

Bern/Luzern, 24. November 2009

Bewegung als Erfolgsfaktor

Bewegung führt zu Wohlbefinden am Arbeitsplatz und ist somit ein wichtiger Erfolgs- und Wettbewerbsfaktor. Dies war die Hauptbotschaft am 8. Nationalen Diskussionsforum über berufsassozierte Gesundheitsstörungen vom 24. November 2009 in Bern. Vier Unternehmen erhielten einen Preis für ihre vorbildlichen Bewegungsförderungsprogramme.

In der heutigen Arbeitswelt spielt neben der Prävention der Berufsunfälle und Berufskrankheiten auch die Verhütung berufsassoziierter Gesundheitsstörungen eine bedeutende Rolle. Solche Störungen können durch monotone Arbeiten am Bildschirm oder im Produktionssektor hervorgerufen werden.

Berufsassozierte Gesundheitsstörungen (BAGS) sind seit vielen Jahren ein Thema für Arbeitgeber, betroffene Arbeitnehmende, Ärzte und die Suva. Bereits zum 8. Mal fand deshalb am 24. November 2009 im Stade de Suisse in Bern das Nationale Diskussionsforum über berufsassozierte Gesundheitsstörungen statt. Dieses Jahr galt das besondere Augenmerk der Bewegung am Arbeitsplatz. Zahlreiche Firmen haben deren Bedeutung erkannt und fördern die Bewegung am Arbeitsplatz mit gezielten Programmen und Massnahmen. Dies, weil sie überzeugt sind, dass sie damit die Gesundheit der Mitarbeitenden stärken können. Letztlich profitiert aber auch der Arbeitgeber, denn weniger Absenzen heisst geringere Kosten und damit tiefere Versicherungsprämien.

Wettbewerb soll Bewegung fördern

Um die Idee der Bewegung als Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz weiterzuverbreiten, hatte die Suva anlässlich des 7. Nationalen Diskussionsforums im Herbst 2008 den Wettbewerb «Bewegung ist möglich» lanciert. Gesucht wurden attraktive Praxisbeispiele, die zur Nachahmung anregen. Bei den Bewegungsförderungsprogrammen handelt es sich um einen Teil des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Bei der Beurteilung der Programme zur Bewegungsförderung wurden die folgenden Kriterien bewertet: die Analyse der Ausgangssituation und die Zielsetzung der Massnahmen, die Mitwirkung der Mitarbeitenden bei der Ausgestaltung, die Nachhaltigkeit der Programme, die Beteiligung von Kadermitarbeitenden, die regelmässige Durchführung und die Einbindung in den Arbeitsprozess, die Anzahl erreichter Mitarbeitender, das Aufwand-Ertrag-Verhältnis, der Wirkungsnachweis sowie die Ausstrahlung auf die Branche.

Insgesamt wurden 35 Programme eingereicht. Folgende vier Firmen zeichnete die Jury für ihre vorbildlichen Bewegungsförderungsprogramme aus:

1. Preis: Victorinox AG, Ibach: Einige besondere Punkte dieses Projekts: Das Programm besteht bereits seit 2001, basierend auf einer vertieften Analyse. Die Ausgleichsübungen wurden im Laufe der Zeit erweitert und werden heute von einem Grossteil der Beschäftigten dreimal täglich durchgeführt. Mit weiteren Massnahmen, auch mit gemeinsamen Aktivitäten in der Freizeit – zusammen mit den Angehörigen der Mitarbeitenden –, konnten die Ausfalltage und die Beschwerden reduziert werden.

2. Preis: Lindt & Sprüngli Schweiz AG, Kilchberg: Das Bewegungsprogramm «turn mit, bleib fit» der Handpackabteilung beinhaltet zehn Minuten Lockerungsübungen, die in den täglichen Arbeitsablauf integriert sind – der Produktionsbetrieb wird dafür unterbrochen. Die Beschwerden der Teilnehmenden haben abgenommen und die Ausfalltage konnten gesenkt werden.

Mit dem dritten Preis wurden zwei Firmen ausgezeichnet:

Mettler-Toledo Global Electronics, Nänikon: Das tägliche – freiwillige – Turnen während der Arbeitszeit wird durch sogenannte Multiplikatoren angeleitet. Ihre Vorbildfunktion und ihre Möglichkeiten, gleichzeitig auf die Ergonomie der Arbeitsplätze und die Ausführung der Arbeiten hinzuweisen, haben den beteiligten Abteilungen schöne Erfolge beschert.

Schwendimann AG, Münchenbuchsee: Das Programm – morgendliche Aufwärmübungen zweimal in der Woche – wird bereits seit 1995 durchgeführt; alle Mitarbeitenden nehmen nach Möglichkeit daran teil. Besonders hervorzuheben ist, dass der Kleinbetrieb einer Branche mit vielen Belastungen sich nicht gescheut hat, unkonventionelle Wege zu beschreiten: zum Gewinn der Unternehmung und der Mitarbeitenden.

Mehr Informationen: www.suva.ch/bewegung.

Die Fotos der Preisträger können am Dienstag, 24. November ab 15.00 Uhr auf www.cramatte.com/Forum heruntergeladen werden.

Auskünfte an Medienschaffende erteilt:

Erich Wiederkehr, Unternehmenskommunikation,

Tel. 041 419 56 23, erich.wiederkehr@suva.ch

Mehr Informationen: www.suva.ch

Suva-Newsletter abonnieren: www.suva.ch/newsletter

Die 1918 gegründete Suva beschäftigt am Hauptsitz in Luzern, in den schweizweit 19 Agenturen und in den zwei Rehabilitationskliniken Bellikon und Sion rund 2900 Mitarbeitende. Sie ist ein selbstständiges Unternehmen des öffentlichen Rechts und versichert rund 110 000 Unternehmen bzw. 2 Mio. Berufstätige und Arbeitslose gegen die Folgen von Unfällen und Berufskrankheiten. Die Suva generiert ein Prämienvolumen von rund 4,4 Mrd. Franken. Im Auftrag des Bundes führt sie seit 2005 auch die Militärversicherung. Die Dienstleistungen der Suva umfassen Prävention, Versicherung und Rehabilitation. Sie arbeitet selbsttragend, ohne öffentliche Gelder und gibt Gewinne in Form von tieferen Prämien an die Versicherten zurück. Im Verwaltungsrat sind die Sozialpartner – Arbeitgeber und Arbeitnehmer – und der Bund vertreten.