

# G'sundheit

*in unseren Betrieben*

## Projekthandbuch

*Gesundheitsförderung  
von Klein- und Mittelbetrieben in Tirol*



KMU – Projekt der Wirtschaftskammer Tirol • UNIQA  
Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft • Land Tirol  
in Kooperation mit ORF Tirol und Kronenzeitung

# 'Inhaltsverzeichnis

- 3 Synergien nutzen – die Projektpartner
- 5 Gesundes Geschäft
- 6 Dabei ist alles – die Zielgruppen  
Klar vor Augen – die Projektziele
- 8 Gesunder Erfolg bringt nutzen  
Mehr als ein roter Faden – strategien & maßnahmen  
Veränderung findet statt
- 9 Maßnahmen werden gesetzt  
Treffende Wahl
- 10 Tragende Kraft – das Konzept im detail  
Säule 1 – Coaching für UnternehmerInnen
- 12 Säule 2 – Betriebliches Gesundheitsmanagemetn Kompakt  
Säule 3 – Nachhaltige Strukturen
- 14 Chancen nutzen – Projekt-Teilnahme
- 15 DER EFFIZIENTE Prozess – Management Summary
- 16 Der Kompass – Durchführung und Begleitung des PProjekts

## ' Synergien nutzen – die Projektinitiatoren

**Präsident LA  
Dr. Jürgen Bodenseer**  
(Wirtschaftskammer Tirol):



*G'sundheit in unseren Betrieben 2004 hat gezeigt, dass die Tiroler Klein- und Mittelbetriebe großes Interesse zum Thema Gesundheit zeigen, jedoch häufig das Know-How und die finanziellen Mittel zur Umsetzung fehlen. Betriebliche Gesundheitsförderung hat einen wesentlichen Einfluss auf das Engagement der MitarbeiterInnen und damit auch auf den Unternehmenserfolg. Aus diesem Grund unterstützen wir die Tiroler Betriebe dabei, praktikable und umsetzbare Gesundheitsstrategien zu finden.*

*Thema: Strategie mit Zukunft*

### **Wirtschaftskammer Tirol**

Den betriebswirtschaftlichen Gewinn für UnternehmerInnen will die Wirtschaftskammer Tirol ins Bewusstsein rücken. Auf Basis der Studie „Gesund durchs Arbeitsleben“, mit der sich die Wirtschaftskammer Österreich bereits engagiert, die Situation von Klein- und Mittelbetrieben zu beleuchten. Mit dem Projekt „G'sundheit in unseren Betrieben“ nimmt nun die Wirtschaftskammer Tirol ihre Chance wahr, nachhaltige Strukturen und breite Vernetzung im Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung für Klein- und Mittelbetriebe zu initiieren.

**Landesdirektor  
Helmut Krieghofer**  
(UNIQA):



*UNIQA versteht sich als Gesundheitssicherer. Wir haben es uns in Tirol zum Ziel gesetzt, den Vorsorgegedanken in die Firmen zu tragen. Dabei spielt das Gesundheitsverständnis der Tiroler UnternehmerInnen eine zentrale Rolle. Nachhaltige Gesundheitsförderung im Betrieb kann zu mehreren positiven Entwicklungen führen: einerseits sind noch attraktivere Arbeitsplätze möglich, andererseits weniger Krankenstände und natürlich noch mehr Motivation.*

*Thema: Körperliches Wohlbefinden*

### **UNIQA Versicherungen AG – Landesdirektion Tirol**

Die UNIQA Versicherungen AG verfolgt das Ziel, das Bewusstsein der UnternehmerInnen für die Auswirkungen von Wohlbefinden am Arbeitsplatz weiter zu steigern. Initiativen, die einem ganzheitlichen Gesundheitsbegriff verpflichtet sind, erhöhen die Motivation und Zufriedenheit von MitarbeiterInnen nachweislich. Wir wollen nach dem Erfolg der Wahl der „gesündesten Unternehmen“ 2004 in Tirol, mit unseren Partnern weiter Akzente setzen. Unser konkretes Anliegen heuer und im kommenden Jahr 2006: die Unterstützung von Gesundheitsprogrammen für Tirols Klein- und Mittelbetriebe.

## Synergien nutzen – die Projektinitiatoren

**Direktor**  
**Dr. Martin Rieder**  
(SVA):



*Gesundheit hat ihren Anfang im Denken! Die SVA will durch die Aktion „G’sundheit in unseren Betrieben“ das Gesundheitsbewusstsein stärken und damit einen Beitrag zum allgemeinen Wohlbefinden leisten. Die SVA will dabei als unterstützender Partner auftreten und Möglichkeiten für die Betriebliche Gesundheitsförderung aktiv unterstützen.*

*Thema: Sozialer Einbindung*

### **Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft (SVA)**

Die SVA möchte mit dem Projekt „G’sundheit in unseren Betrieben“ vor allem jene UnternehmerInnen in Tirol unterstützen, die als Selbständige allein arbeiten oder Klein- und Mittelbetriebe leiten. Der SVA ist wichtig, das Gesundheitsbewusstsein zu stärken und damit einen Beitrag zum allgemeinen Wohlbefinden zu leisten.

**Landesrätin**  
**Dr. Elisabeth Zanon**  
(Land Tirol):



*Der Gesundheit kommt zunehmend ein höherer Stellenwert im Rahmen unseres Arbeitslebens zu. Unsere Gesundheit hängt neben körperlichen und sozialen Faktoren auch entscheidend davon ab, wie wir Belastungen wahrnehmen und damit umgehen. Geistige Vitalität und psychische Gesundheit sind somit wichtige Voraussetzungen für Wohlbefinden und Lebensfreude.*

*Thema: Geistige Vitalität*

### **Das Land Tirol**

Die Sensibilisierung zum Thema „G’sundheit in unseren Betrieben“ und ihre nachhaltige Umsetzung in einem klar definierten Umfeld – den Klein- und Mittelbetrieben – verfolgt das Land Tirol als Partner des Projekts. Um Gesundheit im ganzheitlichen Sinn (körperlich, psychisch und sozial) jenen Stellenwert zu geben, den sie in unserem Arbeitsleben einnehmen sollte.

## Synergien Nutzen – die Kooperationspartner

FGÖ - Fonds Gesundes Österreich  
AUVA – allgemeine Unfallversicherungsanstalt  
Österreichisches Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung

## 'Gesundes Geschäft

Während sich Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) in großen Unternehmen bereits etablieren konnte, ist BGF in Klein- und Mittelunternehmen (KMU) noch kaum zu finden. Obwohl gerade in Tirol den Klein- und Mittelbetrieben eine herausragende Bedeutung beigemessen werden muss: Sie beschäftigen 69 Prozent aller ArbeitnehmerInnen. Damit zeigt sich der klare Handlungsbedarf in kleinen Unternehmen.

Es ist ein offenes Geheimnis: Ein Betrieb ist nur so gesund wie die Menschen, die darin arbeiten. Die Qualität der menschlichen Arbeit, eine neue Präventionskultur und Wohlbefinden bei der Arbeit in seiner bio-psycho-sozialen Dimension stehen daher im Mittelpunkt moderner Unternehmensstrategien. Für Gewinner auf allen Seiten.

UnternehmerInnen kommt in diesem Prozess eine ganz besondere Rolle zu, denn nur wer seine eigenen Potenziale, Fähigkeiten und Ressourcen kennt, kann auch MitarbeiterInnen in deren Entwicklung unterstützen. Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) gilt es daher als Gemeinschaftsaufgabe im Unternehmen zu begreifen: Denken und Handeln im Sinn von bio-psycho-sozialer Gesundheit muss auf allen Ebenen gewollt, gefördert und mit eigener Überzeugung betrieben werden.

Gesundheits- und Unternehmensziele beschreiben nicht Gegensätze, sondern einen untrennbaren Weg zu nachhaltigem Erfolg. Grund genug, Betriebliche Gesundheitsförderung als elementaren Bestandteil einer erfolgsorientierten Personal- und Führungspraxis zu integrieren. Das Tiroler Projekt „G'sundheit in unseren Betrieben“ bietet die einmalige Chance dazu und beweist in einem dynamischen, nachvollziehbaren Prozess: Gesundheit ist lebbar.

## **Dabei sein ist alles – die Zielgruppen**

Der Glaube „das sei nur etwas für die Großen“ und die fehlenden organisatorischen wie finanziellen Ressourcen hielten sie bisher von der Durchführung ab: UnternehmerInnen von Tiroler Klein- und Mittelunternehmen, die ihre Möglichkeiten hinsichtlich der Betrieblichen Gesundheitsförderung deutlich unterschätzt haben. Mit dem Projekt „G’sundheit in unseren Betrieben“ wird nun dem Bedürfnis und der Notwendigkeit Rechnung getragen, auch in Tiroler Betrieben vermehrt Gesundheitsförderung zu realisieren. Diese Chance nützen können:

- AlleinunternehmerInnen
- UnternehmerInnen von Kleinstbetrieben
- Tiroler UnternehmerInnen von Betrieben bis zu 50 MitarbeiterInnen, die noch keinen persönlichen Zugang zum Thema Gesundheit und Arbeit haben.
- UnternehmerInnen von Klein- und Mittelbetrieben aus den neun Bezirken Tirols.
- Tiroler Klein- und Mittelbetriebe aus den neun Bezirken Tirols.
- MitarbeiterInnen der ausgewählten Betriebe.

## **Klar vor Augen – die Projektziele**

Wirtschaft und Wissenschaft sind sich einig: Arbeitsplätze sollen der Förderung von physischem, psychischem und sozialem Wohlbefinden dienen. Mit dem Projekt „G’sundheit in unseren Betrieben“ starten deshalb – erstmals auch in Tirol – nachhaltige Initiativen zum Thema bio-psycho-soziale Gesundheit in Klein- und Mittelunternehmen (KMU).

Die Wahl des gesündesten Betriebes in Tirol 2004 zeigte den Bedarf: Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) wird vor allem in großen Unternehmen zum Thema gemacht. Kleinen Betrieben fehlt es derzeit noch an Know-how und finanziellen Ressourcen, um BGF auch in ihr Umfeld zu integrieren. Aus diesem Grund wird innerhalb der nächsten zwei Jahre Betriebliche Gesundheitsförderung im Rahmen einer langfristigen Informations- und Sensibilisierungskampagne den Klein- und Mittelunternehmen zugänglich gemacht. Treffsicher werden dabei folgende Ziele verfolgt:

1. Die Bedeutung von Betrieblicher Gesundheitsförderung für Tiroler UnternehmerInnen wird aufgezeigt:
  - Sensibilisierung für das Themenfeld Gesundheit – Wohlbefinden – Arbeit,
  - Beratung und Coaching zum Thema Betriebliche Gesundheitsförderung,
  - Nutzen und Inhalte von Betrieblicher Gesundheitsförderung werden UnternehmerInnen vermittelt, damit ein konkretes Umsetzungsverständnis entsteht.
2. Ausgewählte Aspekte von Betrieblicher Gesundheitsförderung wie Psychosoziale Gesundheit, Umgang mit Stress oder Schlaf und Erholung werden für EinzelunternehmerInnen thematisiert und bearbeitet.

3. Zum Thema Betriebliche Gesundheitsförderung werden 100 UnternehmerInnen innerhalb der nächsten zwei Jahre gecoacht. Berücksichtigt wird dabei ein Frauenanteil von 50 Prozent.
4. In acht Betrieben werden spezifische Gesundheitsfördernde Projekte durchgeführt. In Frage kommen dafür Betriebe bis zu 50 MitarbeiterInnen aus den Branchen Gewerbe, Handel, Industrie, Information und Consulting, Tourismus und Verkehr.
5. Kostenfaktor: Die UnternehmerInnen werden im Rahmen des Projektes „G'sundheit in unseren Betrieben“ großzügig unterstützt, um BGF für sie möglich zu machen.
6. Auf der Grundlage von wissenschaftlichen Standards kommen Coachinginstrumente und Tools der Gesundheitsförderung zum Einsatz, die für die UnternehmerInnen einen sofort erkennbaren Nutzen bieten. Individuelle, gesundheitsrelevante Handlungsmuster werden dabei aufgezeigt, sowie einfache und klare Optimierungsmöglichkeiten demonstriert.
7. Erreicht werden sollen UnternehmerInnen mit einer aktiven Beteiligung in beiden Säulen (UnternehmerInnen Coaching und Betriebliche Gesundheitsförderung Kompakt).
8. Multiplikatoren für die einzelnen Branchen werden entstehen.
9. Die Betreuung und Reflexion des Projektes in unterschiedlichen Arbeitsbereichen führt dazu, das Thema „Gesundheit und Arbeit“ branchenübergreifend zu diskutieren und dementsprechende Synergieeffekte nutzen zu können.

## **Gesunder Erfolg bringt Nutzen**

*... für den Betrieb:*

Die Förderung von Betrieblicher Gesundheit steigert die Qualität des Arbeitsplatzes genauso wie die Zufriedenheit der MitarbeiterInnen und der daraus resultierenden Motivation, sich für den Betrieb voll und ganz einzusetzen. Damit wird langfristig die Produktivität, Innovationskraft und Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens ausgebaut. Die im Zuge des Projektes einfließende Weiterbildung zu den Themen Mitarbeiterführung, Kommunikation, Führungsstil und gesundheitsorientierte Gestaltung des Arbeitsplatzes, unterstützt die Arbeitskraft jedes Einzelnen und schafft nachhaltige Strukturen für Betriebliche Gesundheitsförderung.

*... für die MitarbeiterInnen:*

Die Reduktion von Belastungen im Unternehmen wirkt sich für MitarbeiterInnen auf den Erhalt, die Förderung und Verbesserung ihrer Gesundheit günstig aus. Bereits vorhandene positive Bedingungen und Gesundheitspotenziale werden gestärkt sowie eine partnerschaftliche und wertschätzende Unternehmenskultur ausgebaut. Dabei erfolgt nicht nur eine auf den Arbeitsplatz orientierte Gesundheitsförderung, sondern auch die Sensibilisierung für pro-aktives Verhalten bezüglich der eigenen Gesundheit im gesamten Lebensumfeld.



## **Mehr als ein roter Faden – Strategien & Maßnahmen**

Das Vorhaben, in Tiroler Klein- und Mittelunternehmen die Möglichkeiten für eine „gesunde Zukunft“ aufzuzeigen sowie dementsprechende Initiativen umzusetzen, bedarf gut durchdachter Konzepte. Allein auf diese Weise können sinnvolle und nachhaltige Verbesserungen zustande kommen. Dafür gehen die Initiatoren von „G’sundheit in unseren Betrieben“ einen konsequenten Weg.

### **Veränderung findet statt**

- Medien werden strategisch wirksam genutzt: Beiträge im ORF, in der Kronenzeitung und in der Tiroler Wirtschaft informieren und sensibilisieren während der gesamten Projektdauer.
- 100 UnternehmerInnen profitieren von einer individuell abgestimmten mentalen und körperlichen Beratung (Coaching).
- Projekte zur Betrieblichen Gesundheitsförderung werden praktisch umgesetzt.
- Erfahrungen, Ergebnisse und Umsetzungsstrategien der Projekte zur Betrieblichen Gesundheitsförderung werden über eine Informationsplattform abrufbar.

### **Maßnahmen werden gesetzt**

Konzepte können noch so gut sein, ihr wahrer Erfolg zeigt sich erst in der praktischen Umsetzung. Das Projekt „G’sundheit in unseren Betrieben“ setzt deshalb auf Handlungskonsequenz

- in einer langfristigen Informationskampagne (monatliche Berichterstattung).
- beim individuellen UnternehmerInnen-Coaching.
- in Kompakt-Projekten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung.
- bei der Schaffung einer Informationsplattform zur Unterstützung von Betrieblicher Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelbetrieben.

### **Treffende Wahl**

Die Auswahl von UnternehmerInnen und Klein- und Mittelbetrieben, die sich im Rahmen des Projektes „G’sundheit in unseren Betrieben“ für das UnternehmerInnen-Coaching und/oder das Kompakt-Projekt zur Betrieblichen Gesundheitsförderung bewerben, erfolgt nach klaren Kriterien hinsichtlich der

- Branchen (Gewerbe, Handel, Industrie, Information und Consulting, Tourismus und Verkehr),
- Regionalen Aufteilung (möglichst gleichmäßige Aufteilung auf die Tiroler Bezirke),
- Aufteilung nach Geschlecht (50 Prozent Teilnehmerinnen),
- Größe des Betriebes (bis maximal 50 MitarbeiterInnen).

# Tragende Kraft – Das Konzept im Detail

## Säule 1 – Coaching für UnternehmerInnen



AlleinunternehmerInnen sowie Kleinst- und Kleinbetriebe mit bis zu vier Personen werden für die erste Projekt - Säule angesprochen, um die Bereitschaft zur Förderung des eigenen Wohlbefindens im Kontext „Lebenswelt Arbeit“ zu schaffen. Als Modell für eine Zielgruppe, zu der in Tirol über 40 Prozent der UnternehmerInnen gezählt werden können – Tendenz steigend. Die Seminare haben Impulscharakter, um UnternehmerInnen in die Lage zu versetzen, ihre eigene Gesundheit zu reflektieren, ihre Motivation für Veränderungen zu stärken und angeregt zu werden, eigenständig aktiv zu bleiben.

Das persönliche Gesundheitsbewusstsein der UnternehmerInnen in Betrieben von bis zu vier MitarbeiterInnen hat grundlegende Auswirkungen: Sensibilisiert durch die Erfahrungen im Kontext „Säule 1“ steht der Impuls zur aktiven Umsetzung von betrieblicher Gesundheitsförderung im Betrieb im Vordergrund. Neben den die Gesundheit fördernden und Gesundheit beeinträchtigenden Denk- und Handlungsmustern, der Aktivierung eigener Ressourcen und der verbesserten Wahrnehmung von Gesundheit förderlichen Kontexten.

Über die Wirtschaftskammer und die Medienpartner erfolgt ein breit angelegter Aufruf zur Teilnahme am Projekt „G’sundheit in unseren Betrieben“. Unter den BewerberInnen werden 100 UnternehmerInnen ausgewählt und in persönlichen Gesprächen über den weiteren Verlauf informiert.

## Lebensstilanalyse – Analysegespräch

In einem persönlichen Gespräch wird die derzeitige Situation (Unternehmen, MitarbeiterInnen, etc.) und der Lebensstil (Bewegung, Regeneration, Ernährung, etc.) der UnternehmerInnen in Bezug auf relevante Gesundheitsthemen besprochen. (50 Minuten). Darüber hinaus informiert ein Expertenteam über den genauen Ablauf des Coachings für UnternehmerInnen, womit die Basis für das UnternehmerInnen-Seminar „G’sundheit in unseren Betrieben“ geschaffen wird.

*Zwei Tage für „G’sundheit in unseren Betrieben“ – UnternehmerInnen Seminare*

### Im UnternehmerInnen-Seminar werden die Teilnehmer durch folgende Bereiche geführt.

- Arbeit und Gesundheit – ein Widerspruch? Neue Sichtweisen in einer sich rasch verändernden Welt.
- Erkenne Dich selbst – die 16 Motive unseres Handelns
- Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht – körperlich, geistig und soziale Dimensionen
- Konkrete Umsetzungen im Alltag
- Bewegung – Ernährung – Entspannung: Körperliches Wohlbefinden als Basis für geistige Vitalität
- etc

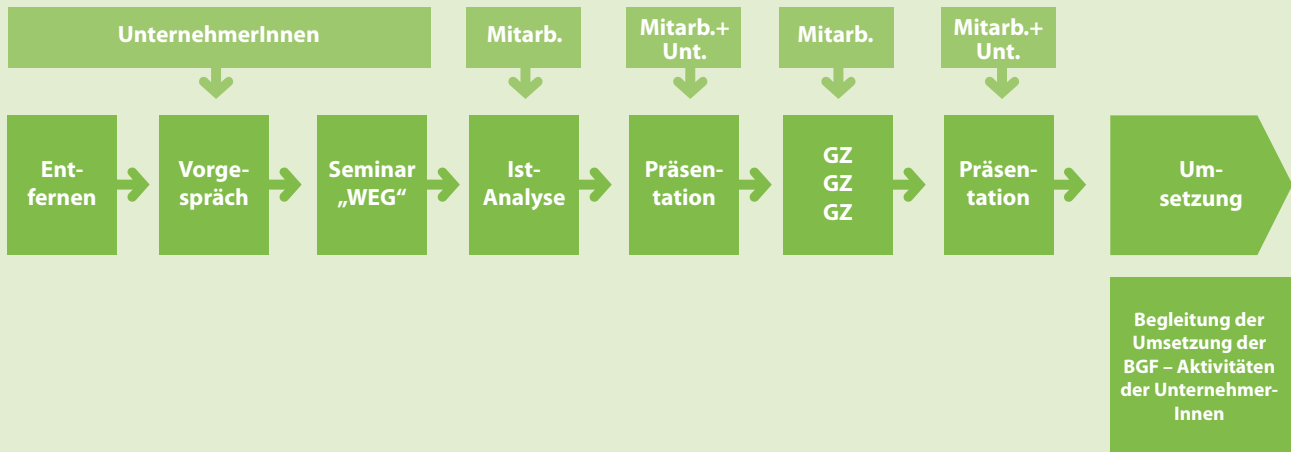
## **Beratung mit Stil – UnternehmerInnen-Coaching**

Je nach individuellem Bedarf der UnternehmerInnen erfolgt nach dem zweitägigen Seminar ein individuelles Coaching, welches die bio-psycho-sozialen Aspekte umfasst. Zur Verfügung stehen Potentialanalysen zur Entwicklung und Stärkung mentaler Ressourcen, Messung körpereigener Rhythmen und die Analyse der körperlichen Fitness mittels verschiedener Körperscreeningverfahren.

### **Wirkung zeigen - Erfahrungsaustausch**

Nach einigen Monaten wird den UnternehmerInnen der Rahmen geboten, sich über die Erfahrungen im Coaching-Prozess und den Auswirkungen auf ihre Gesundheit auszutauschen. Den Schwerpunkt dieser moderierten Reflexion bildet die Umsetzung der erhaltenen Impulse im betrieblichen Kontext.

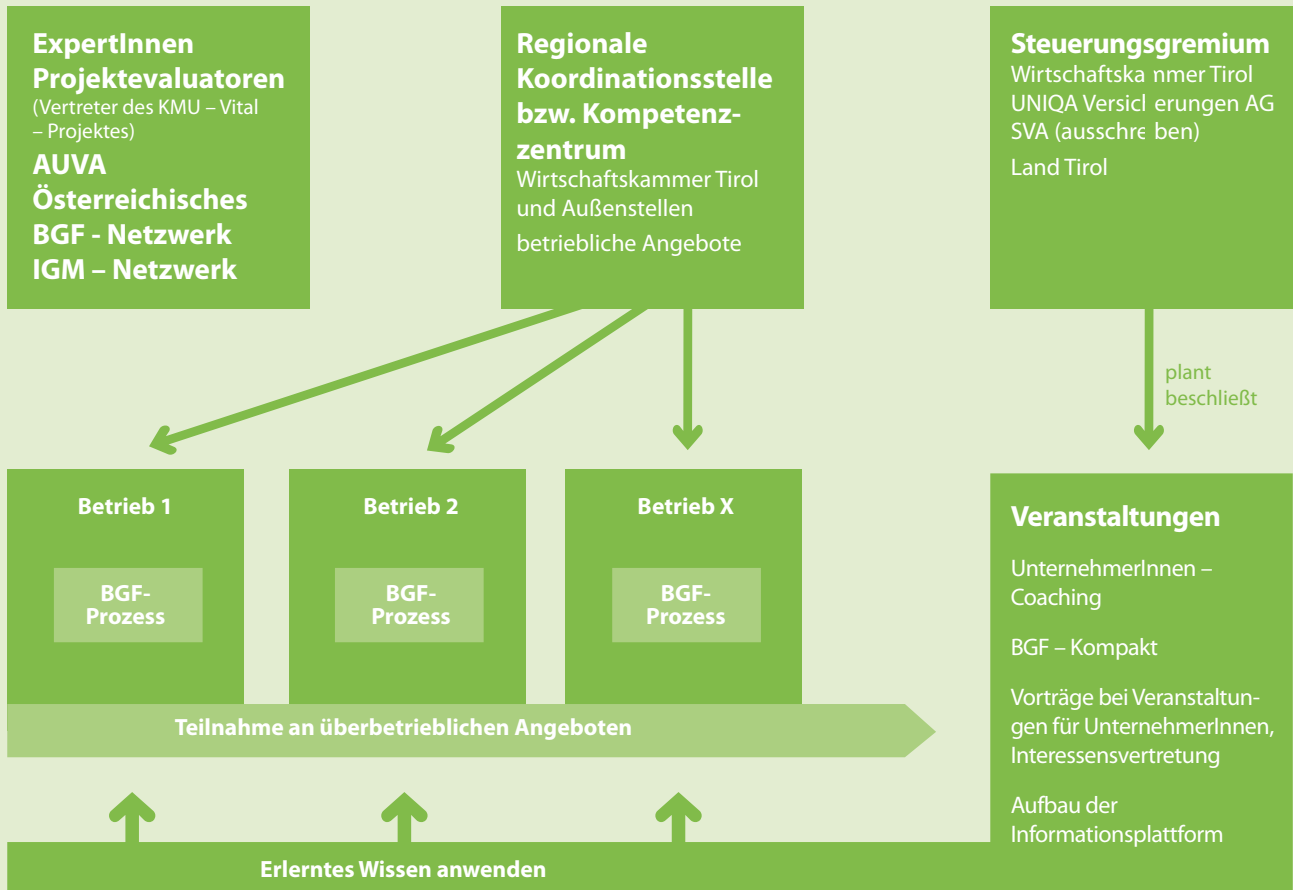
## Säule 2 – Betriebliche Gesundheitsförderung Kompakt



Acht Tiroler Kleinbetriebe mit unterschiedlichen Betriebsgrößen werden bei der Durchführung von Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung betreut. Anwendung findet dafür ein modulares Programm, das speziell auf den Kontext von Kleinbetrieben abgestimmt wurde und den Methoden von „Gesund durchs Arbeitsleben“ entspricht – eine im Jahr 2004 von der Wirtschaftskammer in Auftrag gegebene und von Fonds Gesundes Österreich geförderte Studie.

Den Auftakt bilden UnternehmerInnen-Seminare, die nach Vorbild des Lehrprogramms „Wirtschaftlicher Erfolgsfaktor Gesundheit“ (WEG) vom Österreichischen Netzwerk BGF erfolgen. In Anlehnung an ein eher umfassendes Programm von Betrieblicher Gesundheitsförderung in Großunternehmen wurden kompaktere, zeitlich komprimierte Abläufe entwickelt, die speziell auf die Bedingungen der Klein- und Mittelbetriebe Rücksicht nehmen. In den acht ausgewählten Tiroler Unternehmen werden die Kompakt-Programme durchgeführt und die Umsetzung der Maßnahmen begleitet. Die Projekte dienen langfristig auch als „Best practice“ Beispiele für interessierte UnternehmerInnen, die künftig selbst Betriebliche Gesundheitsförderung in ihren Unternehmen integrieren wollen.

### Säule 3 – Nachhaltige Strukturen



Mit den gewonnenen Erfahrungen aus Säule 1 – Coaching für UnternehmerInnen und Säule 2 – Betriebliche Gesundheitsförderung Kompakt, sowie den Erkenntnissen aus dem Schweizer „KMU Vital“-Projekt, wird eine Informationsplattform geschaffen. Damit soll ein Beitrag zur Weiterentwicklung und Verbreitung von Betrieblicher Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelunternehmen geleistet werden. Die durchgeführten UnternehmerInnen-Coachings und die BGF Kompakt-Projekte werden dafür dokumentiert, die Erfahrungen, Methoden und Vorgehensweisen schriftlich festgehalten.

Über ein Internetportal wird der Zugang zu durchgeführten Programmen, zu Handlungsanleitungen für die Umsetzung von Betrieblicher Gesundheitsförderung sowie der Kontakt zu Netzwerkpartner ermöglicht. Für die Empfehlung von Betrieb zu Betrieb.

## **Chancen nutzen – Betriebliche Gesundheitsförderung in Ihrem Betrieb**

Es braucht die gewisse Neugierde. Wissen zu wollen, wo das Potenzial zur Verbesserung im Unternehmen liegt – mit allen positiven betriebswirtschaftlichen Folgen. Genauso braucht es die grundsätzliche Entscheidung, Betriebliche Gesundheitsförderung als Erfolgsfaktor für sich und seine MitarbeiterInnen nutzen zu wollen. Dann ist der Weg von der Idee zur Umsetzung nicht mehr weit:

### **Anmeldung**

Die Medienpartner (ORF Tirol, Kronenzeitung und Tiroler Wirtschaft) rufen zur Teilnahme an der Aktion auf und verweisen interessierte UnternehmerInnen auf die ORF Tirol bzw. auf die WK Homepage, um nähere Informationen zu dem Projekt „G`undheit in unseren Betrieben“ zu erhalten und zum Anmeldeformular zu gelangen.

Informationen zu dem Projekt und das Anmeldeformular liegen auf der Homepage der Wirtschaftskammer Tirol ([wko.at/tirol](http://wko.at/tirol)). Erfasst wird neben Name und Adresse der Anmeldenden auch die Region, in der das Unternehmen angesiedelt ist, die Branche, der das Unternehmen angehört, die Größe des Betriebs und das Geschlecht der Unternehmensführung, da diese Informationen Grundlage zur Auswahl der UnternehmerInnen sind.

Interessierte UnternehmerInnen können sich aber auch direkt bei der Telefonhotline der Wirtschaftskammer Tirol zu dem Thema „G`undheit in unseren Betrieben“ informieren. Über diesen Weg können die Anmeldeformulare auch als Fax oder über den Postweg an die UnternehmerInnen geschickt werden. (Telefonhotline Service-Point der Wirtschaftskammer Tirol Tel: 05 90 90 5 -1111)

Nach einem Anruf bei der Wirtschaftskammer Tirol, um Name, Postadresse oder Faxnummer anzugeben, erhalten BewerberInnen ein Anmeldeformular zugesandt (Fax oder Post), das ausgefüllt wieder an die Wirtschaftskammer Tirol retourniert wird (Fax oder Post).

# Der effiziente Prozess – Management Summary

## Das Ziel

Im Juli 2005 geht es los. Zwei Jahre lang soll Betriebliche Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelbetrieben durch langfristig ausgerichtete Informations- und Sensibilisierungskampagnen (ORF, Kronenzeitung, Tiroler Wirtschaft) bekannt gemacht und in ausgewählten Tiroler Betrieben umgesetzt werden.

## Das Konzept: 3 Säulen

### Säule 1 – Coaching für UnternehmerInnen

Das Coaching soll AlleinunternehmerInnen und UnternehmerInnen von Klein- und Mittelbetrieben sensibilisieren und motivieren, sich mit den Themen Arbeit, Gesundheit und Wohlbefinden eingehender auseinanderzusetzen. 100 Tiroler UnternehmerInnen können von einem Coaching profitieren und damit zu Multiplikatoren für ihre MitarbeiterInnen werden.

### Säule 2 – Betriebliche Gesundheitsförderung Kompakt

Acht Tiroler Betriebe mit unterschiedlichen Betriebsstrukturen werden bei der Durchführung von Betrieblicher Gesundheitsförderung betreut. Ein modulares Programm – speziell auf die Bedürfnisse in Klein- und Mittelbetrieben abgestimmt – kommt dafür zum Einsatz. Rund 100 MitarbeiterInnen werden dabei erreicht, die umgesetzten Programme der Betrieblichen Gesundheitsförderung dienen langfristig als „Best practice“ - Beispiele.

### Säule 3 – Nachhaltige Strukturen

Als Beitrag zur Weiterentwicklung und Verbreitung von Betrieblicher Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelunternehmen (KMU) finden die Erfahrungen aus Säule eins und zwei auf einer Informationsplattform Platz. UnternehmerInnen können sich dort über verschiedene Themen der Betrieblichen Gesundheitsförderung informieren, Handlungsanleitungen zur eigenen Umsetzung von Förderprogrammen finden und mit verschiedenen Netzwerkpartnern für die Durchführung von Gesundheitsinitiativen in Kontakt treten.

# Der Kompass – Durchführung und Begleitung des Projekts

## Institut für Gesundheitsmanagement (IGM)

Unsere Grundannahmen leiten unser Denken und Handeln. Wir sehen „Die Gesundheit“ als einen Prozess, den jeder Mensch in Eigenverantwortung gestaltet und entwickelt. Gesundheit setzt sich aus körperliche, psychische und soziale Faktoren zusammen – die drei Säulen unserer Arbeit.

Im Einzelcoaching, in Seminarform und in Projekten geben wir unser Wissen weiter. Einer unserer Arbeitsschwerpunkte bildet die Entwicklung und Umsetzung von Programmen, die es Unternehmen ermöglichen und erleichtern, ihren MitarbeiterInnen ein attraktives und gesundheitsorientiertes Arbeitsumfeld zu bieten.

Geschaffene Strukturen, der Umgang miteinander, sowie sinnvolle Arbeitsinhalte und Arbeitsbedingungen sind nur einige Themen aus der Personal – und Organisationsentwicklung, die die Gesundheit der Mitarbeiter und Führungskräfte entscheidend beeinflussen. Unser Beratungsansatz führt die Themen des Gesundheitsmanagements mit den Inhalten der Personal - und Organisationsentwicklung zusammen – als ganzheitliches Verständnis von Wohlbefinden, Motivation und Leistungsbereitschaft.

Als direkte Ansprechpartner von Betrieben sehen wir uns als Bindeglied zwischen gesundheitsfördernden Institutionen wie dem nationalen und internationalen Netzwerk zur Betrieblichen Gesundheitsförderung, dem Fonds Gesundes Österreich und den einzelnen Unternehmen. Oberstes Ziel ist es, das aktuelle Wissen der Betrieblichen Gesundheitsförderung aufzugreifen, in neue Projekte einfließen zu lassen und praxisorientiert weiterzuentwickeln.

Wir bieten unseren Kunden individuelle Lösungen. Durch ein interdisziplinäres Team aus Sportwissenschaftlern, Psychologen, Medizinerinnen sowie Personal – und Organisationsentwicklern setzen wir gemeinsam mit unseren Kunden für die Themen der Zukunft die Schritte in der Gegenwart.

### **Kontakt:**

Institut für Gesundheitsmanagement (IGM)  
Körnerstraße 16  
6020 Innsbruck  
Tel.: 0512-361620  
Email: [office@igm-saluto.com](mailto:office@igm-saluto.com)

*„Wo Gesundheit fehlt kann Weisheit nicht offenbar werden,  
Kunst kann keinen Ausdruck finden  
Stärke kann nicht kämpfen,  
Reichtum ist wertlos  
Und Klugheit kann nicht angewandt werden.“*

*(Herophilus / Alexandria, 300 v. Chr.)*