

Wir handeln – Gute Beispiele aus der betrieblichen Praxis

Fit für die Zukunft

Fitness- und Gesundheitsprogramm für Azubis

Pilotprojekt: Vom Umweltmanagement zum Nachhaltigkeitsmanagement

Die Firma Nabaltec AG, ein Unternehmen der chemischen Industrie, nimmt seine ökologische und soziale Verantwortung ernst. Neben der klassischen Zertifizierung nach ISO 9001 hat die Firma im Laufe der Jahre ein zertifiziertes Umweltmanagementsystem (ISO 14001), ein Gesundheits- und Arbeitssicherheitsmanagementsystem (OHSAS 18001) und ein Energiemanagementsystem (ISO 50001) eingeführt.



Beispiel des 1. Workshops: richtiges Sitzen

Um für die Herausforderungen der Zukunft gerüstet zu sein und auch weiterhin als attraktiver Arbeitgeber wahrgenommen zu werden, bündelt man die Zertifizierungen in einem Nachhaltigkeitsmanagement. Die Firma investiert unter anderem in eine nachhaltige Personalentwicklung. Diese beinhaltet Strategien zur Sicherung von Fachkräften, Aus- und Weiterbildung sowie die Gesundheitsförderung der Arbeitnehmer.

Nabaltec

Das hat die Nabaltec AG gemacht:

- Einführung eines Gesundheitsmanagements für die Auszubildenden (Azubis): Um den arbeitsplatzbezogenen, spezifischen Gesundheitsgefahren, wie z.B. Rückenschmerzen durch langes Sitzen oder Tragen schwerer Lasten, frühzeitig entgegenwirken zu können, wurde ein Gesundheitsmanagement für die Azubis eingeführt. Dieses ist für alle Azubis verpflichtend und hat Pilotprojektcharakter. Langfristig sollen die Erfahrungen aus diesem Projekt allen Mitarbeitern der Nabaltec AG zu Gute kommen.
- Festlegung der Ziele des Gesundheitsmanagements: Die Auszubildenden sollen im Rahmen des Projektes lernen, selbst Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen. Sie werden angeleitet ihren Gesundheitszustand einzuschätzen und diesen zielorientiert zu verbessern. Somit erweitern sie ihre Gesundheitskompetenz am Arbeitsplatz.
- Konzeption eines Grundkurses für das erste Ausbildungsjahr: Es werden der Begriff „Gesundheit“ erklärt, Handlungsstrategien zum Erreichen persönlicher Ziele sowie der Umgang mit Stress durch Einführung bestimmter Entspannungsverfahren vermittelt. Muskelfunktionstests für Rumpf- und Beinmuskulatur werden durchgeführt. Dem schließen sich Trainingsübungen für die Rumpf-

muskulatur an. Die Azubis erlernen richtiges Heben, Sitzen, Tragen, Stehen und die Gestaltung von gesundheitsgerechtem und effektivem Training. Auch Ausgleichs- und Regenerationsübungen werden gezeigt. Ernährungstipps runden das Gesundheitsmanagement ab.

- Konzeption eines Auffrischkurses für das zweite Ausbildungsjahr:

Das Erlernte aus dem Grundkurs wird wiederholt und vertieft. Zusätzlich werden Themen zur Kommunikation und zum Konfliktmanagement durchgenommen.

Das hat es gebracht:

Da dies ein langfristig angelegtes Projekt ist, können Bewertungen bezüglich Effektivität und Erfolg zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht quantifiziert werden. Die bisherige Erfahrung zeigt, dass dieses Gesundheitsmanagement von den AZUBIs sehr positiv angenommen wird.

Und das empfiehlt die Nabaltec AG anderen, die Gleiches machen wollen:

- Kontaktieren Sie Krankenkassen, Gewerkschaften oder kompetente Beratungsunternehmen, die Sie bei der Umsetzung des Projektes unterstützen.
- Sorgen Sie für Auffrischkurse, um Gelerntes zu wiederholen und langfristig zu etablieren.
- Vermitteln Sie Ihren Auszubildenden, dass gesunde Lebensführung nichts mit Verzicht oder Askese, sondern vielmehr mit Wissen, Einsicht, Fitness und Leistungsfähigkeit sowie Freude und Spaß zu tun hat.

„Unsere Auszubildenden sind die Leistungsträger von morgen. Daher erachten wir es als besonders wichtig, die Gesundheitskompetenz unserer Auszubildenden gezielt zu fördern, insbesondere vor dem Hintergrund des demographischen Wandels und dem zunehmenden Fachkräftemangel.“

Dr. Karl-Heinz Priestersbach,
Managementsystembeauftragter

Ansprechpartner, die Ihnen weiterhelfen:

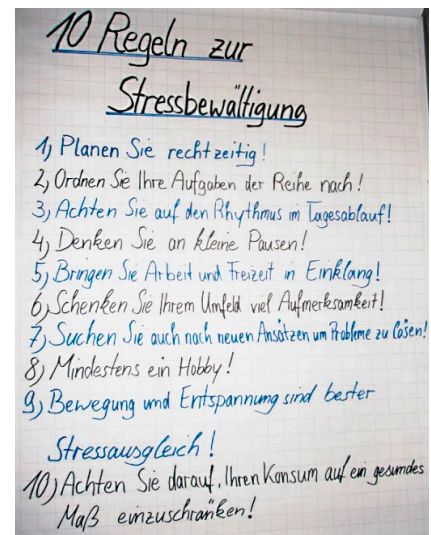
Dr. Karl-Heinz Priestersbach
Managementsystembeauftragter
Nabaltec AG
Alustr. 50-52
92421 Schwandorf
Tel.: 09431 53-298
E-Mail: kspriestersbach@nabaltec.de

Unter folgenden Links* finden Sie weitere Informationen:

Nabaltec AG
www.nabaltec.de
Infozentrum UmweltWirtschaft:
[Übersicht zum Thema Nachhaltigkeit](#)
[Online-Tool Nachhaltigkeitsmanagement für KMU](#)



Beispiel des 1. Workshops: gesunde Ernährung



Beispiel des 1. Workshops: Erarbeiten von Strategien zur Stressbewältigung

Die Sammlung aller Praxisbeispiele finden Sie auch im Infozentrum UmweltWirtschaft, der Anlaufstelle für betrieblichen Umweltschutz des Bayerischen Landesamtes für Umwelt (www.izu.bayern.de).

Redaktion:
Antje Krist, LfU, Ref. 15

E-Mail:
izu@lfu.bayern.de

Telefon:
0821 9071 - 5509 oder - 5226

Impressum

Herausgeber:
Bayerisches Landesamt für Umwelt (LfU)
Bürgermeister-Ulrich-Str. 160
86179 Augsburg
Telefon: 0821 9071 - 0
E-Mail: poststelle@lfu.bayern.de
Internet: www.lfu.bayern.de

Bildrechte:
Nabaltec AG
Stand:
September 2014

Dieser Text wurde mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann dennoch nicht übernommen werden. Sofern auf Internetangebote Dritter hingewiesen wird, sind wir für deren Inhalt nicht verantwortlich.

* Die unterstrichenen Angaben sind in der pdf-Version mit Internet-Links hinterlegt. Diese finden Sie unter www.izu.bayern.de über die Suchfunktion oder unter Praxisbeispiele.