



# 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

*Zu gesunder Arbeit  
gehören immer zwei*

Seite 7



## Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Die AK Salzburg hat viel vor mit Ihnen in den kommenden Wochen und Monaten, zahlreiche spannende Veranstaltungen und Lehrgänge warten auf Ihre Teilnahme.

„Leihen Sie mir Ihr Ohr“ – damit spreche ich ganz bewusst eine Problematik an, die oft unterschätzt wird, aber oft schwerwiegende gesundheitliche Folgen für die Betroffenen hat: dauerhafte Lärmbelästigung am Arbeitsplatz. Diesem Thema widmen wir uns mit einer eigenen Veranstaltung – genauere Infos finden Sie auf den folgenden Seiten.

Aber wir ArbeitnehmerInnenschützer sind nichts ohne das tolle und wichtige Engagement, das Sie vor Ort in den Betrieben leisten. An dieser Stelle möchte ich – nicht ohne Stolz – darauf hinweisen, dass wir in Salzburg mittlerweile an die 100 Gesundheitsvertrauenspersonen ausgebildet haben, die hervorragende Arbeit leisten und denen ich an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für ihr Engagement aussprechen möchte. Und es werden noch mehr werden, denn **der nächste GVP-Lehrgang startet am 26. Mai 2015**. In diesem Sinne: Nutzen Sie unsere Angebote, wir freuen uns auf Sie!

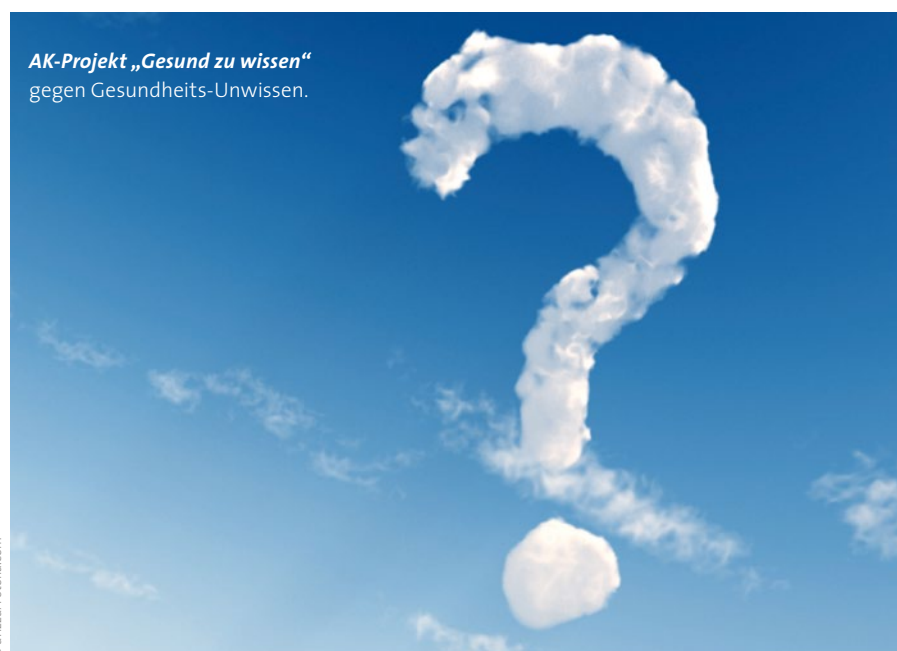
### Christian Rumplmayr

Leiter AK-Referat für ArbeitnehmerInnenschutz und Betriebliche Gesundheitsvorsorge

<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
Gesund zu wissen. Wissen, was gesund ist!	6
Zu gesunder Arbeit gehören immer zwei	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>	
Gute Arbeit durch gesunde Führung	30
Praxiswerkstatt zur Evaluierung psychischer Belastungen	30
„Wie bitte?“ – Hören und Lärm im Beruf	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>

# Gesund zu wissen. Wissen, was gesund ist!

Alarmierend: Nur in Bulgarien ist die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung schlechter als in Österreich. Viele Menschen hierzulande verstehen nicht, was ihnen der Arzt sagt, beurteilen Informationen über Krankheiten in den Medien falsch und können die Angaben auf Lebensmittelpackungen nicht richtig bewerten. Mit der Initiative „Gesund zu wissen“ hat die AK Salzburg dem ungesunden Unwissen den Kampf angesagt.



© drizzu/fotolia.com

Außerdem ein Gesundheitsquiz mit einer Version für Erwachsene sowie einer für Jugendliche. Wer 90 Prozent der Antworten weiß, kann Thermengutscheine gewinnen. AK-Präsident Siegfried Pichler: „Wir wollen damit das Bewusstsein für Gesundheitsvorsorge in allen Bevölkerungsgruppen stärken und den Menschen den Zugang zu verständlicher, unabhängiger und qualitätsgesicherter Information erleichtern.“

## AK-TIPPS FÜR EINE GESUNDE WEB-RECHERCHE

- ◆ Nur vertrauenswürdige Websites – mit Zertifikat – nutzen. Das Tool [www.discern.de](http://www.discern.de) hilft.
- ◆ Vertrauen Sie auf Ihren Hausverstand, bleiben Sie kritisch. Vergleichen Sie die Informationen von mehreren Websites.
- ◆ Besprechen Sie Informationen mit der Ärztin/dem Arzt Ihres Vertrauens.
- ◆ Alle aufgestellten Behauptungen bezüglich Risiken, Nutzen und Effizienz müssen durch Angabe von Quellen belegt sein.
- ◆ Es muss garantiert sein, dass alle erhobenen Benutzerdaten den Bestimmungen der Datenschutzrichtlinien unterliegen.
- ◆ Das Impressum muss Angaben über die verantwortlichen Personen (inkl. Kontaktdaten) und die Finanzierung des Angebotes enthalten.

**D**ie „Health Literacy Survey“ – eine Studie zur Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in acht europäischen Staaten – zeigt: Mit dem vorletzten Platz hat Österreich in diesem Bereich Nachholbedarf. Nur in Bulgarien war die Gesundheitskompetenz schlechter.

Im Bundesländervergleich liegt Salzburg ziemlich in der Mitte. 5,4 Prozent verfügen über eine exzellente Gesundheitskompetenz, 45,9 Prozent über eine ausreichende, 35,4 Prozent über eine problematische und 13,4 Prozent über eine schlechte Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz hängt außerdem stark vom sozialen Status (je niedriger,

desto geringer), vom Alter (je höher, desto geringer die Kompetenz) und von der finanziellen Lage ab. AK-Gesundheitsreferentin Karin Beer: „Bessere Gesundheitskompetenz bedeutet mehr gesunde Lebensjahre, deshalb haben wir die Initiative ‚Gesund zu wissen‘ gestartet.“

### Umfassendes Gesundheitswissen auf [www.ak-salzburg.at](http://www.ak-salzburg.at)

Die AK bietet deshalb jetzt einen umfassenden Info-Service auf ihrer Website unter [www.ak-salzburg.at](http://www.ak-salzburg.at) an: Links zu Gesundheitsseiten mit wissenschaftlich gesicherten und verständlichen Informationen und Tipps, wie man seriöse von dubiosen Angeboten unterscheidet.

# Zu gesunder Arbeit gehören immer zwei

Die AK Salzburg hat rund 100 Gesundheitsvertrauenspersonen befragt: über ihre bisherigen Erfahrungen mit ihrer Rolle im Betrieb, ihre Funktion als Bindeglied zwischen Arbeitgeber und Belegschaft sowie über konkrete Maßnahmen und Erfolge. Ein interessantes Ergebnis: Nicht nur die Geschäftsführung muss Maßnahmen zur Gesundheitsförderung unterstützen, sondern auch die Beschäftigten müssen mitspielen – was oft schwierig ist.



Umfrage unter 100 GVP brachte interessante Antworten.

Seit 2007 führt die AK Salzburg Ausbildungen zur Gesundheitsvertrauensperson (GVP) durch. Diese Kurse wurden entsprechend den betrieblichen Bedürfnissen entwickelt und werden jährlich angeboten. Mittlerweile haben insgesamt fast 100 Personen diese Ausbildung erfolgreich abgeschlossen und werden in einem Netzwerk nachhaltig in ihrer Funktion begleitet. Dazu gehört auch eine aktuelle Umfrage unter all diesen GVP, betreffend ihre bisherigen Erfahrungen.

AK-ArbeitnehmerInnenschützer Christian Rumplmayr: „Die Ergebnisse sind doppelt interessant für uns – besteht doch für die AK die Chance, sowohl positive als auch negative Angaben zu sammeln und in

künftigen Ausbildungen dementsprechend zu reagieren.“ Positiv: Mehr als drei Viertel der GVP bekommen die Möglichkeit und die Zeit, Gesundheitsthemen zu bearbeiten. Der Wermutstropfen: Im Schnitt können die Befragten nur vier Stunden pro Monat dafür verwenden, wobei manche Firmen ihren GVP auch bis zu 20 Stunden monatlich gewähren.

## Was erschwert die Arbeit als GVP?

- ◆ Umstrukturierungen im Betrieb
- ◆ Gesundheit nicht im Leitbild der Firma verankert
- ◆ Zeitmangel
- ◆ Finanzielle Mittel nicht vorhanden
- ◆ Chef steht nicht dahinter
- ◆ Männer nehmen Angebote seltener an als Frauen

- ◆ MitarbeiterInnen nehmen generell Angebote nicht an

## Was erleichtert die Arbeit als GVP?

- ◆ Guter Draht zu Geschäftsführung (GF) und Betriebsrat
- ◆ Gesundheit ist für Dienstgeber generell ein wichtiges Thema
- ◆ GF und GVP erarbeiten gemeinsam ein Jahresprogramm
- ◆ GVP und MitarbeiterInnen organisieren in Eigeninitiative Gesundheitsprojekte
- ◆ Finanzielle und personelle Mittel vorhanden

## Wie nützlich war die GVP-Ausbildung?

- ◆ Für 78 Prozent sehr nützlich
- ◆ Vernetzung und Austausch für alle sehr wichtig
- ◆ Gesetze gut kennengelernt
- ◆ Viel Info über Fördermöglichkeiten
- ◆ Ausgezeichnete Basis für den Start in Gesundheitsthemen im Betrieb

Fazit: Oft scheitern GVP einfach daran, das die GF keine personellen oder finanziellen Mittel zur Verfügung stellen. Die Mitarbeiter dahingehend zu motivieren, bei Gesundheitsprojekten mitzumachen, ist in vielen Firmen offenbar schwierig. Aber die wichtigste Erkenntnis bleibt, dass Gesundheitsvertrauenspersonen nur dann etwas bewirken können, wenn Geschäftsführung und Mitarbeiter den Sinn von Gesundheitsförderung erkennen und sich aktiv daran beteiligen wollen.

# Gute Arbeit durch gesunde Führung

1,3 Millionen Österreicherinnen und Österreicher wechseln jedes Jahr den Arbeitgeber. Führung hat dabei entscheidenden Einfluss darauf, wie gerne und wie lange jemand gesund in einer Organisation verbleibt. Studien zeigen: Die Arbeitsfähigkeit von Menschen, die mit ihrer Führung zufrieden sind, ist um das 3,6-Fache höher als bei jenen, die damit unzufrieden sind.



unmittelbare Auswirkungen auf den psychischen Druck in der Arbeit. Deshalb wollen AK und ÖGB der Auseinandersetzung mit der Thematik Führung in Organisationen mehr Raum widmen. Mit der Tagung „Gute Arbeit durch gesunde Führung“ greifen AK und ÖGB das Thema Führung als zentrales Handlungsfeld gesunder Organisationen auf und bieten Raum zur Diskussion. Führungskräften sollen dabei Wege und Mittel aufgezeigt werden, wie Führung menschengerecht und gesundheitsförderlich gelebt werden kann. Lassen Sie sich diesen spannenden Nachmittag mit namhaften Referentinnen und Referenten nicht entgehen!

**D**ass sich schlechtes Führungsverhalten unmittelbar auf den erlebten psychischen Druck in der Arbeit auswirkt, zeigt der aktuelle Arbeitsklima Index der AK für Salzburg: Je unzufriedener mit dem Führungsstil man ist, desto mehr psychischer Stress wird erlebt. 43 Prozent jener Beschäftigten, die mit dem Führungsstil gar nicht zufrieden sind, erleben starken oder eher starken Zeitdruck in der Arbeit. Umgekehrt geben nur zwei Prozent der Zufriedenen an, stark durch Zeitdruck belastet zu sein. Ob Führung als zufriedenstellend erlebt wird oder nicht, hat also

## WANN & WO

### Tagung

#### Gute Arbeit durch gesunde Führung

Teilnahme kostenlos

15.6.2015, 15.00–19.00 Uhr, Salzburg, Parkhotel Brunauer

Anmeldung unter [karin.sattlecker@ak-salzburg.at](mailto:karin.sattlecker@ak-salzburg.at) oder

Tel. 0662/86 87-407

# Praxiswerkstatt zur Evaluierung psychischer Belastungen

Die Evaluierung der psychischen Belastungen am Arbeitsplatz, seit 1. Jänner 2013 gesetzlich verpflichtend, beschäftigt immer mehr Unternehmen.

**D**ie AK Salzburg organisiert seit Einführung der Novelle mit kompetenten Partnern Informationsveranstaltungen und Schulungen. Dieser Workshop greift konkretes Wissen zur Abwicklung der Evaluierung psychischer Belastungen auf und informiert Sie über neueste Entwicklungen in diesem Bereich. Inhalt des Workshops ist, wie der Prozess der Evaluierung psychischer Belastungen aufgesetzt wird und wie wirksame Maßnahmen umgesetzt werden können.

**Referate:** Mag. Silvia Huber (AMD Salzburg) und Mag. Wilhelm Baier (Arbeitspsychologe, Coach, Trainer)

**Ort:** Salzburg, Parkhotel Brunauer, 23.6.2015, 13.00–17.00 Uhr,

Kosten: 15 Euro

Anmeldung unter [karin.sattlecker@ak-salzburg.at](mailto:karin.sattlecker@ak-salzburg.at) oder

Tel. 0662/86 87-407

## KONTAKT



Fragen zu den Veranstaltungen beantwortet

**Mag.<sup>a</sup> Karin Hagenauer**  
Arbeitspsychologin AK Salzburg

Tel.: 0662/86 87-414

[karin.hagenauer@ak-salzburg.at](mailto:karin.hagenauer@ak-salzburg.at)

# „Wie bitte?“ – Hören und Lärm im Beruf

AK, AUVA, der Arbeitsmedizinische Dienst Salzburg sowie die Gehörschutz-Anbieter Haberkorn und Hansaton laden im Juni 2015 ins Parkhotel Brunauer ein – zu einer Tagung, wo es um das oft unterschätzte Thema Lärm am Arbeitsplatz geht.

**B**ei Lärm am Arbeitsplatz denkt man unweigerlich an den Presslufthammer und Baustelle, 90 Dezibel. Bis zu 70 Dezibel Lärmbelastung in einem Großraumbüro verlangen zwar noch keinen Gehörschutz, nagen aber trotzdem an den Nerven und der Gesundheit vieler Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Aber was ist Lärm nun genau? „Lärm ist unerwünschtes Geräusch, das zu Beeinträchtigungen oder gesundheitlichen Schäden führen kann“, schreibt das IFA (Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung).

## Lärm macht krank

Geräusche können schon bei relativ niedrigen Schalldruckpegeln als lästig und störend empfunden werden. Als Folge können Stressreaktionen auftreten, die sich negativ auf das Konzentrationsvermögen und die Leistung der Beschäftigten auswirken. Daraus resultieren häufig Fehlreaktionen, die, ebenso wie die bei höheren Pegeln verminderte Signalwahrnehmbarkeit, zu einer erhöhten Unfallgefahr führen können. Bei langjähriger beruflicher Lärmeinwirkung kann es zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen – insbesondere Schädigungen des Hörvermögens – kommen. Die berufsbedingte Lärmschwerhörigkeit ist die mit Abstand häufigste Berufskrankheit in Österreich. In den letzten fünf Jahren (2009–2013) wurden fast 4.000 Fälle als Berufskrankheit anerkannt. Allein in Salzburg wurden im Zeitraum von 1.1.2010 bis 31.12.2013 gezählte 1.470 VGÜ-Lärmuntersuchungen durchgeführt.



**Bis zu 70 Dezibel** Lärm in Großraumbüros zehren an Nerven und Gesundheit.

## AK-Tagung „Wie bitte?“

In Kooperation mit mehreren Partnern veranstaltet die AK Salzburg am 22. Juni 2015 eine Tagung, die diese Problematik aufgreift. Folgende Aspekte werden im Rahmen dieser Veranstaltung behandelt werden:

- ◆ Gesetzliche Rahmenbedingungen (VOLV, PSA-VO), Rolle der SFK bei Vorliegen Lärm-Arbeitsplatz (AUVA + AK)
- ◆ Vorstellung von angepasstem Gehörschutz (Firma Hansaton) sowie verschiedenen anderen Hörschutzprodukten (Firma Haberkorn)
- ◆ Vortrag: Wirkung von Lärm auf das Hörorgan und den übrigen Körper, VGÜ Lärm (AMD)
- ◆ Lärminderungsmaßnahmen aus Sicht eines Experten (AUVA)

- ◆ In der Pause besteht die Möglichkeit, sich bei den Anbietern von Gehörschutzsystemen und der AUVA auch persönlich beraten zu lassen.

Zielgruppen dieser Veranstaltung sind primär folgende Gruppen: SVP, GVP, Betriebsrätinnen und Betriebsräte, ArbeitsmedizinerInnen und SFK.

## WANN & WO

### Tagung

„Wie bitte?“ –

**Hören und Lärm im Beruf**

22.6.2015, 13.00 bis 18.00 Uhr  
Parkhotel Brunauer,  
Teilnahme kostenlos

Anmeldung verpflichtend unter  
E-Mail [karin.sattlecker@ak-salzburg.at](mailto:karin.sattlecker@ak-salzburg.at)  
oder Tel. 0662/86 87-407