

MitarbeiterInnen-Gesundheit als Produktivitätsfaktor

Vorsorgeuntersuchungen bei LeasePlan



Foto: Gina Sander

Am Beginn der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz steht die Analyse. Wie steht es um die Gesundheit der Menschen im Unternehmen? Die Antwort darauf bietet unter anderem das Angebot von Vorsorgeuntersuchungen für alle MitarbeiterInnen direkt im Unternehmen. Diese Variante ist bequem, wenig zeitaufwendig und kostenlos.

Es ist unumstritten, dass die Gesundheitsvorsorge einen wesentlichen Beitrag dazu leistet, möglichst lange und gesund im (Arbeits-)Leben zu bleiben.

Auch die LeasePlan Fuhrparkmanagement GmbH fördert seine MitarbeiterInnen seit vielen Jahren und bietet jedes Jahr Vorsorgeuntersuchungen außerhalb der Einsatzzeit an. Besonders schätzt das Unternehmen dabei

die Bindung zur Arbeitsmedizinerin, die die Untersuchungen durchführt, aber auch die Möglichkeit, dieses Angebot als IBG KundIn kostenlos in Anspruch nehmen zu können. Die Abrechnung erfolgt durch IBG über die entsprechende Krankenkasse. Für die MitarbeiterInnen hat eine Vorsorgeuntersuchung im Unternehmen jenen Vorteil, dass keine Wartezeiten entstehen und auch die Wegzeit entfällt.

Davon profitieren MitarbeiterInnen und Unternehmen gleichermaßen. Die Untersuchung findet im Rahmen von zwei Terminen direkt im Unternehmen statt und umfasst:

1. Termin: Blutabnahme

2. Termin:

- Anamnese
- Medizinische Untersuchung
- Befundbesprechung
- Blutdruckmessung, Body Mass Index
- Einschätzung des Herz-Kreislauf-Risikos
- Ausführliches Beratungsgespräch mit besonderem Augenmerk auf die Früherkennung verbreiteter Zivilisationskrankheiten
- Aufklärung und Unterstützung bei Veränderungen des Lebensstils (z.B. Rauchen, Ernährung, Alkohol und Bewegung)

Zusätzlich zum Umfang der kostenlosen Gesundheitsuntersuchung können Erweiterungspakete wie eine erweiterte Laboruntersuchung, Lungenfunktionstest oder auch Wirbelsäuluntersuchung sinnvoll sein. LeasePlan nutzt diese Gelegenheit seit vielen Jahren. Bereits über 90 MitarbeiterInnen haben seit 2012 von diesem Angebot Gebrauch gemacht.

„Mit der Vorsorgeuntersuchungsaktion wollen wir das Bewusstsein für die eigene Gesundheit schärfen und unseren MitarbeiterInnen ein professionelles und gleichzeitig bequemes Service bieten, um sie bei der Erhaltung ihrer Gesundheit bestmöglich zu unterstützen“, ist Geschäftsführer Nigel Storny überzeugt. ■

Wie der persönliche Zeit-Typ mit realer Arbeitszeit vereinbar ist

Frühaufsteher oder Langschläfer

Die Berücksichtigung individueller Schlafbedürfnisse der MitarbeiterInnen bei der Gestaltung von Arbeitszeiten kann Gesundheit und Produktivität erhöhen, genauso wie die Chancen des Unternehmens am Arbeitsmarkt sowie die MitarbeiterInnen-Bindung.

Der persönliche Zeit-Typ (Chronotyp), also zu welcher Tageszeit wir aktiv sind und wann wir besser schlafen sollten, ist genetisch vorgegeben und daher unveränderbar. Unsere realen Arbeitszeiten nehmen darauf wenig Rücksicht. Im Idealfall ermöglichen Gleitzeitmodelle eine gewisse individuelle Anpassung. Gegenüber der Schwankungsbreite unserer biologischen Chronotypen sind die Gleitzeitrahmen aber oft zu gering bemessen. Ein ausgeprägter Frühtyp würde gerne ab etwa fünf oder sechs Uhr arbeiten. Das leisten einige Modelle gerade noch. Ausgeprägte Spättypen schlafen jedoch bis zwölf Uhr mittags und länger – wenn sie könnten, wie sie wollten. Dafür existieren aber praktisch keine geeigneten Arbeitszeitmodelle. Die Diskrepanz zwischen der biologisch geprägten Schlafenszeit – etwa an freien Tagen und im Urlaub – und der real möglichen an Arbeitstagen bezeichnet man als „Sozialen Jetlag“. Das Arbeiten jenseits der eigenen Befindlichkeitsgrenzen ist aber nicht nur belastend – man ist müde, schlecht gelaunt und weniger produktiv. Es ist auch nachgewiesenermaßen ungesund: je mehr Stunden tägliche Abweichung zwischen der Lage der bevorzugten und real möglichen Schlafenszeit, umso höher ist der Nikotinkonsum, der Alkoholverbrauch und auch das Risiko für Übergewicht! Wenn es Ihre Arbeit erlaubt, sollten Sie daher Ihrer Gesundheit zuliebe auf den Wecker verzichten!



Foto: basendesign

ten! Trotz aller wissenschaftlichen Belege, dass wir als Menschen in Bezug auf Schlafenszeiten einfach unterschiedlich sind, ist das Thema von massiven Vorurteilen geprägt. Sprichwörter wie „Der frühe Vogel fängt den Wurm“ oder „Am Abend wird der Faule fleißig“ sprechen eine deutliche, diskriminierende Sprache. Dabei haben unterschiedliche Chronotypen keineswegs etwas mit mehr oder weniger Leistungsfähigkeit zu tun. Die Produktivität ist einfach zu einer anderen Uhrzeit am höchsten! Von Unternehmensseite wird immer mehr der Wunsch nach einer weitergehenden Flexibilisierung von Arbeitszeiten geäußert, um Kundenwünsche möglichst gut erfüllen zu können. Auf der anderen Seite stehen die ArbeitnehmerInnen mit ihren biologischen Schlafbedürfnissen,

aber auch ihren familiären und sozialen Wünschen. Würde auf diese individuellen Bedürfnisse bei den Arbeitszeiten mehr Rücksicht genommen, wäre es eine Win-Win-Situation: produktivere und zufriedener MitarbeiterInnen sind ein Vorteil für das Unternehmen, und erhöhen die Unternehmenschancen im Kampf am Arbeitsmarkt um qualifizierte BewerberInnen.

Natürlich ist die Individualisierung von Arbeitszeiten zusammen mit der unternehmensnotwendigen Flexibilisierung eine Herausforderung. IBG unterstützt Sie gerne mit Ideen und Lösungsmodellen. Selbst bei Schichtarbeit – die größte Belastung in Richtung sozialer Jetlag – gibt es optimierte Ansätze, die unterschiedliche Chronotypen berücksichtigen. ■

MEINUNG von AUSSEN



Technisches Museum Wien

Dr. Gabriele Zuna-Kratky
Direktorin

Mag.(FH) Wolfgang Tobisch
Kfm. Leiter

Das Technische Museum Wien (TMW) blickt als eines der ältesten Technikmuseen auf eine mehr als 100-jährige Geschichte zurück. An der Schnittstelle zwischen Vergangenheit und Zukunft lädt das TMW seine BesucherInnen ein, je nach Interesse und Alter unterschiedlichste Felder der Technik und Technikgeschichte kennen zu lernen, zu erleben und darüber zu reflektieren. Gleichzeitig versteht es sich als Plattform kontroverser Diskurse. So ist das Technische Museum Wien ein Beispiel für ein lebendiges, sich ständig weiterentwickelndes Museum.

► Lebendig wird das Technische Museum vor allem auch durch seine MitarbeiterInnen. Daher sind wir schon seit Jahren bemüht, ihnen Arbeitsbedingungen zu bieten, die sich positiv auf Motivation, Engagement und Zusammenarbeit und somit auch auf unsere BesucherInnen auswirken.

Die Evaluierung psychischer Belastungen hat uns dabei gezeigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Besonders hilfreich ist für uns der Vergleich mit dem Museumsbenchmark, der uns bestätigt, dass unsere Arbeitsbedingungen zu den besten der österreichischen Museen zählen. Beim Punkt „Arbeitsumgebung“ haben wir sogar den bisherigen Benchmark übertroffen. In der Dimension „Tätigkeiten“, die Entwicklungsmöglichkeiten und abwechslungsreiche sowie fachlich fordernde - aber nicht überfordernde - Arbeit analysiert, haben wir ebenfalls einen Spitzenplatz erreicht. Vor allem bestärkt uns, dass die Zusammenarbeit unter den KollegInnen positiv beurteilt wurde und die Arbeitsprozesse von den MitarbeiterInnen als wenig belastend erlebt werden. So wird effiziente Zusammenarbeit möglich.

In erst kürzlich reorganisierten Bereichen zeigen die Ergebnisse, dass die getätigten Änderungen angenommen wurden und unsere Bemühungen um gute Arbeitsbedingungen und erfolgversprechende Zusammenarbeit Früchte tragen. Die Evaluierung brachte auch Klarheit über Bereiche mit Verbesserungspotenzial für unsere MitarbeiterInnen, die das Zentrum des Museums sind. Ohne ihre innovativen Ideen, ihre wissenschaftliche Kompetenz, ihre handwerkliche Präzision und ihre Professionalität im KundInnenkontakt wäre das Technische Museum Wien bei jährlich über 350.000 Besuchern nicht so erfolgreich.

Die Geschäftsführung und die zuständigen Führungspersonen wissen um ihre Verantwortung, in den nächsten Monaten konkrete Maßnahmen mit den KollegInnen zu diskutieren und umzusetzen. ◀