



## UBITreff Region Weinviertel „Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)“

„Was ist wichtig für Gesundheit?“ stand am Flipchart für das einleitende Brainstorming, in welchem die TeilnehmerInnen die wesentlichen Faktoren nannten:

1. Soziale Kontakte
2. Zufriedenheit mit der Arbeit (beruflich und privat)
3. Qualität von Luft und Licht
4. Ernährung und Bewegung

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) definiert Gesundheit als einen „Zustand des völligen körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Wohlbefindens“.

„Brennt Ihr noch oder seid Ihr schon ausgebrannt?“ war der Kurztest titulierte, den Impulsgeber Karl **Weichselbaum** auf Einladung von Bezirksvertrauensperson (BVP) Andreas **Schumann** zur raschen Einschätzung der eigenen Burnout-Gefährdung zur Verfügung stellte.

Ziel der betrieblichen Gesundheitsförderung der NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) ist „Gesundheit für alle“. Dabei wird eine Projektdauer von – abhängig von der Unternehmensgröße – eineinhalb bis knapp zwei Jahren angenommen, die sich in folgende Phasen unterteilt:

1. Vorprojektphase ca. 3 Monate
2. Diagnose ca. 6 Monate
3. Umsetzung ca. 6 – 9 Monate
4. Evaluierung ca. 3 Monate

Die einzelnen Projektphasen wurden näher erläutert und diskutiert, u.a. die Installierung einer Steuerungsgruppe, die für die innerbetriebliche Planung, Koordination und Umsetzung verantwortlich ist. Eine essenzielle Frage für den Projekterfolg ist die Besetzung mit den richtigen Personen.

Klar wurde, dass Ernst genommenes Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) eine win-win-Situation für Unternehmen und MitarbeiterInnen bewirkt. Wichtig und notwendig dafür erscheint, nach erfolgreichem Projektabschluss am Ball zu bleiben. Gesundheit ist eben mehr als die Abwesenheit von Krankheit.

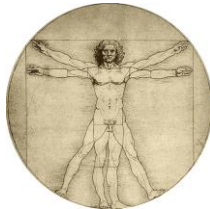
Abschließend gab's nach intensiver Diskussion und Erfahrungsaustausch noch Links zu einschlägigen Informationsquellen und den von der NÖGKK bisher initiierten Projekte. Traditionell wurde das UBIT-Frühstück wieder intensiv für den bilateralen Erfahrungsaustausch und fürs Netzwerken genutzt.

Der nächste UBITreff Weinviertel läuft am

- 12.11.2019 „Aufblühen! 5 Wege zu mehr Freude beim Arbeiten“ – Impulsgeberin Ruth Langer

wie gewohnt im Hotel „Zur Linde“ in Mistelbach, 8.00-10.00 Uhr. Die Einladung dazu gb's bereits.

Der Termin für die Weihnachtsfeier UBIT Weinviertel ist heuer der 18.12.2019, 18.00 Uhr, Ort noch offen, voraussichtlich Mistelbach.



Die UBITreff-Termine fürs 1. Halbjahr 2020 stehen auch schon fest, alle an  
Dienstagen, 8.00 – 10.00 Uhr, Orte noch offen:

- 28.01.2020 „Neues aus der Kammer“ + incite-Programm (Prof. Alfons Helmelt)
- 17.03.2020 „Kostenrechnung für Dienstleister“ (Andreas Schuhmann)
- 21.04.2020 Thema noch offen
- 09.06.2020 Thema noch offen

und wieder ein Sonder-UBITreff im Sommer, vorauss. am Freitag, den 24.7.2020,  
9.00-12.00 Uhr.



TeilnehmerInnen mit Impulsgeber Karl **Weichselbaum** (r.) und den BVPs Monika **Bock** (4.v.r.) und  
Andreas **Schuhmann** (5.v.r.)