



# KEIN STRESS BEIM EVALUIEREN?

Arbeitsbedingte psychische Belastungen bekämpfen

## Am Bau

*Arbeitszeiten als  
psychische Belastung*

Seite 24

## Interview

*Wolfgang Birbamer, AUVA:  
„Prävention rechnet sich“*

Seite 12

## Gesundheit

*Der Gesundheitstruck  
der AKNÖ*

Seite 6



## Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Niederösterreich ist seit 2004 das Bundesland mit den meisten Krankenstandstagen. Steigender Druck am Arbeitsplatz und ein hohes Überstunden-Niveau sind messbare Gründe dafür. Auch dass Erholungsphasen zunehmend schwinden, trägt zu dieser Entwicklung bei. Fest steht, dass viele ArbeitnehmerInnen jetzt schon übermäßig belastet sind. Das zeigt der stetige Anstieg der physischen und psychischen Erkrankungen.

Die Lehre daraus kann nur lauten: Die betriebliche Gesundheitsförderung muss zur gesetzlichen Verpflichtung in den Betrieben werden. Nur so wird es flächendeckend möglich sein, vielfältige berufsbedingte Belastungen zu verringern. Dazu gehört etwa die Optimierung von Arbeitsabläufen und der individuellen Arbeitsanforderungen. Das ist im Zusammenhang mit der immer dramatischer werdenden Lage älterer ArbeitnehmerInnen notwendig. Sie werden in einem steigenden Ausmaß aus dem Arbeitsleben gedrängt und in die Arbeitslosigkeit geschickt, und das, obwohl ihnen immer wieder gesagt wird, dass sie länger arbeiten sollen. Dazu müssen auch ausreichend altersgerechte Arbeitsplätze zur Verfügung stehen. Es liegt auf der Hand, dass gerade erfahrene Beschäftigte, die gesund und motiviert sind, ein Garant für Qualitätssicherung sind. Das sollte genug Antrieb für Unternehmen sein, in die Gesundheit ihrer MitarbeiterInnen zu investieren.

### Markus Wieser

AKNÖ-Präsident und ÖGB-NÖ-Vorsitzender

<b>EDITORIAL   INHALT</b>	<b>3</b>
<b>AKTUELLES</b>	
„Gesunde Arbeit“ am ÖGW-Kongress   Leserbriefe	4
Brauchen wir das? Wie geht das? Wer macht das?	5
Fahrender Gesundheits-Check der AKNÖ	6
SI GE: Der erste Gesundheitsnavigator hat sein Ziel erreicht	7
SI GE: Von der Versuchung zum Widerstand	7
<b>ARBEITNEHMERINNENSCHUTZ</b>	
Kein Stress beim Evaluieren?	8
„Prävention rechnet sich“	12
Die österreichische ArbeitnehmerInnenschutzstrategie	14
<b>VERWENDUNGSSCHUTZ</b>	
Erfahrungen mit der Arbeitszeitgestaltung	15
<b>BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG</b>	
„Bist krank, weilst heut' nix trinken magst?“	17
<b>GESETZE &amp; VERORDNUNGEN</b>	
Gefährliche Arbeitsstoffe und deren Kennzeichnung	18
<b>ARBEITNEHMERINNENSCHUTZ</b>	
Weniger Holzstaub – gesündere Arbeit	20
<b>STUDIEN &amp; BERICHT E</b>	
Strukturwandelbarometer 2014 – Arbeitswelt wird immer mehr zur Treitmühle	22
<b>AUS DER PRAXIS</b>	
Krankenanstaltenverbund gewinnt Preis für Gesundheitskommunikation	23
<b>VERWENDUNGSSCHUTZ</b>	
Arbeitszeiten am Bau – eine psychische Belastung	24
<b>VERANSTALTUNG</b>	
Tagung Psychische Belastungen in der Arbeitswelt	25
<b>BUCHTIPPS</b>	<b>26</b>
<b>ARBEITSINSPEKTION UNTERWEGS</b>	
Ein Schutznetz als Sicherung für den Notfall	29
<b>AKTUELLES</b>	
Die betriebliche Gesundheitsförderung: ein Allheilmittel?	30
Tipps für BGF-Projekte	31
<b>GESUNDHEIT</b>	
Schutzmaßnahmen bei der Arbeit im Freien	32
Maßnahmen zur Burn-out-Prävention in Betrieben	33
<b>BROSCHÜREN   IMPRESSUM</b>	<b>34</b>

# Fahrender Gesundheits-Check der AKNÖ

Die AKNÖ kümmert sich um die Gesundheit der niederösterreichischen ArbeitnehmerInnen und bietet mit dem „Gesundheitstruck“ kostenlose Gesundheits-Checks direkt vor Ort an. So können ArbeitnehmerInnen die wichtigsten Anzeichen für Erkrankungen erkennen und schnellstmöglich Gegenmaßnahmen ergreifen.



© Alexandra Kromus

**Die AKNÖ kümmert sich** um Ihre Gesundheit und bietet mit dem Gesundheitstruck kostenlose Gesundheits-Checks direkt vor Ort an.

**D**ie von der Statistik Austria veröffentlichten Zahlen zum Gesundheitsrisiko am Arbeitsplatz sind alarmierend. Laut Mikrozensus-Arbeitskräfteerhebung sind acht von zehn Erwerbstätigen einem Gesundheitsrisiko am Arbeitsplatz ausgesetzt. Laut NÖGKK ist Niederösterreich seit 2004 das Bundesland mit den meisten Krankenstandstagen.

## AKNÖ setzt Schwerpunkt auf betriebliche Gesundheitsförderung

Wie oft ist zu hören, dass die Beschäftigten auf ihre Gesundheit achten sollen, um möglichst beschwerdefrei bis zur Pensionierung arbeiten zu können. „Unser Gesundheitstruck tourt seit Jahren durch Niederösterreich und liefert damit einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung

der Gesundheit der ArbeitnehmerInnen“, sagt dazu der Präsident der AKNÖ, Markus Wieser.

## Modernste Technik direkt vor Ort

Der Gesundheitstruck fährt die Betriebe direkt an und liefert so den modernsten Gesundheits-Check direkt an die Arbeitsplätze. Psychische Gesundheit, Wirbelsäule, Rückenmuskulatur, Gehör, Blutwerte: Mit dem Gesundheitstruck der AKNÖ können die ArbeitnehmerInnen die wichtigsten Anzeichen für Erkrankungen erkennen und schnellstmöglich Gegenmaßnahmen ergreifen.

## Gesundheits-Check ist kostenlos

Der kostenlose Gesundheits-Check der AKNÖ bietet ArbeitnehmerInnen die

Möglichkeit, innerhalb einer Viertelstunde mehr über ihre persönlichen Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu erfahren. Außerdem kann eine Stressmessung durchgeführt werden und die Wirbelsäule strahlungsfrei mit einer neuen Technologie vermessen werden.

Sollten ein oder mehrere Werte außerhalb des Normalbereichs liegen, so ist es Zeit für eine Rücksprache mit dem Hausarzt oder der Hausärztin! Denn eines kann und soll der Gesundheits-Check nicht – die ärztliche Untersuchung und Beratung ersetzen.

## Was wird im Detail überprüft?

Der Check umfasst den Body-Mass-Index, den Blutdruck, einen Hörtest, eine Lungenfunktionsüberprüfung und eine „Formetric“-Wirbelsäulenvermessung.

Der AKNÖ-Gesundheitstruck wird gemeinsam mit dem AMZ Mödling koordiniert und kann von BetriebsrätInnen angefordert werden. Für nähere Informationen und die Buchung des Gesundheitstrucks steht Thomas Staudinger gerne unter der E-Mail-Adresse [arbeitnehmerinnenschutz@aknoe.at](mailto:arbeitnehmerinnenschutz@aknoe.at) sowie unter der Telefonnummer 05 71 71-6404 zur Verfügung.

Lesen Sie zum Thema betriebliche Gesundheitsförderung auch das Interview mit dem ärztlichen Leiter des AMZ Mödling, Dr. Erich Pospischil, auf Seite 30.

# SIGE: Der erste AKNÖ-Gesundheitsnavigator hat sein Ziel erreicht

Die AKNÖ hat mit einem Seminar zur Bestimmung und Verbesserung der persönlichen Gesundheit einen neuen Weg eingeschlagen. Der erste „Gesundheitsnavigator“ hat im Februar stattgefunden.

**S**o ganz genau wussten sie nicht, was sie erwartet: die Betriebsrätinnen und Betriebsräte, die sich im Seminarparkhotel Hirschwang zum SIGE-Seminar „Der AKNÖ-Gesundheitsnavigator: Finde den Weg zu Deiner Gesundheit“ eingefunden hatten. „Dieses Seminar wurde auf besonderen Wunsch des AKNÖ-Präsidenten Markus Wieser konzipiert“, sagt SIGE-Leiterin Susanne Karner, „und hat das Ziel, BetriebsrätInnen zu motivieren und mehr auf sich und ihre Gesundheit zu schauen.“ Für dieses Thema soll dann in den Betrieben mehr Interesse geweckt werden, um betriebliche Gesundheitsförderung umzusetzen. ArbeitnehmerInnenvertretung in den Betrieben ist ein Knochenjob und erfordert viel Kraft und Energie, sowohl auf psychischer als auch auf physischer Ebene. Aus diesem Grunde standen neben Einzelcoachings und Workshops mit Ernährungs- und SportwissenschaftlerInnen auch morgendliche Sporteinheiten auf dem Programm. Vorträge zu den Basics der betrieblichen Gesundheitsförderung rundeten die drei Seminartage ab. Als besonderer Zusatzservice war auch der Gesundheitstruck der AKNÖ angereist. Die Begeisterung über diesen Seminar-Prototyp stand den TeilnehmerInnen schlussendlich nicht nur ins Gesicht geschrieben: Der Wunsch nach einem Follow-up stand dann auch auf allen Feedbackbögen!



**Der AKNÖ-Gesundheitsnavigator** von 18. bis 20.2.2015, SPH Hirschwang  
Mit dabei von links hinten: Walter Kreuzer, Eveline Haagen, Gabriele Dastel, Claudia Hirz, Fritz Fuchs, Paul Dötzl, Christian Haberle, Manfred Popp, Richard Wagner, Thomas Heckmann, Karin Rössler.  
Von links vorne: Dagmar Kornfell, Susanne Gatterbauer, Jürgen Fritsche, Gabriele Bartsch, Erwin Hofmann, Manuela Berger, Christine Plak.

## SIGE: Von der Versuchung zum Widerstand

Sucht und Suchtprävention waren das zweite große Thema im SIGE-Seminarprogramm: Unter dem Titel „Ich kann allem widerstehen, außer der Versuchung“ wurden in einem zweitägigen Seminar die Fähigkeiten vermittelt, den Zusammenhang zwischen Stress, Arbeitsbedingungen und Gesundheitsbewusstsein zu erkennen.

**M**acht das tägliche Glas Wein abhängig oder gar schon süchtig? Ist der Griff zur nächsten Zigarette noch Genuss oder schon Sucht? Wie und wann entsteht aus Abhängigkeit Sucht? Und: Was kann man dagegen tun und was kann ein Betriebsrat tun, wenn KollegInnen dabei sind, die Kontrolle zu verlieren? Arbeitspsychologin Barbara Raunig vom AMZ Mödling erläuterte in den zwei Seminartagen die Entstehung

und Ursachen der Sucht und die Grundsätze der Suchtprävention. Mit der gemeinsamen Erarbeitung eines Instrumentariums für ein Präventionsprogramm wurden die TeilnehmerInnen auf Akutfälle in ihren Betrieben vorbereitet.

**Susanne Karner, BA**  
[susanne.karner@aknoe.at](mailto:susanne.karner@aknoe.at)

# Die betriebliche Gesundheitsförderung: ein Allheilmittel?

Die AKNÖ setzt sich seit vielen Jahren intensiv mit dem Themenbereich „Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz“ auseinander. Ein wesentlicher Kooperationspartner ist das Arbeitsmedizinische Zentrum (AMZ) in Mödling. „Gesunde Arbeit“ führte ein Interview mit dem ärztlichen Leiter des AMZ, Prim. Dr. Erich Pospischil, über die Herausforderungen und Aufgaben in der betrieblichen Gesundheitsförderung.



© AMZ Mödling

**Eine erfolgreiche betriebliche Gesundheitsförderung** setzt aktives Mitwirken der Beschäftigten voraus.

**AKNÖ: Herr Dr. Pospischil, die „betriebliche Gesundheitsförderung“ (BGF) scheint zurzeit das Allheilmittel zu sein, damit Menschen länger im Arbeitsprozess verbleiben können. Welche Rolle spielt in diesen Prozessen die Arbeitsmedizin?**

**Pospischil:** Aus unserer Sicht umfasst Gesundheitsförderung die Schaffung, Entwicklung, Förderung und Erhaltung von gesunden Arbeits- und Lebensbedingungen. Ein wesentliches Merkmal stellt dabei auch das aktive (Mit-)Wirken der Betroffenen dar. Die ArbeitsmedizinerInnen beraten dabei die Beschäftigten, die Sicherheitsvertrauenspersonen und die Belegschaftsorgane in Angelegenheiten des Gesundheitsschutzes und der Gesundheitsförderung. Selbstverständlich sind dabei der Bezug auf die Arbeitsbedingungen und eine menschengerechte Arbeitsgestaltung das Maß der Dinge.

**AKNÖ: Die Krankenstandstage aufgrund psychischer Belastungen werden immer mehr. Das ArbeitnehmerInnenschutzgesetz hat auf diesen Umstand mit der Evaluierung psychischer Belastungen reagiert – wie wichtig sehen Sie diese Maßnahme im Zusammenhang mit sinnvoller BGF?**

**Pospischil:** Die Evaluierung ist eine systematische Erhebung aller Gefährdungen und Belastungen, eben speziell psychosozialer Belastungen, die bei der Arbeit vorkommen können. Ziel ist dabei Belastungsabbau oder Belastungsmodifikation durch verbindliche Maßnahmenfestlegung. Dies ist Arbeitgeberpflicht und soll präventiv wirken. Sowohl bei der Evaluierung als auch bei der betrieblichen Gesundheitsförderung ist eine Beteiligung der MitarbeiterInnen erforderlich und gesetzlich verpflichtend. Zeitlich muss immer der systematische Evaluierungsprozess am Beginn stehen, sonst werden relevante Belastungen übersehen.

**Wesentliche Multiplikatoren für betriebliche Gesundheitsförderung sind BetriebsrätInnen. Worauf sollen BetriebsrätInnen und Sicherheitsvertrauenspersonen achten und auf wen können sie beim Aufbau eines BGF-Projektes setzen?**

**Pospischil:** Hilfe und Unterstützung kommen von innerbetrieblichen Präventivkräften, externen Fachpersonen von Arbeitsmedizinischen Zentren, der Arbeitsinspektion sowie von ExpertInnen der AUVA und Gebietskrankenkassen. Der „Fonds Gesundes Österreich“ (FGÖ) bietet bei der Planung und Finanzierung wertvolle Unterstützung an.

# Tipps für BGF-Projekte

Tipps für BetriebsrätInnen und Sicherheitsvertrauenspersonen von Prim. Dr. Erich Pospischil

## Worauf soll ein Betriebsrat/eine Sicherheitsvertrauensperson bei BGF-Projekten achten?

Voraussetzung für ein BGF-Projekt ist ein Konzept und die Bildung eines Projektsteuerkreises. Entscheidend für ein gutes Projekt sind die volle und ehrliche Unterstützung der Geschäftsleitung und die Sicherstellung der MitarbeiterInnenbeteiligung, wie dies durch Gesundheitszirkel und Fragebogenerhebungen erfolgen kann. Bei den Erhebungen muss ein vollständiger Datenschutz gesichert sein. Es müssen Methoden verwendet werden, die nach anerkannten wissenschaftlichen Grundsätzen geprüft wurden. Es muss auch bei der Planung bereits gesichert sein, dass nach der Erhebungsphase auch konkrete Maßnahmen abgeleitet werden können.

## Welche Rolle spielen Führungskräfte bei BGF-Projekten?

Für das Gesundheitsgeschehen im Betrieb spielen Führungskräfte eine wichtige verantwortungsvolle Rolle. Sie müssen die Beteiligungsmöglichkeiten der MitarbeiterInnen sicherstellen und die erarbeiteten Maßnahmen auch weiterführen. BGF und die Evaluierung psychischer Belastungen sind keine abgeschlossenen Vorgänge, sondern kontinuierliche Prozesse, darin liegt auch eine Aufgabe der Führungskräfte.

## Sind ArbeitspsychologInnen bei BGF-Projekten erforderlich?

Ja, sie sind die ExpertInnen im Bereich psychischer Belastungen, sichern die fachliche Expertise beim BGF-Ablauf und unterstützen bei der Moderation von Gesundheitsförderungsprozessen. Auch bei der Darstellung der Zusammenhänge von Ergebnissen und Auswirkungen der Belastungskomponenten sind ihre Fähigkeiten gefragt, und sie stehen den MitarbeiterInnen bei der Präsentation der Ergebnisse aus den Gesundheitszirkeln bei.

## Termine für die Grundausbildung zur Sicherheitsvertrauensperson

(in Kooperation mit dem bfi NÖ; Kostenbeitrag pro TeilnehmerIn: 200 Euro)

<b>11.–13.5.</b>	Wr. Neustadt, AKNÖ BZST, Babenbergerring 9b, 2700 Wr. Neustadt	jeweils von 08.00–17.00 Uhr
<b>20.–22.5.</b>	Krems, ÖGB, Wiener Straße 24, 3500 Krems	jeweils von 08.00–17.00 Uhr
<b>10.–12.6.</b>	Amstetten, AKNÖ-BZST, Wiener Straße 55, 3300 Amstetten	jeweils von 08.00–17.00 Uhr
<b>5.–7.10.</b>	St. Pölten, ÖGB, Gewerkschaftsplatz 2, 3100 St. Pölten	jeweils von 08.00–17.00 Uhr
<b>9.–11.11.</b>	Wr. Neustadt, ÖGB, Babenbergerring 9b, 2700 Wr. Neustadt	jeweils von 08.00–17.00 Uhr
<b>23.–25.11.</b>	Amstetten, AKNÖ-BZST, Wiener Straße 55, 3300 Amstetten	jeweils von 08.00–17.00 Uhr

### Anmeldungen möglich per:

E-Mail: [thomas.staudinger@aknoe.at](mailto:thomas.staudinger@aknoe.at)

Web: [noe.arbeiterkammer.at/betriebsrat](http://noe.arbeiterkammer.at/betriebsrat)

### Nähere Informationen bei

Robert Schuster

[robert.schuster@aknoe.at](mailto:robert.schuster@aknoe.at)

Tel.: 05 71 71-6405