Salutogenese – Prinzip der Gesunderhaltung**  
nach Aaron Antonovsky (1923-1994)
- **Biopsychosoziales Gesundheitsmodell**

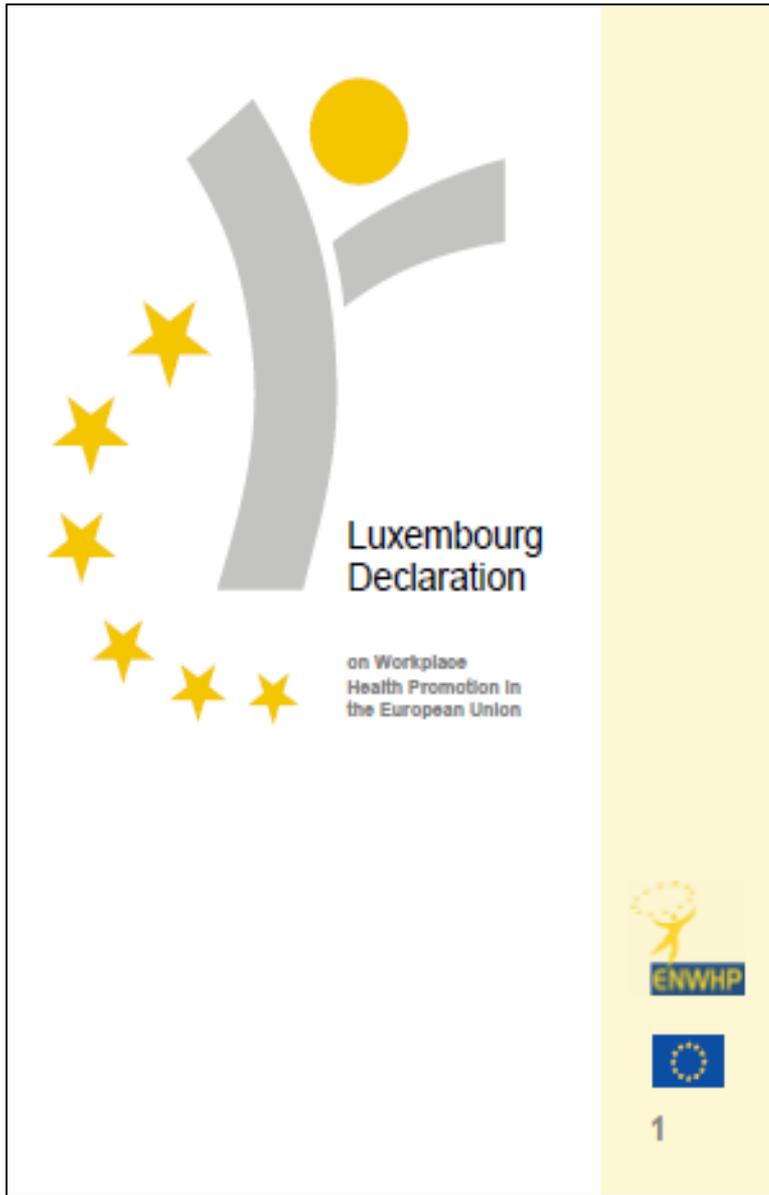


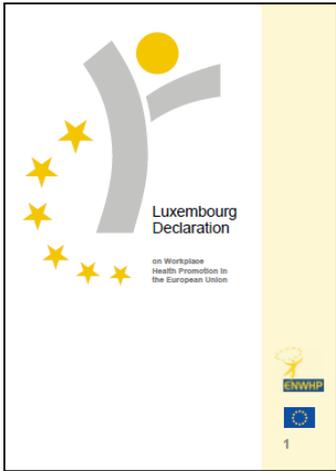
# The Luxembourg Declaration on Workplace Health Promotion in the European Union

Workplace Health Promotion (WHP) is the combined effort of employers, employees and society to improve the health and well-being of people at work.

**This can be achieved through a combination of:**

- improving the work *organization* and the working *environment*
- promoting **active** participation
- encouraging **personal** development





# Declaration

The undersigned organisation [..] agrees [..]

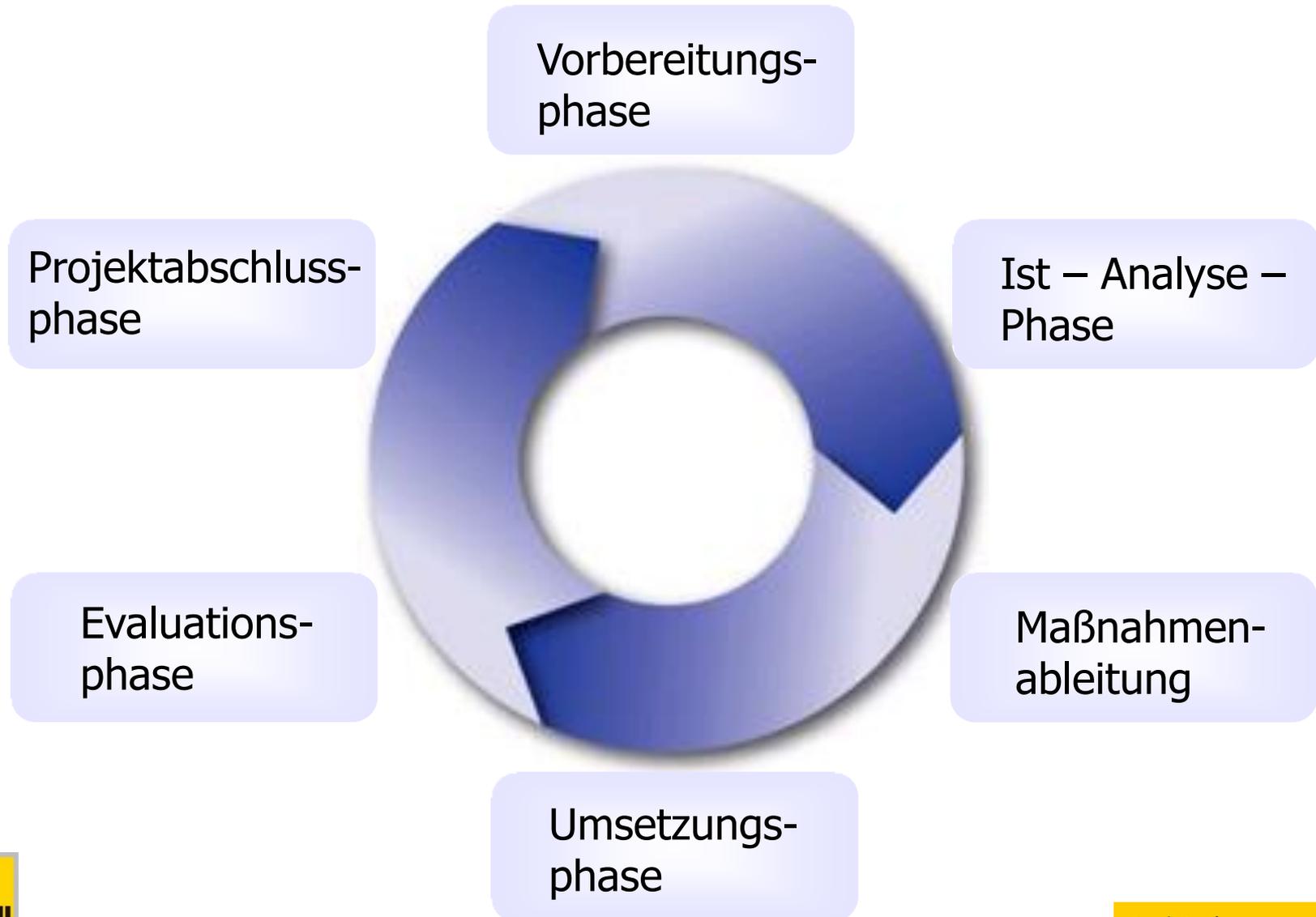
The principles are:

- Company **codes of conduct and guidelines** that view employees not only
- as cost factors but as **important success factors**
- [..]
- **Integrated** occupational health and safety services
- Inclusion of employees in health issues at all levels (**participation**)
- [..]
- Systematic implementation of all measures and programmes (**project management**)

A miniature scene featuring a doll with black hair, a pumpkin character with orange hair and a yellow body, and a white house with a brown roof. The scene is set on a green surface with yellow and blue circular patterns.

Lasst uns ein ideales  
Betriebliches Gesundheits-  
förderungsprojekt (WHP) bilden

# Kreislauf der Betrieblichen Gesundheitsförderung



A small wooden doll with orange hair, wearing a yellow dress, sits inside a small cardboard box. The box is placed on a painted map of the world, which is the background of the slide. The map shows continents in green and oceans in blue. The doll is positioned over the Atlantic Ocean. The text "Wir sind auf dem Weg – Was ist wichtig in der wirklichen Welt" is overlaid on the bottom half of the image.

Wir sind auf dem Weg –  
Was ist wichtig in der wirklichen Welt

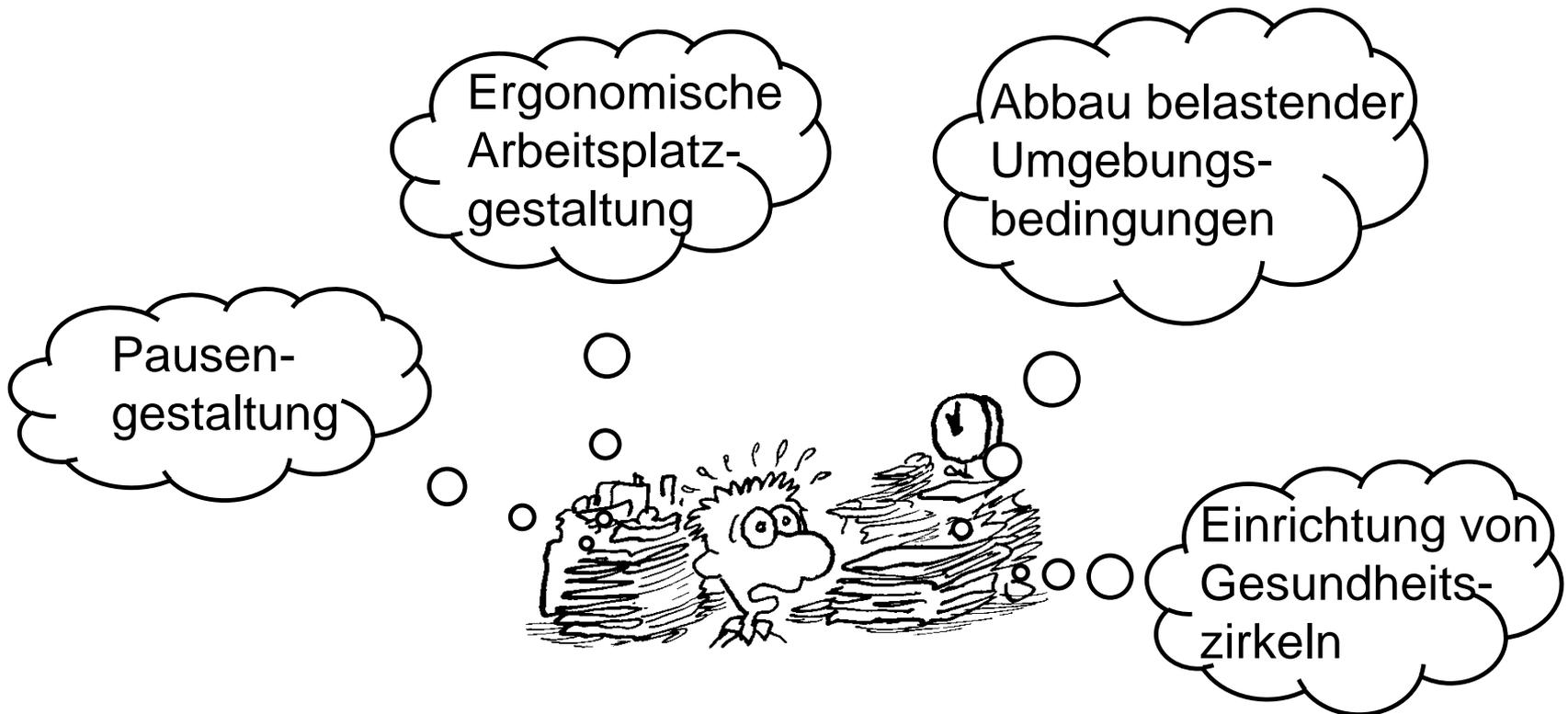
# Verhaltensprävention

Maßnahme setzt individuell bei der **Person** an



# Verhältnisprävention

Maßnahme setzt beim **Arbeitsplatz** / dem Betrieb an



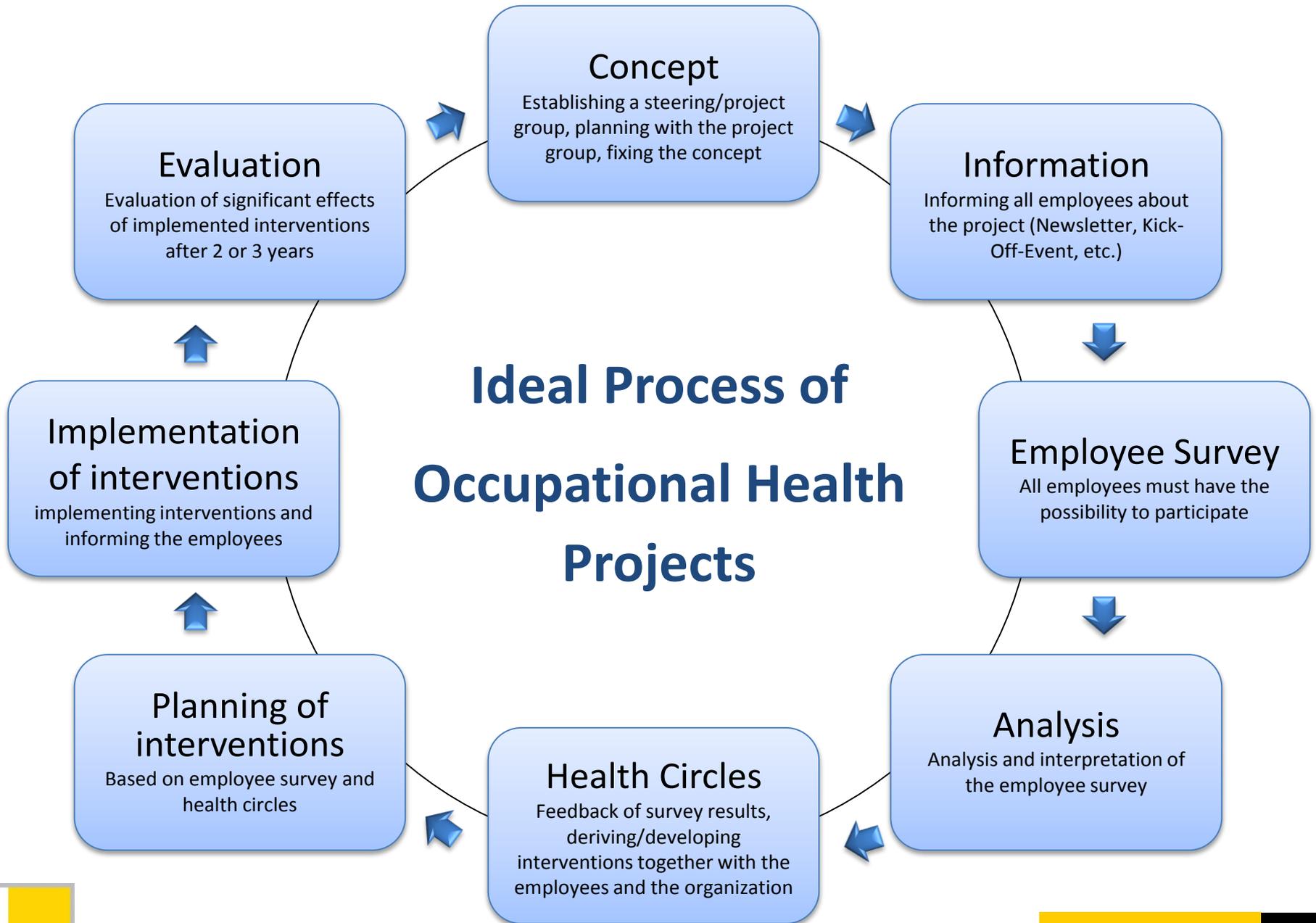
# Der Start in die Reise, Schlüsselfaktoren



# Erfolgsfaktoren

- **Das Management** steht hinter dem Projekt
- **Information**, information, information
- **Partizipation**, Vertraulichkeit
- **Vertrauen**
- ...
- Jiménez, P., Eibel, K., Schaffer, C., Žižek, S. & Treven, U. (2011). Best Practice Modelle im Raum EU-27 - Konzepte zur Reduktion von Stress bei der Arbeit und zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden Bericht. Report of project Chance4Change.  
<http://www.chance4change.eu/index.php/de/antistress-programme>

# Ideal Process of Occupational Health Projects





# Risikofaktoren für Betriebliche Gesundheitsförderung, Occupational Health Projects

# Risikofaktoren

- **Alibiaktion**
- Nur ein Teil ist **informiert**
- **Keine oder unklare Ziele**
- **Ergebnis wird nicht mitgeteilt**
- Nur **Verhaltensorientierung**
- ...
- Jiménez, P., Eibel, K., Schaffer, C., Žižek, S. & Treven, U. (2011). Best Practice Modelle im Raum EU-27 - Konzepte zur Reduktion von Stress bei der Arbeit und zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden Bericht. Report of project Chance4Change.  
<http://www.chance4change.eu/index.php/de/antistress-programme>



Vor dem Hexenhäuschen – was hören wir in echten Projekten im Handel?

# Kommentare aus Befragungen

Zwei Wochen während der Sommerferien sind zu wenig und die Urlaubssperre in den Weihnachtsferien ist für viele nicht zumutbar!!“

„Auch die Wochenend-Planung ist schwierig, da oft überraschend am Samstag eingesprungen werden muss.“

„Für eine Vollzeitkraft sind die Arbeitszeiten furchtbar eingeteilt, zumindest in meiner Abteilung! [...] Da bleibt die Freizeit auf der Strecke und man kann nicht erwarten, dass man immer motiviert und lächelnd dasteht!“

„Man kann fast nie seinen Wunschurlaub nehmen. Der wird schon vorgegeben in welchen Zeiten man gehen muss. Keine Planungen möglich. Das Privatleben leidet, vor allem Familien mit Kindern.“

„Die Klimaanlage bringt meist "sehr schlechte" Luft, zu viel Zugluft zu warm oder zu kühl eingestellt, - schlecht für Kunden und Mitarbeiter.“

„Ein 10-stündiges Stehen macht mir große Probleme mit Venen und Gelenken.“

„Man ist für den Kunden immer sichtbar und erreichbar.“

„Man ist ständig bemüht verärgerte Kunden zu besänftigen, und unsere Aufgabe ist es aus einem Löwen ein Lamm zu machen. Beschimpfungen und negative Kunden erleben wir fast täglich.“

# Kritische Aspekte im Handel

- Arbeitszeiten (Wochende und Feiertage) → Work-Life Balance, Work Domain Balance
- Freundlichkeitsdruck
- Externe Konflikte (z.B. mit Kunden)
- Zeitdruck, Qualitätsdruck
- Körperhaltung
- Temperatur

**The real world.**

**Erfolgsfaktoren in Betrieblichen  
Gesundheitsförderungsprojekten,  
Occupational Health  
Projects**



# Erfolgsfaktoren

- **Das Management steht dahinter**

- „Mir gefällt am Gesundheitsprojekt, dass das Engagement der Verantwortlichen so groß und mitreißend ist, dass es ansteckend wirkt - so muss es sein.“
- „Dass Gesundheit überhaupt ein Thema im Unternehmen ist, ist schon super! Danke!“
- „Mir gefällt am Gesundheitsprojekt das Engagement der Personalabteilung.“

- **Information**

- „Von vielen der zuvor genannten Maßnahmen habe ich noch nie etwas gehört => Verbesserung der Information“
- „Die Kommunikation der Veranstaltungen könnte noch verbessert werden. Teilweise habe ich nicht teilgenommen, weil mir die Termine/Themen nicht bekannt waren (z.B. bei den Vorträgen).“

## • **Passende Angebote**

- „Die ständige Erarbeitung und Anpassung an Gesundheitsthemen für die Mitarbeiter! Dran bleiben!!!! Weiter so!!“
- „Bunte Vielfalt an Angeboten, es ist für jeden was dabei.“
- „Die Fitness-Angebote gefallen mir sehr gut.“
- „Bewegungseinheiten sind sehr gut und günstig.“

## • **Vertrauen der MitarbeiterInnen**

- „Erste Schritte sind getan, es darf nicht einschlafen. Wenn es weniger würde, wäre es besser gewesen, nicht damit zu beginnen.“
- „Maßnahmen werden umgesetzt oder zumindest Verbesserungen vorgenommen, wenn eine Änderung nicht schnell machbar ist.“
- „Mir gefällt, dass man merkt, dass etwas gemacht wird.“
- „Mir gefällt, dass in kurzer Zeit auch wirklich etwas umgesetzt/bewegt wurde!“

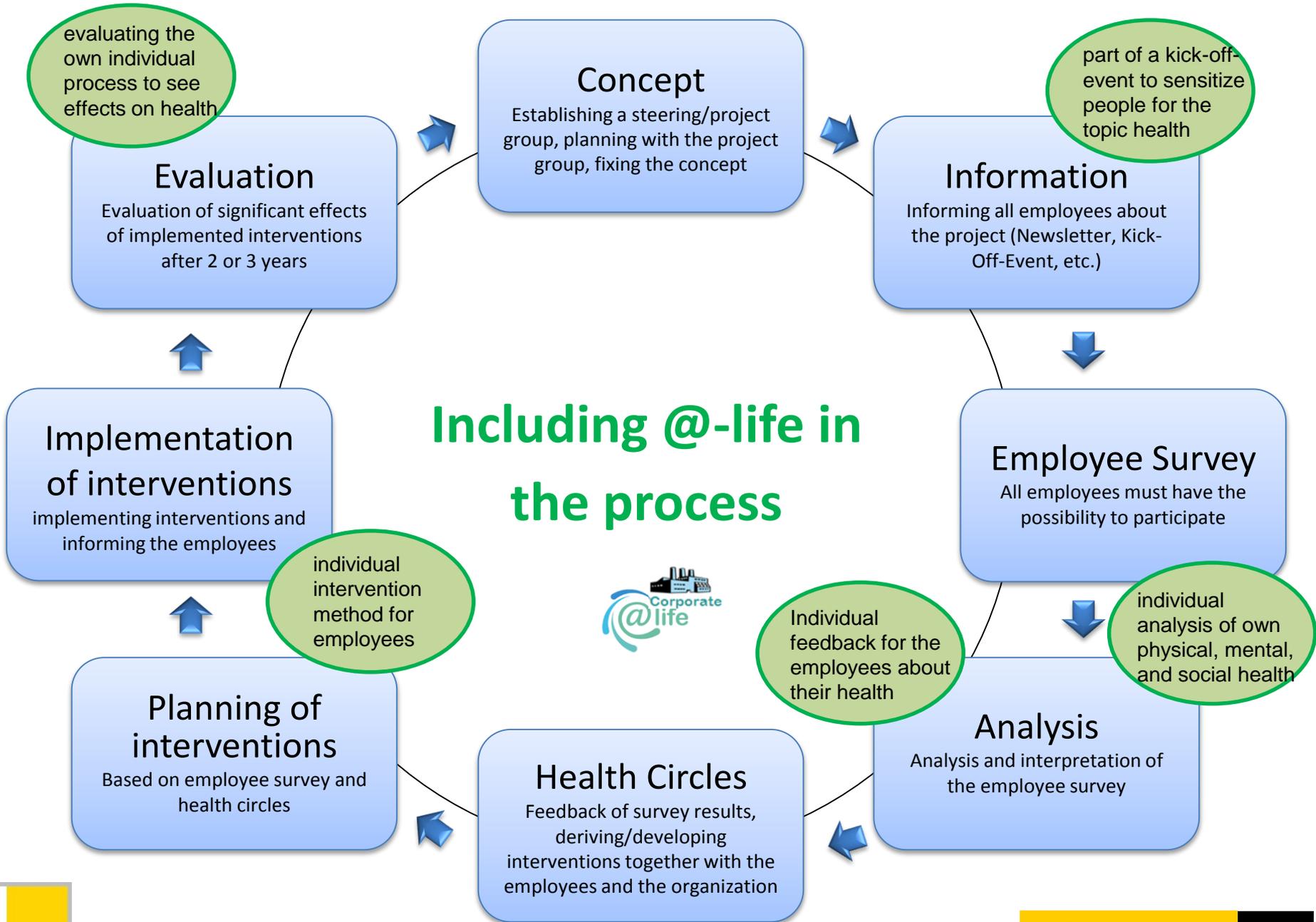
# Die Vorteile einer integrierten Management Lösung für Betriebliche Gesundheitsförderung, WHP



# Typische Probleme in WHP

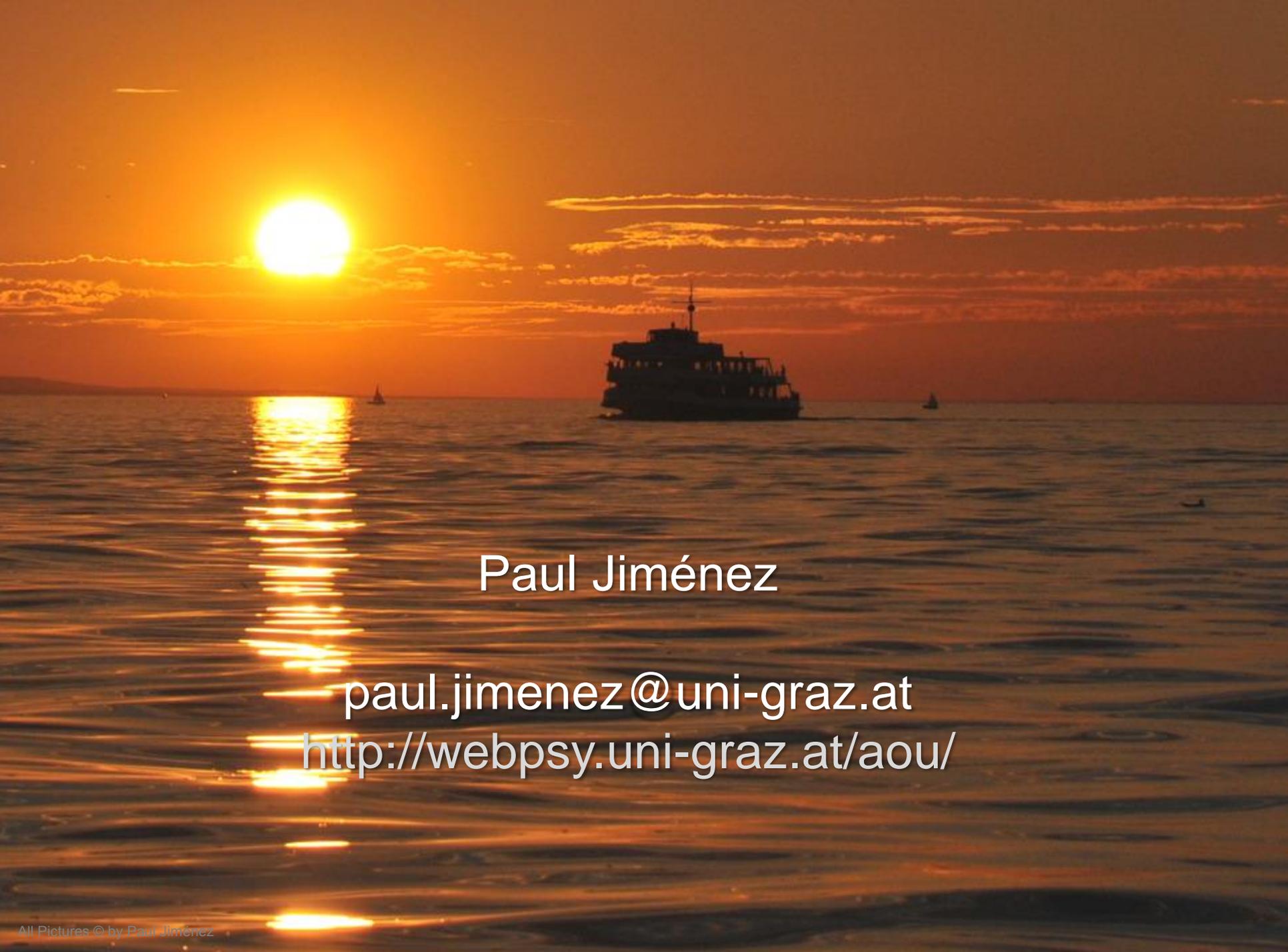
- Motivation verliert sich im Lauf der Zeit in den Interventionen – was kann getan werden?
  - Mentoring, „MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen“
  - Eigene Fortschritte werden nicht wahrgenommen
  - Vergleich mit anderen
- Projektleitung „verliert sich“ in den vielen kleinen Projekten
  - Managementlösung durch ein integriertes Tool

# Including @-life in the process



# Schlussfolgerungen

- Workplace Health Promotion ist ein wichtiger Zukunftsfaktor
- Verhalten (Individuum) und Verhältnis (Arbeitsumfeld, Prozesse) integrieren
- Alle Beteiligten müssen integriert werden
- Vertrauen schaffen
- Nachhaltigkeit, Motivation muss erreicht werden



Paul Jiménez

paul.jimenez@uni-graz.at  
<http://webpsy.uni-graz.at/aou/>