

# BETRIEBLICHE GESUNDHEITS- FÖRDERUNG

Lehrgang

November 2016 bis

September 2017

In Kooperation mit

**OÖ GKK**  
FORUM GESUNDHEIT

**AK**  
Oberösterreich





**Dr. Johann Kalliauer**  
AK-PRÄSIDENT

## **GESUND IM BETRIEB – VOM BERUFSEINSTIEG BIS ZUR PENSION**

Sehr geehrte Damen und Herren!  
Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Der Druck in der Arbeitswelt steigt und damit auch die seelischen und körperlichen Belastungen. Gleichzeitig sollen die Menschen immer länger arbeiten gehen. Eine gut geplante und konsequent umgesetzte Betriebliche Gesundheitsförderung kann dabei helfen, bis zur Pension und darüber hinaus gesund zu bleiben. Sie zielt darauf ab, die Bedingungen, Abläufe und Entscheidungsprozesse im Unternehmen so zu gestalten, dass Erwerbsarbeit zur Gesundheit und zum Wohlbefinden von Arbeitnehmern/-innen beitragen kann.

Voraussetzung für die Nachhaltigkeit von gesundheitsbezogenen Maßnahmen ist das Zusammenwirken von Unternehmensleitung, Arbeitnehmervertretung und Präventivfachkräften. Wir freuen uns, wenn auch Ihr Unternehmen an der Umsetzung Betrieblicher Gesundheitsförderung interessiert ist und wir Sie von der Idee bis zur konkreten Umsetzung begleiten dürfen.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Johann Kalliauer  
AK-Präsident

## Inhalte des Lehrgangs

- ▶ Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung
- ▶ Gemeinsamkeiten und Abgrenzung von Betrieblicher Gesundheitsförderung und Evaluierung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz
- ▶ Einflussfaktoren auf die Gesundheit in allen Altersgruppen
- ▶ Gesundheitsanalyse als Grundlage von Interventionen
- ▶ Praxisbeispiele aus verschiedenen Betrieben und Branchen
- ▶ Umsetzungsstrategien für den eigenen Betrieb erarbeiten: in den Bereichen Körper und Psyche, gesundheitsgerechte Arbeitsplatzgestaltung und Arbeitsorganisation, Führung und Betriebskultur
- ▶ Grundlagen des Projektmanagements

Der Fokus des Lehrgangs liegt auf der Nutzung von **Synergien** zwischen **Betrieblicher Gesundheitsförderung** und **Evaluierung psychischer Belastungen** am Arbeitsplatz.

## Lehrgangsziele

- ▶ Die Teilnehmer/-innen erkennen, wie sich soziale, organisatorische und wirtschaftliche Faktoren im Betrieb auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter/-innen und auf die Unternehmensentwicklung auswirken.
- ▶ Die Absolventen/-innen sind befähigt, BGF-Projekte im eigenen Betrieb zu planen und umzusetzen.
- ▶ Die Teilnehmer/-innen sind in der Lage, die Synergien aus den beiden Prozessen Betriebliche Gesundheitsförderung und Evaluierung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz zu erkennen und zu nützen.



## Zielgruppe

- ▶ Betriebsratsmitglieder
- ▶ Sicherheitsvertrauenspersonen
- ▶ Sicherheitsfachkräfte
- ▶ Arbeitsmediziner/-innen
- ▶ Arbeitspsychologen/-innen
- ▶ Führungskräfte und Personalverantwortliche



### HINWEIS

Die Teilnahme von zwei Personen mit unterschiedlichen Funktionen aus einem Betrieb (Tandem) wird empfohlen und ist ausdrücklich erwünscht!

## Voraussetzungen

- ▶ Die Auseinandersetzung mit dem Thema Betriebliche Gesundheitsförderung liegt im Interesse des Unternehmens.
- ▶ Grundlagenwissen im Bereich Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz ist vorhanden.
- ▶ Erfahrungen in der Projektorganisation sind von Vorteil.

## Verpflichtende Informationstreffen

Bevor der Lehrgang startet, ist für alle Teilnehmer/-innen der Besuch eines Informationstreffens verpflichtend. Zwei Termine stehen zur Wahl:

- ▶ **Dienstag, 31. Mai 2016, 15:00 bis 18:00 Uhr**  
(Anmeldeschluss: 23. Mai 2016)
- ▶ **Dienstag, 5. Juli 2016, 14:00 bis 17:00 Uhr**  
(Anmeldeschluss: 27. Juni 2016)

Die Informationstreffen finden im Ausweichquartier des AK-Jägermayrhof statt: FAB-Gebäude, Industriezeile 47a, 4020 Linz.

Anmeldungen per Mail an [hellrigl.r@akooe.at](mailto:hellrigl.r@akooe.at) oder mittels Anmeldeabschnitt (siehe Umschlagklappe).

## Ablauf und Termine des Lehrgangs

Der Lehrgang gliedert sich in fünf Module, die verpflichtend absolviert werden müssen. Zusätzlich gibt es drei freiwillige Angebote. Detaillierte Informationen zu den Modulinhalten werden bei den Informationstreffen präsentiert.

**MODUL I: 2. bis 4. November 2016**

**MODUL II: 5. bis 7. Dezember 2016**

**MODUL III: 7. bis 9. März 2017**

**MODUL IV: 30. Mai 2017**

**MODUL V: 26. September 2017**

### Freiwillige Angebote:

„Was tun bei Mobbing & Burnout?“

29. Mai 2017, 8:30 bis 17:30 Uhr

„Ernährung im Betrieb“

25. September 2017, 8:30 bis 12:15 Uhr

„Betriebliche Suchtprävention“

25. September 2017, 13:45 bis 17:30 Uhr

## Praxisprojekt

Im Praxisprojekt erwerben die Teilnehmer/-innen Kenntnisse zur **Planung** und **Durchführung** eines Projektes im Rahmen Betrieblicher Gesundheitsförderung. Diese werden parallel zum Lehrgang im eigenen Betrieb umgesetzt. Das Projekt soll im Lehrgangszeitraum zumindest soweit aufbereitet werden, dass im Unternehmen die Entscheidung für den Start eines Projektes Betrieblicher Gesundheitsförderung möglich ist. Für die Begleitung steht ein Coaching-Team zur Verfügung. Der Zeitaufwand für das Praxisprojekt beträgt rund 60 Stunden.

## Veranstaltungsort

Die Lehrgangsmodule ab November 2016 finden im general-sanierten und wiedereröffneten AK-Bildungshaus Jägermayrhof, Römerstraße 98, 4020 Linz, statt.



## Nähere Informationen zum Lehrgang

Auskünfte zum Lehrgang erhalten Sie bei Lehrgangsleiterin Mag.<sup>a</sup> Helga Hocheneder: per Mail an [hocheneder.h@akooe.at](mailto:hocheneder.h@akooe.at) oder telefonisch unter +43 (0)50/6906-5447.

## Anmeldung zum Lehrgang

Anmeldungen zum Lehrgang sind bis **16. September 2016** möglich: per Mail an [hellrigl.r@akooe.at](mailto:hellrigl.r@akooe.at).

## Teilnahmebeitrag

Der Teilnahmebeitrag beträgt 700 Euro und beinhaltet Ausbildungs- und Aufenthaltskosten.

Bei erfolgreichem Abschluss des Lehrgangs (90 Prozent Anwesenheit, Praxisprojekt absolviert) wird dieser Mitgliedern der Arbeiterkammer Oberösterreich refundiert.

## Zertifikat

Der Lehrgang entspricht den Qualitätskriterien der oö. Erwachsenenbildungseinrichtungen (EB-Qualitätssiegel OÖ). Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem EB-Zertifikat bestätigt. Weitere Informationen dazu unter [www.cb-ooe.at](http://www.cb-ooe.at).



Die Veranstaltung ist für den VÖSI-Weiterbildungsnachweis mit drei Punkten approbiert.



## REFERENTEN/-INNEN



**Mag.<sup>a</sup> Brigitta Gruber,**  
arbeitsleben e.U.  
Arbeits-/Sozialpsychologin, Beraterin  
für Betriebliche Gesundheitsförderung,  
Sicherheitsfachkraft

### Schwerpunkte:

- ▶ Gesundheitsfördernde Führung – „Anerkennender Erfahrungsaustausch“ und andere wertschätzende Dialoge
- ▶ Beraterin für altersgerechte Arbeitswelten und Arbeitsbewältigungs-Coaching
- ▶ Psychologische Arbeitszeitgestaltung und Gefährdungsbeurteilung



**Mag. Gernot Loitzl,**  
Unternehmensberater für Betriebliche  
Gesundheitsförderung, diplomierter Coach  
und Organisationsberater, Ernährungswissenschaftler, Trainer

### Arbeitsgebiete/Schwerpunkte:

- ▶ Leitung und Begleitung von Projekten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung, Gesundheitszirkel und andere partizipative Methoden, „Gesundheitsfördernde Mitarbeiterführung“ – Weiterbildung von Führungskräften, Betriebliche Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelbetrieben





### **Dr. Paul Scheibenpflug,**

Sport- und Kommunikationswissenschaftler,  
Berater für Betriebliche Gesundheitsförderung,  
Trainer

### **Schwerpunkte:**

- ▶ Entwicklung von Bewegungs- und Ergonomieprogrammen
- ▶ Konzeption und Leitung integraler Gesundheitsförderungsprojekte
- ▶ Schulung von Führungskräften, Mitarbeitern/-innen und Multiplikatoren/-innen

### **Weitere Referenten/-innen**

- ▶ **Mag.<sup>a</sup> Gertraud Hinterseer**, ad>personam
- ▶ **Mag.<sup>a</sup> Birgit Heidlberger**, Ernährungswissenschaftlerin
- ▶ **Dr.<sup>in</sup> Margit Duncan-Mayerhofer**, MPH, Arbeitsmedizinerin
- ▶ **DSA Herbert Baumgartner**, MA, Institut Suchtprävention
- ▶ **Ursula Teuretzbacher**, Humor Impulse

Außerdem Referenten/-innen der OÖ Gebietskrankenkasse und Arbeiterkammer Oberösterreich sowie Absolventen/-innen des Lehrgangs Betriebliche Gesundheitsförderung.

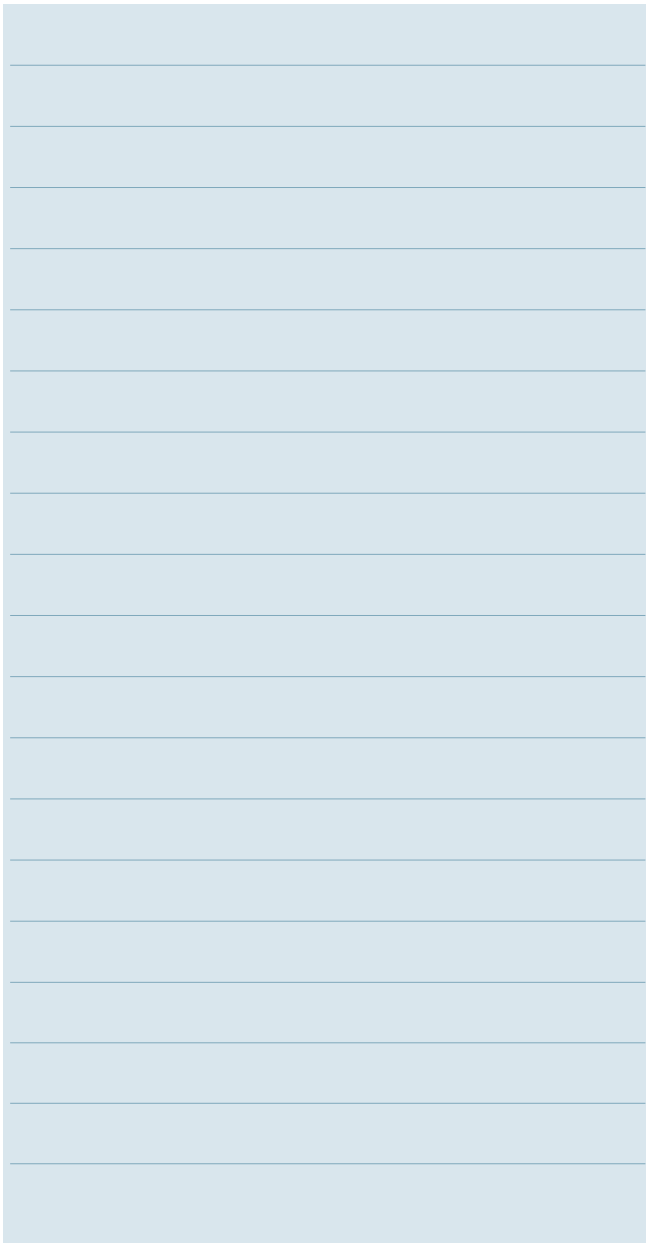
### **Lehrgangsleitung**

**Mag.<sup>a</sup> Helga Hocheneder**, Arbeiterkammer Oberösterreich

# NOTIZEN

A large, light blue rectangular area with horizontal ruling lines, intended for taking notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

# NOTIZEN



A large, light blue rectangular area with horizontal lines, serving as a notepad for notes. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page.

# ANMELDEABSCHNITT

NAME \_\_\_\_\_

FIRMA / ORGANISATION \_\_\_\_\_

FUNKTION \_\_\_\_\_

GEBURTSDATUM \_\_\_\_\_

ADRESSE (\*PRIVAT/DIENSTL.) \_\_\_\_\_

TELEFON (\*PRIVAT/DIENSTL.) \_\_\_\_\_

E-MAIL (\*PRIVAT/DIENSTL.) \_\_\_\_\_

\* bitte Nichtzutreffendes streichen!

Bitte  
ausreichend  
frankieren!

AK-jägermayrhof  
p.A. Industriezeile 47a  
4020 Linz

## Anmeldung zum verpflichtenden Informationstreffen „Betriebliche Gesundheitsförderung“ Lehrgang November 2016 bis September 2017



Ich melde mich verbindlich an für (bitte ankreuzen):

- Informationstreffen am Dienstag, 31. Mai 2016, 15 bis 18 Uhr
- Informationstreffen am Dienstag, 5. Juli 2016, 14 bis 17 Uhr

Bitte schicken Sie den Anmeldeabschnitt per Post an die umseitige Adresse,  
per Fax an **+43(0)50/6906-65452** oder per E-Mail an **hellrigl.r@akooe.at**.

# So finden Sie uns:

**AK-JÄGERMAYRHOF**  
 Während des Umbaus  
 (Jänner 2015 - Herbst 2016)  
 im **FAB-Gebäude**,  
 Industriezeile 47a, 4020 Linz  
 (0732) 77 03 63-0



- 1 Hst. Hauptbahnhof
- 2 Hst. Goethekreuzung
- 3 Hst. Taubenmarkt
- 4 Hst. Gallanderstraße
- 5 Hst. Pummererstraße

## HINWEIS:

Die verpflichtenden Informationstreffen am 31. Mai und am 5. Juli 2016 finden noch im Ausweichquartier im FAB-Gebäude, Industriezeile 47a, 4020 Linz, statt, die Lehrgangsmodule ab November 2016 wieder im AK-Bildungshaus Jägermayrhof, Römerstraße 98, 4020 Linz.

Informationsblatt der Kammer für Arbeiter und Angestellte für Oberösterreich, Nummer 37/2016, Zl.-Nr.: GZ 02Z033937 M, AK-DVR 0077747  
 Medieninhaberin, Herausgeberin und Redaktion:  
 Kammer für Arbeiter und Angestellte für Oberösterreich, Volksgartenstraße 40, 4020 Linz  
 Telefon: +43 (0)50 6906-0, ooe.arbeiterkammer.at  
 Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz siehe  
 ooe.arbeiterkammer.at/impressum.htm  
 Hersteller: Druckerei Haider Manuel e.U.  
 4274 Schönau i.M., Niederndorf 15  
**ooe.arbeiterkammer.at**

