

Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.
Der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt e.V.

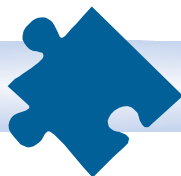


Rauchfrei im PARITÄTISCHEN

Modellprojekt der Gesundheitsziele des Landes Sachsen-Anhalt



Unser besonderer Dank gilt der Pfizer Deutschland GmbH, dem Förderer der Kampagne „Ein Herz für Sachsen-Anhalt“, ohne dessen Unterstützung das Projekt „Rauchfrei im PARITÄTISCHEN“ nicht zustande gekommen wäre.



Vorwort

Wenn Menschen befragt werden, wie alt sie werden möchten, dann erwarten sie meist ein langes Leben, wobei die Einschränkung erfolgt: „aber nicht pflegebedürftig, sondern gesund“. Das zu garantieren ist nicht möglich, wobei die sich im Leben ergebenden gesundheitlichen Einschränkungen der Leistungsfähigkeit von vielen Faktoren abhängig sind. Eine der nicht unwesentlichen Faktoren, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit beeinflussen, sind die Lebensweisen, die wir bereits in der Kindheit erlernen oder im weiteren Leben aneignen. Neben Bewegungsmangel, ungesunder Ernährung sind es die legalen Drogen Alkohol und Nikotin, die nicht unwesentlich für eine Beeinträchtigung der gesundheitlichen Situation, der Minimierung der Leistungsfähigkeit, der Verkürzung der Lebenszeit und zu persönlichen Beeinträchtigungen führen. Insbesondere das Rauchen führt dabei nicht nur zur individuellen Schädigung, sondern durch die Umgebungsbelastung mit Schadstoffen auch zur körperlichen und psychischen Beeinträchtigung von Nichtbeteiligten. Es obliegt der Verantwortung der Leitung, solche Arbeitsbedingungen zu schaffen, die gesundheits- und leistungsfördernd für alle sind. Neben vielen präventiven Ansätzen unterschiedlicher Natur gehört

Dr. med. Eberhard Jüttner
Vorsitzender des Vorstands
PARITÄTISCHER Sachsen-Anhalt e.V.

der Schutz der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gegenüber den negativen Auswirkungen des Rauchens zu einer der bedeutsamsten Aufgaben. Mit dem Projekt „Rauchfrei im PARITÄTISCHEN“ unternimmt der Landesverband den Versuch, einen Beitrag für eine bessere Gesundheit seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu leisten. Dabei zählt das Ziel und jeder einzelne, der tatsächlich zu gesünderen Arbeitsbedingungen beiträgt, denn Gesundheit ist sowohl individuelles als auch gesellschaftliches Gut.

Nichtraucher schützen – Raucher bei Veränderungen unterstützen – gesünder leben!

Der Vorstand des Verbandes hatte diesen Auftrag an die Geschäftsführung erteilt und bedankt sich für die zielstrebige Umsetzung, die Einbeziehung der Mitarbeitervertretung und die unermüdeten kleinen Schritte. Besondere Aufmerksamkeit galt der Betriebsvereinbarung und den weiterführenden Gesundheitsinformationen.

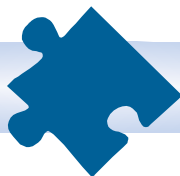
Dank gilt der Unterstützung der Landesvereinigung für Gesundheit, die zu diesem Projekt angeregt hatte im Rahmen der Kampagne „Ein Herz für Sachsen-Anhalt“ und die für die Verbreitung der Erfahrungen sorgt.

Dr. Gabriele Girke
Landesgeschäftsführerin
PARITÄTISCHER Sachsen-Anhalt e.V.



Inhalt

1.	Einführung	3
2.	Das Projekt	4
2.1	Vorüberlegungen	4
2.2	Ausgangslage	5
2.3	Ziele	11
2.4	Zielgruppe	12
2.5	Projektträger	12
2.6	Kooperationspartner	12
2.7	Laufzeit	12
2.8	Finanzierung	12
2.9	Projektverlauf	13
2.9.1	Vorbereitung	13
2.9.2	Durchführung	13
2.9.3	Nachbereitung	17
2.9.4	Begleitende Öffentlichkeitsarbeit	18
2.10	Ergebnisse	18
3.	Projektbewertung	21
3.1	Betrachtung der Zielstellungen und ihrer Operationalisierung	21
3.2	Betrachtung des Projektverlaufs	21
3.3	Betrachtung der Nachnutzbarkeit	22
4.	Handlungsempfehlungen	22
5.	Literatur	24
6.	Anlagen	25



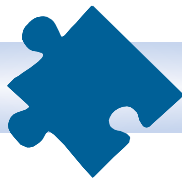
1. Einführung

Kaum ein Thema wird am Arbeitsplatz unter Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie Führungskräften so kontrovers diskutiert und führt häufig zu sprichwörtlich „dicker Luft“, wie das Rauchen. Häufig berufen sich Raucherinnen und Raucher sowie Nichtraucherinnen und -raucher auf ihre Grundrechte. Die Nichtraucherinnen bzw. Nichtraucher stützen sich auf ihr Recht auf körperliche Unversehrtheit, denn auch Passivrauchen ist nachweislich gesundheitsschädigend, die Raucherinnen und Raucher dagegen bestehen auf ihre „Rauch-Freiheit“. Es kann aber nicht sein, dass die einen ihre Freiheit auf Kosten der Gesundheit der anderen durchsetzen. Zum Unmut der Nichtraucher gehört jedoch für viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer das Rauchen am Arbeitsplatz einfach zur Arbeit dazu. Im Rahmen des Epidemiologischen Suchtsurveys 2006 berichtet ein Drittel der befragten Erwerbstätigen und Auszubildenden, dass sie mindestens einmal pro Woche am Arbeitsplatz unfreiwillig Tabakrauch einatmen müssen. 65 % der befragten Nichtraucherinnen und -raucher fühlen sich durch Tabakrauch stark gestört und ca. drei Viertel meiden Orte, an denen viel geraucht wird. (vgl. Baumeister, 2008) In vielen Unternehmen ist der blaue Dunst mittlerweile unerwünscht. Seit Oktober 2002 haben Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer dank der Über-

arbeitung der Arbeitsstättenverordnung ein Recht auf rauchfreie Arbeitsplätze. Tabakrauch gehört laut Einstufung der Liste gesundheitsschädlicher Stoffe am Arbeitsplatz (MAK-Liste) zur Kategorie krebserzeugender Arbeitsstoffe mit der höchsten Gefahrenstufe. Der Schutz der Beschäftigten vor Tabakrauch ist daher Aufgabe des Arbeitgebers.

„Ein MAK-Wert (Maximale Arbeitsplatzkonzentration) ist nach der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) die höchstzulässige Konzentration eines Arbeitsstoffes als Gas, Dampf oder Schwebstoff in der Luft am Arbeitsplatz, die nach dem gegenwärtigen Stand der Kenntnis auch bei wiederholter und langfristiger, in der Regel täglich achtstündiger Exposition, jedoch bei Einhaltung einer durchschnittlichen Wochenarbeitszeit von 40 Stunden, im allgemeinen die Gesundheit der Beschäftigten nicht beeinträchtigt und diese nicht unangemessen belästigt. Die Senatskommission der Deutschen Forschungsgemeinschaft für gefährliche Arbeitsstoffe gibt jährlich eine Liste von ca. 500 Stoffen mit deren Grenzwerten in der Raumluft am Arbeitsplatz heraus, die MAK-Liste.“ (KATALYSE Institut für angewandte Umweltforschung e.V.)

Diese Intention stützt auch das Gesetz zur Wahrung des Nichtraucherschutzes im Land Sachsen-Anhalt (Nichtraucherschutzgesetz), das am 01. Januar 2008 in Kraft trat. Das Gesetz schreibt ein allgemeines Rauchverbot für öffentliche Gebäude



wie den Landtag, Krankenhäuser, Vorsorge- und Reha-Einrichtungen, Schulen und Universitäten, Altenpflege- und Behindertenheime sowie Kinder- und Jugendeinrichtungen, Sport- und Kultureinrichtungen und auch für Hotels, Gaststätten und Diskotheken vor. Ausnahmen vom Rauchverbot gelten nur für klar definierte Bereiche:

- in Gebäuden, Räumen und auf Grundstücken, soweit sie der privaten Nutzung zu Wohnzwecken dienen,
- in Wohnungen und Zimmern von Krankenhäusern oder Reha-Einrichtungen sowie daran gekoppelte Wohnheime, die Personen zur alleinigen Nutzung überlassen sind,
- in Hafträumen des Justizvollzugs und in Patientenzimmern des Maßregelvollzugs sowie
- in gekennzeichneten Raucherräumen in Gaststätten.

Alle Unternehmen, die nicht dem Nichtraucherschutzgesetz unterliegen, sind durch die Arbeitsstättenverordnung verpflichtet, den Nichtraucherschutz zu wahren und sollten für die rauchenden und nichtrauchenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einen lebbaren Kompromiss bieten.

2. Das Projekt

2.1 Vorüberlegungen

Die Erweiterung der Arbeitsstättenverordnung hinsichtlich des Nichtraucherschutzes am Arbeitsplatz nimmt den Arbeitgeber, so auch den PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt, in die Pflicht, den Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz zu gewährleisten. Außerdem tangiert das Nichtraucherschutzgesetz des Landes Sachsen-Anhalt verschiedene öffentliche Einrichtungen des Wohlfahrtsverbandes.

Der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt musste sich auf dieser Grundlage mit einer Strategie zum Nichtraucherschutz für alle Geschäftstellen und Einrichtungen auseinandersetzen. Dringender Handlungsbedarf wurde deutlich, als es im Jahr 2006 verstärkt zu Beschwerden von Beschäftigten über Rauchbelästigung in den Fluren der Landesgeschäftsstelle kam. Als besonders störend empfanden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei Veranstaltungen im Haus rauchende Gäste bzw. bei Sitzungen rauchende Kolleginnen und Kollegen. Diese nutzten die Flure als Raucherbereich. Der Betriebsratsvorsitzende nahm diese Beschwerden im November 2006 zum Anlass, um einen Brief an die Geschäftsführung zu verfassen und ein Rauchverbot in allen öffentlich zugänglichen Räumen zu fordern. Kurze Zeit später erließ die Geschäftsführung eine Anordnung zum Rauchverbot mit Beschilderung



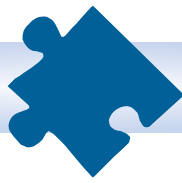
der öffentlichen Flächen des Hauses. Daraufhin verlagerte sich das „Problem“, der Haupteingang, Parkplätze, Teeküchen und Büros wurden als Rauchplätze genutzt. Die Geschäftsführung des PARITÄTISCHEN war auf der Suche nach einer Lösung, die den Bedürfnissen beider Gruppen, den Nichtraucherinnen und -rauchern sowie den Raucherinnen und Rauchern Rechnung trägt.

Aufgabe des PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverbandes ist es, sich für soziale Gerechtigkeit und Chancengleichheit einzusetzen sowie sozial Benachteiligte vor Ausgrenzung und Ungleichheit zu schützen. Durch gesellschaftliches Engagement versucht er, die Interessen von Menschen in schwierigen Lebenslagen durchzusetzen und auf die Sozial- und Gesellschaftspolitik soweit einzuwirken, dass gerechte Rahmenbedingungen für soziale Arbeit geschaffen werden. Dabei haben sich die Beschäftigten zum Ziel gesetzt, mit einer toleranten, offenen und vielfältigen Herangehensweise zu handeln. Auch die Thematisierung und Umsetzung des Nichtraucherschutzes im PARITÄTISCHEN sollte dieser Maxime unterliegen. In der Mitgliederversammlung 2006 trat der Vorsitzende des Verbandes mit diesem Problem nach außen und machte auf die Bedeutung einer rauchfreien Arbeitsumgebung aufmerksam. Gemeinsam mit der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt

e.V. wurde zur Beförderung des Nichtraucherschutzes das Projekt „Rauchfrei im PARITÄTISCHEN“ ins Leben gerufen. Das Projekt gliederte sich als Teilprojekt in die Kampagne „Ein Herz für Sachsen-Anhalt“ ein. Im Rahmen der Herzkampagne engagierte sich die LVG in den Jahren 2006 bis 2009 für die Förderung der Herzgesundheit mit dem Ziel, breitenwirksam über Risikofaktoren und Symptome von Herz-Kreislauferkrankungen sowie Präventionsmöglichkeiten aufzuklären. Unterstützt wurde die Kampagne durch Partner und Förderer aus ganz unterschiedlichen Lebensbereichen. So beteiligten sich z. B. Berufsschulen, Krankenhäuser und Landkreise mit Aktionstagen zur Herzgesundheit. Auch Krankenkassen, Hochschulen, Vereine und Verbände sowie Wirtschaftsunternehmen engagierten sich im Rahmen der Herzkampagne. Schirmfrau der Kampagne war Gesundheitsministerin Dr. Gerlinde Kuppe. Der PARITÄTISCHE widmete sich dem Rauchen und Passivrauchen als erhebliches Risiko für die Herzgesundheit.

2.2 Ausgangslage

Tabakkonsum ist das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko. Dem Drogen- und Suchtbericht 2008 (vgl. Drogenbeauftragte der Bundesregierung, 2008) zufolge, griff im Jahr 2007 in Deutschland jeder dritte Erwachsene (ca. 16 Millionen Menschen) und ca.



jeder fünfte 12-bis 17-jährige Jugendliche zur Zigarette.

An den direkten Folgen des Rauchens versterben vorzeitig in Deutschland jedes Jahr ca. 140.000 Menschen, an den Folgen des Passivrauchens ca. 3.300 Menschen (vgl. Statistisches Bundesamt, 2006). Viele der durch Rauchen begünstigten Gesundheitsschäden treten erst nach Jahren bzw. Jahrzehnten auf. Es wird von einer erst beginnenden Tabakepidemie gesprochen. Nikotin ist ein starkes Gift, wogegen sich der Körper mit Anzeichen, wie Husten, Übelkeit und Durchfall zu wehren versucht. Werden diese schon auf eine Nikotinvergiftung hinweisenden Anzeichen ignoriert und weitergeraucht, beginnt der Körper, den Stoff zu tolerieren. Der „blaue Dunst“ enthält über 4.000 chemische Substanzen. Als krebserzeugend nachgewiesen sind davon ca. 40 Inhaltsstoffe. Das beim Rauchen einer Zigarette aufgenommene Kohlenmonoxid verschlechtert außerdem die Sauerstoffversorgung des Körpers. Als unmittelbare Folge treten eine kontinuierliche Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit und eine Überbelastung des Herzens ein. Nach langjährigem Rauchen kommen zudem oft chronische Bronchitis und Lungenemphyse hinzu. Neben erhöhter Infektanfälligkeit, Wundheilungsstörungen sowie vorzeitiger Hautalterung und Faltenbildung wird vor allem das Krebsrisiko verdoppelt, bei starken

Rauchern vervierfacht es sich sogar. Bei eingeatmeten Stoffen, wie Arsen, Cadmium und Benzol ist es nicht verwunderlich, dass jährlich auch ca. 400 Passivraucherinnen und -raucher in Deutschland an Lungenkrebs erkranken.

Laut Mikrozensus 2005 nimmt Sachsen-Anhalt mit einem Anteil von 30 % an über 15-jährigen Raucherinnen und Rauchern einen mittleren Rang im Vergleich der Bundesländer ein. (vgl. Statistisches Bundesamt, 2006) Daten für das Rauchverhalten der erwachsenen Bevölkerung in Sachsen-Anhalt liegen derzeit nur in ausgewählten Feldern vor. Die Indikatoren der Landesgesundheitsberichterstattung beziehen sich auf das Passivrauchen von Einschülern, das Aktivrauchen von Schülerinnen und Schülern an Sekundarschulen und Gymnasien sowie auf Daten zu Krankenhaus-, Rehabilitations-, Frührenten- und Sterbefälle infolge von Lungenkrebs. Dem Landesgesundheitsbericht 2008 zufolge zeichnen sich nachstehende Trends für die Entwicklung der Rauchproblematik in Sachsen-Anhalt ab (vgl. Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt, 2008):

Positive Datentrends

- Der Anteil von Kindern, der zur Zeit der Einschulungsuntersuchung in einem Raucherhaushalt wohnt, nahm zwischen den Jahren 1992 und 2004 von 45 % auf ca. 25 %



ab, im Jahr 2006 lag er sogar nur noch bei 21 %.

- Im Untersuchungszeitraum 1994 bis 2007 ist ein stetiger Rückgang an in der Wohnung rauchenden Müttern und Vätern zu verzeichnen.
- Der Anteil von im Jahre 2006 bei der Einschulungsuntersuchung ihrer Kinder befragten Frauen, die während der Schwangerschaft geraucht hatten, war geringer (15 %) als der in einer neuen Studie für die alten Bundesländer ermittelte Anteil (18 %).
- In Sachsen-Anhalt gingen in den Jahren 2000-2006 sowohl die Krankenhausfallquote (von 210 auf 197 Fälle je 100.000 Einwohner) als auch die Sterbeziffer (von 40,0 auf 36,4) in Folge von Lungenkrebs zurück.

Negative Datentrends

- Der Anteil rauchender Mütter in der Schwangerschaft ist zwar zur Zeit anscheinend noch niedriger als in den alten Bundesländern, er nimmt jedoch in Sachsen-Anhalt zu: hatten im Untersuchungszeitraum 2000-2005 im Mittel nur etwa 13 % der Mütter während der Schwangerschaft (mit dem einzuschulenden Kind) geraucht, waren es im Untersuchungsjahr 2006 etwa 15 %.
- Trotz stetigem Rückgang des Anteils der in der Wohnung rauchenden Mütter und Väter rauchen Mütter inzwischen häufiger in der Wohnung als Väter.

- Der Anteil von Schülerinnen und Schülern an Sekundarschulen und Gymnasien in Sachsen-Anhalt, der angibt, regelmäßig zu rauchen, ist im Zeitraum von 1998 bis 2003 von 20 % auf 37 % gestiegen.
- Die Quote der Leistungen zur Rehabilitation aufgrund von Lungenkrebs (28,3 Fälle je 100.000 aktiv Versicherte ohne Rentenbezug) war im Jahr 2006 1,6 Mal höher als im Bundesdurchschnitt. Zwar scheinen die Krankenhausfallquote und die Sterbeziffer in den letzten Jahren allmählich zu sinken, sie sind aber mit 197 Krankenhausfällen je 100.000 E. und 36,4 Sterbefällen je 100.000 E. im Jahr 2006 immer noch höher als im Bundesdurchschnitt (167 bzw. 33,6).

Ergebnisse der aktuellen, vom Kultusministerium Sachsen-Anhalt in Auftrag gegebenen, Studie „Moderne Drogen- und Suchtprävention“ (MODRUS IV) belegen, dass von 2.432 befragten Schülerinnen und Schülern 32 % rauchen. Tendenziell rauchen mehr Mädchen als Jungen, mit dem Alter steigt der Suchtmittelkonsum. 19 % der Schülerinnen und Schüler rauchen durchschnittlich 7,4 Zigaretten pro Tag. Dabei ist kein Unterschied zwischen Jungen und Mädchen zu finden, die Anzahl der gerauchten Zigaretten pro Tag steigt mit zunehmendem Alter bis zum 18. Lebensjahr an.



Zur Ermittlung der Ausgangslage in den Geschäftsstellen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt wurde im Rahmen des Projektes vom 07. bis 18. Mai 2007 in der Landesgeschäftsstelle und in den fünf Regionalgeschäftsstellen eine Mitarbeiterbefragung zum Thema Rauchen und Gesundheit durchgeführt.

Response

Von den 118 Beschäftigten der Geschäftsstellen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt beteiligten sich 75 % (88 Beschäftigte) an der Befragung. Davon waren:

- 15 % 21-30 Jahre,
- 17 % 31-40 Jahre,
- 22 % 41-50 Jahre,
- 32 % 51-60 Jahre,
- 2 % über 60 Jahre.

Das Durchschnittsalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer lag bei 44 Jahren. Der/die jüngste Teilnehmerin bzw. Teilnehmer war 21 Jahre und der bzw. die Älteste 67 Jahre alt.

An der Befragung beteiligten sich mit 70 % überwiegend Frauen. Der Männeranteil lag bei 23 %, 7 % machten keine Angaben zum Geschlecht.

52 % der Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren verheiratet, 30 % ledig, 8 % geschieden und 2 % verwitwet. 8 % machten dazu keine Aussage. 20 % der Befragten gaben an, in einem Haushalt mit Kindern zu leben.

Individuelles Rauchverhalten

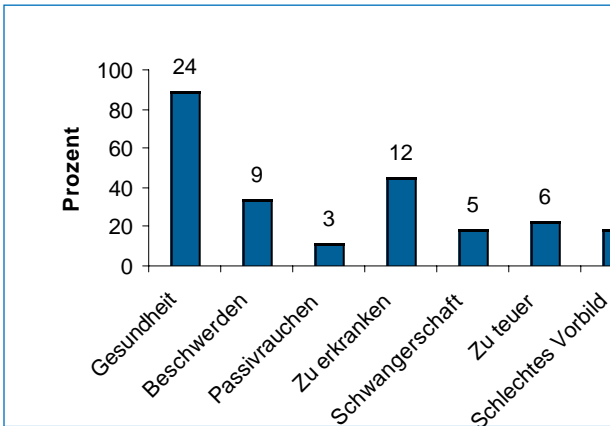
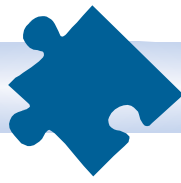
56 % (49) der Befragten gaben an, früher einmal geraucht zu haben. 15 % (13) der Befragten griffen im Alter von 11 bis 15 Jahren, 26 % (23) im Alter von 16 bis 20 Jahren erstmalig zur Zigarette. 10 % (9) der Befragten rauchten im Alter von 21 bis 30 Jahren zum ersten Mal.

Insgesamt gaben zum Befragungszeitpunkt 35 % (31) der Befragten an zu rauchen. Davon rauchen 77 % (24) im Dienst und 97 % (30) im Privatleben. 87 % (27) der Raucherinnen und Raucher machten Angaben zu ihrem Zigarettenkonsum. Durchschnittlich werden pro Tag 11 Zigaretten geraucht. Der tägliche Zigarettenkonsum der Raucherinnen und Raucher gestaltet sich wie folgt:

- 19 % (6) max. 5 Zigaretten,
- 36 % (11) max. 10 Zigaretten,
- 32 % (10) max. 20 Zigaretten.

42 % der Raucherinnen und Raucher haben nicht den Wunsch, mit dem Rauchen aufzuhören. 55 % (17) der Raucherinnen und Raucher gaben an, bereits einen Versuch, mit dem Rauchen aufzuhören, unternommen zu haben.

Das Rauchen aufgeben, wollten die Beschäftigten vor allem im Interesse ihrer eigenen Gesundheit. Passivrauchen oder ein schlechtes Vorbild zu sein, spielte eine eher untergeordnete Rolle.



118 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern war es fast ein Drittel, das sich durch Rauchen anderer belästigt fühlte. Weiterhin stellte die Kennzeichnung der Raucher- und Nichtraucherbereiche ein Problem dar. Nur für 35 % der Befragten war klar, wo sich diese befinden.

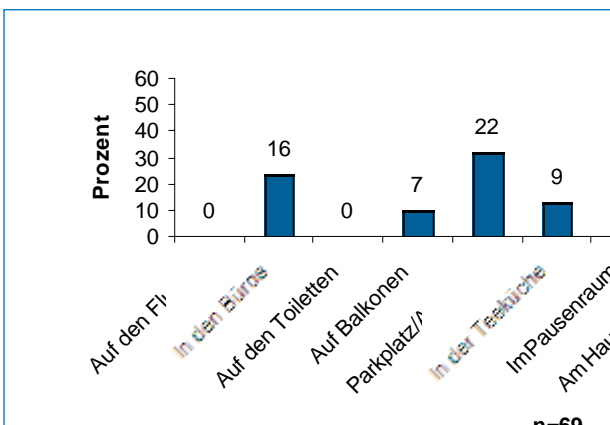
Umsetzung eines effektiven Nichtraucherschutzes durch rauchfreie Geschäftsstellen:

Mehr als die Hälfte der Raucherinnen und Raucher gab an, dass persönliche und berufliche Belastungen das Aufhören erschweren würden.

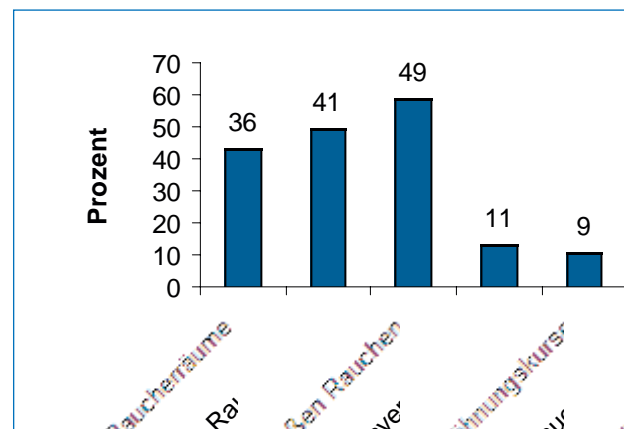
Rauchen im PARITÄTISCHEN

In den Geschäftsstellen des PARITÄTISCHEN gab es vier typische Raucherplätze: Haupteingang, Parkplatz, Büros und Teeküche.

- 75 % der befragten Beschäftigten sahen gute Chancen,
- 72 % der Befragten sprachen sich für rauchfreie Arbeitsplätze aus,
- 71 % wünschten ein Rauchverbot während Gremiensitzungen,
- 68 % befürworteten ein Rauchverbot bei Veranstaltungen und Fortbildungen,
- 59 % waren dafür, das Rauchen nur außerhalb des Dienstgebäudes zu erlauben,
- 49 % der befragten Beschäftigten waren für ein generelles Rauchverbot.



40 % der Befragten fühlten sich durch das Rauchen von Kolleginnen und Kollegen sowie Besuchern belastet. Bezogen auf die gesamte Belegschaft von





Weitere Risiken

Der deutschen Gesellschaft für Ernährung entsprechend lässt das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht (Body-Mass-Index) Rückschlüsse auf das Risiko für Begleiterkrankungen wie Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und psychosoziale Probleme zu.

BMI Klassifikation nach DGE, Ernährungsbericht 1992

BMI-Klassifikation		
Gewichtsklasse	BMI	Risiko
Untergewicht	< 18,5	niedrig
Normalgewicht	18,5 < 25,0	durchschnittlich
Präadipositas	25,0 < 30,0	gering erhöht
Adipositas Grad I	30,0 < 35,0	erhöht
Adipositas Grad II	35,0 < 40,0	hoch
Adipositas Grad III (massive Adipositas)	> 40,0	sehr hoch

Von 88 Befragten machten 22 keine Angaben zu Größe und Gewicht, der BMI konnte bei ihnen nicht bestimmt werden. 55 % (36) der 66 Befragten, die die Fragen beantworteten, lagen mit ihrem BMI-Wert im Normalbereich.

29 % der Befragten (19) waren präadipös und hatten somit ein gering erhöhtes Risiko für Begleiterkrankungen. In diese Gruppe einzuordnen waren:

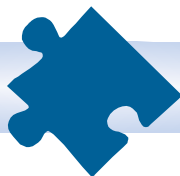
- 42 % der Männer (8), die Angaben zu Größe und Gewicht machten und

- 24 % der Frauen (11),
- 23 % der 21- bis 30-Jährigen (3), 33 % der 31- bis 40-Jährigen (5); 21 % der 41- bis 50-Jährigen (4), 18 % der 51- bis 60-Jährigen (5), 50 % der über 60-Jährigen (1), die Angaben zu Größe und Gewicht machten,
- 36 % der Raucherinnen und Raucher (9).

12 % der Befragten (8), die diese Fragen beantworten, fielen in den Bereich Adipositas Grad I. Für diese Beschäftigten war das Risiko für Begleiterkrankungen erhöht. In diese Gruppe einzuordnen waren:

- 16 % der Männer (3) und 11 % der Frauen (5),
- 8 % der 21- bis 30-Jährigen (1), 5 % der 41- bis 50-Jährigen (1), 18 % der 51- bis 60-Jährigen (5), 50 % der über 60-Jährigen (1), die Angaben zu Größe und Gewicht machten
- 4 % der Raucherinnen und Raucher (1)

Eine Mitarbeiterin war der BMI-Klassifikation, Adipositas Grad II zuzuordnen, sie trug ein hohes Risiko für Folgeerkrankungen. Keiner der Befragten wies eine massive Adipositas auf. Insgesamt waren 65 % der Befragten, die Angaben zu Größe und Gewicht machten, wenn auch mit unterschiedlichem Schweregrad, übergewichtig. Betrachtet man Männer und Frauen im Ver-



gleich, waren die Männer sowohl im gering erhöhten (42 % zu 24 %) als auch im erhöhten (16 % zu 11 %) Bereich sichtbar häufiger von Risiken für Begleiterkrankungen betroffen als die Frauen. Bei den übergewichtigen Raucherinnen und Rauchern, also bei 40 % der Befragten, treffen bereits zwei bzw. drei Risikofaktoren (wie Rauchen, Übergewicht bzw. ungesunde Ernährung, nicht ausreichende Bewegung) zusammen und potenzieren die Erkrankungsgefahr.

2.3 Ziele

Das Projekt trägt mit seinem Anliegen zur Realisierung des Gesundheitsziels „Senkung des Anteils an Raucherinnen und Rauchern in der Bevölkerung und der alkoholbedingten Gesundheitsschäden auf Bundesdurchschnitt“ bei.

Im Zuge der Projektkonzipierung wurden folgende Ziele formuliert:

- Entwicklung „lebbarer“ rauchfreier Strukturen im PARITÄTISCHEN
- Erhalt und Förderung der Gesundheit der Beschäftigten
- Förderung einer gesunden Lebensweise
- Förderung von Gesundheitskompetenzen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- Schaffung rauchfreier Geschäftsstellen
- Unterstützung der Beschäftigten,

die aufhören wollen zu rauchen

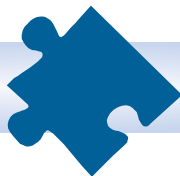
- Verbesserung der Arbeitsmotivation und -zufriedenheit
- Wissenserwerb und -vertiefung insbesondere zu legalen Suchtmitteln

Folgende operationalisierte Ziele wurden im Rahmen der Bewerbung als Modellprojekt der Gesundheitsziele daraus abgeleitet:

- Betriebsvereinbarung zum Nichtraucherschutz
- Nutzung der Informations- und Aufklärungsangebote von 70 % der Beschäftigten
- Wissenserwerb und -vertiefung bei 50 % der Beschäftigten
- Teilnahme von 60 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an einer Befragung zum Projektthema und zum Gesundheitszustand der Beschäftigten
- Regelmäßige Mitwirkung von Beschäftigten in den sechs Gesundheitszirkeln

Unter Berücksichtigung der Vorüberlegungen und der Ausgangslage, die durch eine Mitarbeiterbefragung zu Beginn des Projektes – nach der Mitarbeiterbefragung – genauer definiert werden konnte, wurde die Zielsetzung noch einmal angepasst:

- Verständliche Ausschilderung von Nichtraucher- und Raucherbereichen
- Betriebsvereinbarungen zum Nichtraucher- und Gesundheitsschutz
- Bereitstellung von Informationen



und Hinweisen u. a. zur gesunden Ernährung

- Organisation von Inhouse-Präventionskursen zu den Themen Raucherentwöhnung, Entspannung, Ernährung, Bewegung

2.4 Zielgruppen

Das Projekt zielte auf die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, Führungskräfte, Mitarbeitervertretungen und Personalverantwortliche der Hauptgeschäftsstelle des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt e.V. sowie den fünf Regionalstellen Altmark (Stendal), Süd (Halle), Mitte (Aschersleben), Ost (Dessau) und Magdeburg ab.

2.5 Projektträger

Träger des Projektes waren der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt e.V. sowie die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.

2.6 Kooperationspartner

Folgende Kooperationspartner waren in das Projekt eingebunden:

- BARMER Ersatzkasse Sachsen-Anhalt
- Vitalassistentin Kerstin Gorgas

Am Gesundheitstag wirkten folgende Partner mit:

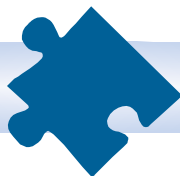
- Kneipp-Verein Magdeburg e.V.
- Praxis für Ernährungsberatung Trophus
- Gesundheitsreferenten
- Heilpraktiker Jan Conrad
- Dr. Knoche – Augentoptik und Hörgeräte
- Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)

2.7 Laufzeit

Für das Projekt war eine Laufzeit von zwei Jahren vorgesehen – 2007 bis 2008. Die tatsächliche Zeitspanne umfasste inklusive Vorbereitungs-, Durchführungs- und Nachbereitungsphase, begonnen im Herbst 2006 und abgeschlossen im September 2009, knapp drei Jahre.

2.8 Finanzierung

Ein Großteil der anfallenden Kosten wurde von den Projektträgern, dem PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt e.V. und der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) getragen. Die LVG unterstützte das Projekt personell und übernahm die Kosten für das Projektmanagement, die Moderation der Arbeitskreise und die Gestaltung von Projektmaterialien aus dem Budget der Herzkampagne.



Für die während der Arbeitszeit stattfindenden Arbeitskreissitzungen stellte der PARITÄTISCHE fünf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter frei sowie Räumlichkeiten bereit. Weiterhin übernahm der PARITÄTISCHE die Kosten für die Durchführung des Gesundheitstages und deckte die anfallenden Druckkosten für Projektmaterialien ab. Ein Entspannungskurs für die Beschäftigten des PARITÄTISCHEN wurde von der BARMER Ersatzkasse Magdeburg unterstützt. Auf der Grundlage des Sozialgesetzbuches V § 20a Betriebliche Gesundheitsförderung wurden die Gesamtkosten für das Angebot getragen. Interessierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden für die Inanspruchnahme des Angebotes in den Räumlichkeiten des PARITÄTISCHEN von der Arbeit freigestellt.

In Zusammenarbeit mit einer Vitalassistentin wurde den Beschäftigten unter der Mittagspause ein Massageangebot unterbreitet. Der PARITÄTISCHE stellte die dafür benötigten Räumlichkeiten bereit. Dieses Angebot konnte außerhalb der Arbeitszeit in Anspruch genommen werden. Die Kosten wurden von den in Anspruch nehmenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern selbst getragen.

2.9 Projektverlauf

2.9.1 Vorbereitung

Die Vorbereitungsphase umfasste neben der Erarbeitung einer Projektkonzeption sowie die Entwicklung eines Fragebogens sowie Informations- und Aufklärungsmaterialien (siehe Anlagen), die personelle Besetzung des Arbeitskreises Gesundheit sowie die Abstimmung der Regularien und Verantwortlichkeiten unter den Projektträgern.

2.9.2 Durchführung

Den Rahmen für die gesamte Projektarbeit bildete der Arbeitskreis Gesundheit. Er setzte sich zusammen aus der Geschäftsführerin des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt, dem Betriebsratsvorsitzenden, der Leiterin der Regionalstelle Ost, dem Leiter des Grundsatzreferates Altenhilfe, Gesundheit und Selbsthilfe, der Gleichstellungsbeauftragten des PARITÄTISCHEN. Mitarbeiterinnen der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. unterstützten und moderierten den Arbeitskreis.

Die teilnehmenden Beschäftigten des PARITÄTISCHEN meldeten sich im Rahmen der Dachverbandskonferenz, in der die Projektidee vorgestellt wurde, freiwillig zur Mitwirkung. Im Arbeitskreis waren sowohl Raucherinnen



und Raucher als auch Nichtraucherinnen und -raucher vertreten.

Die Teilnahme der Geschäftsführerin und des Betriebsratsvorsitzenden erleichterte und beschleunigte Entscheidungsprozesse.

Der Arbeitskreis traf sich im Verlauf des Projektes neun Mal (fünf Mal 2007, drei Mal 2008, ein Mal 2009). Gemeinsam wurde das Projekt koordiniert, die Ausgangslage analysiert sowie verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen umgesetzt und ausgewertet. Jede Sitzung wurde protokolliert.

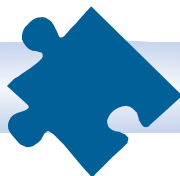
Mitarbeiterbefragung

Um zunächst einen Überblick über das Rauchverhalten der 118 Beschäftigten zu erhalten und deren Meinungen und Vorschläge zum Nichtraucherschutz zu berücksichtigen, wurden alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Landesgeschäftsstelle und der Regionalgeschäftsstellen vom 07. bis 15. Mai 2007 um Teilnahme an einer schriftlichen Befragung gebeten. Der vierseitige Fragebogen inklusive Anschreiben umfasste 25 Fragen u. a. zur Person, zum Rauchverhalten und zum Nichtraucherschutz im PARITÄTISCHEN (siehe Anlage 1). Der Fragebogen wurde von der LVG entworfen und mit dem PARITÄTISCHEN abgestimmt. Die Fragebögen wurden der Geschäftsführung der Landesgeschäftsstelle und den Regionalgeschäftsstellen mit Bitte um Verteilung

in den einzelnen Abteilungen übergeben. Die ausgefüllten Fragebögen konnten in versiegelte Urnen, die jeweils an einem zentralen, uneinsehbaren Ort positioniert waren, eingeworfen werden. Die Daten wurden von Mitarbeitern der LVG erfasst und ausschließlich in Bezug auf die Gesamtprobandenzahl ausgewertet um Rückschlüsse auf Personen auszuschließen (siehe Punkt 2.2.). Die Ergebnisse wurden am 26.07.09 im Arbeitskreis vorgestellt und eine Ziel- bzw. Maßnahmeoptimierung vorgenommen. Die wesentlichen Ergebnisse wurden auf zwei Seiten für die Beschäftigten des PARITÄTISCHEN aufbereitet. Diese Information wurde als erstes Mitarbeiterblatt zusammen mit der Gehaltsabrechnung allen Beschäftigten ausgehändigt.

Raucherinsel

Während der Projektlaufzeit bezog der Landesverband des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt e.V. im Dezember 2007 neue Räumlichkeiten. Im Arbeitskreis Gesundheit wurde gemeinsam diskutiert, wie der Nichtraucherschutz in der neuen Einrichtung für Raucher und Nichtraucher gleichermaßen gerecht umgesetzt werden könnte. Neben der konsequenten Auszeichnung von Raucher- und Nichtraucherbereichen wurde im Innenhof des neuen Gebäudes eine Raucherinsel platziert. Bei der Gestaltung wurden Aspekte wie Einsehbarkeit, Wohlbefinden und Zweckmäßigkeit berücksichtigt. Zwei,



von Lehrlingen der Jugendhilfswerkstadt Gardelegen, künstlerisch gestaltete Aschenbecher und sonnige Sitzgelegenheiten im Grünen sorgen für eine angenehme Atmosphäre. Eine begrünte Pergola bietet Sichtschutz und sichert die Privatsphäre. Die Raucherinsel kann von allen Beschäftigten, sowohl den rauchenden als auch den nicht rauchenden, als Ort der Entspannung und Erholung genutzt werden.

Mitarbeiterblätter

Im Projektjahr 2008 wurde vierteljährlich über den Mailverteiler des Betriebsrates unter dem Titel „Hauptsache Gesund“ ein vom Arbeitskreis Gesundheit erarbeitetes Mitarbeiterblatt zu gesundheitsrelevanten Themen an die Beschäftigten der Landesgeschäftsstelle, der Regionalgeschäftsstellen und der Sozialwerke des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt versandt. Es wurden die Themen Herzgesundheit (inkl. Herzinfarkttrisikotest), Urlaubszeit-Reisezeit (inkl. Übersicht Reiseimpfungen), Grippe und Grippeimpfung sowie gesunde Ernährung in der Weihnachtszeit (inkl. Rezeptheft) behandelt. Die Anlage zum vierten Mitarbeiterblatt, ein Rezeptheft, wurde gedruckt und als kleine weihnachtliche Aufmerksamkeit an die Beschäftigten des PARITÄTISCHEN ausgegeben. Mit Erscheinen des vierten Mitarbeiterblattes im Dezember 2008 wurden die Mitarbeiterblätter an alle Beschäftigten des PARITÄTISCHEN

Sachsen-Anhalt per E-Mail verteilt. Im Jahr 2009 werden die Themen Augen-, Fußgesundheit, „Fit und gesund durch den Winter“ mit Tipps zur Stärkung des Immunsystems sowie Vorsorgeuntersuchungen aufgegriffen.

Gesundheitskurse

Entgegen der ursprünglichen Planung, für die rauchenden Beschäftigten Entwöhnungskurse anzubieten, wurde in Anlehnung an die Ergebnisse der Mitarbeiterbefragung über die BARMER Ersatzkasse ein Entspannungskurs angeboten. Der Arbeitskreis Gesundheit vertritt damit einen ganzheitlichen Projektansatz, der sich neben Ernährung, Bewegung und anderen Gesundheitsthemen einem, das Rauchen begünstigenden Faktor, dem Stress, widmet. Um die Akzeptanz und Inanspruchnahme eines Kursangebotes durch die Beschäftigten zu testen, wurde der Kurs zunächst in der Landesgeschäftsstelle des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt angeboten. Der Entspannungskurs umfasste vier Einheiten zu je einer Stunde und fand im Zeitraum von 12.30 bis 13.30 Uhr statt. Die Beschäftigten wurden per E-mail, Aushänge in den einzelnen Abteilungen und durch persönliche Ansprache auf das Angebot aufmerksam gemacht und für die Inanspruchnahme des Kursangebotes frei gestellt. Die Mittagspause konnte nachgeholt werden.

Weiterhin wird für die Beschäftigten der Landesgeschäftsstelle des PARITÄTI-



SCHEN Sachsen-Anhalt seit dem 01.12.2008 auf Nachfrage einmal pro Woche außerhalb der Arbeitszeit, im Zeitraum von 09.00 bis 12.00 Uhr ein Massageangebot vorgehalten. Einer freiberuflichen Vitalassistentin werden dafür kostenfrei Räumlichkeiten durch den Arbeitgeber zur Verfügung gestellt. Aushänge informieren zum Angebot. Die Kosten für die Massagen werden von den Beschäftigten privat getragen.

Gesundheitstag

Am 28.06.2007 fand von 10.00 bis 14.00 Uhr in der Landesgeschäftsstelle in Magdeburg für alle Beschäftigten des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt ein Gesundheitstag statt. Ziel des Gesundheitstages war es, die Beschäftigten für ihre Gesundheit zu sensibilisieren und für weitere Aktionen im Rahmen des Projektes zu öffnen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter konnten sich an acht Stationen über gesundheitsfördernde Ernährung und Bewegung (Schnupper-Gymnastikstunde) informieren und kostenfrei bei Check-Ups ihren Gesundheitszustand überprüfen, z. B. das Seh- und Hörvermögen. Für Fragen zum Thema Hautgesundheit standen Experten der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege Rede und Antwort. Sie informierten über Erkrankungen der Haut und wirksame Mittel zu deren Schutz. An der Herzkreislauf-Station testeten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter medizinische Werte wie Blutdruck, Blutzucker, BMI

und Körperfett. Dem Kohlenmonoxidgehalt (CO-Wert) der Ausatemluft galt besondere Beachtung. Der CO-Wert war insbesondere für die Raucherinnen und Raucher von Interesse, denn ein starker Zigarettenkonsum äußert sich in einem erhöhten CO-Wert, der wiederum die Sauerstoffversorgung im Körper verschlechtert und somit der Herzgesundheit abträglich ist. An einer weiteren Station konnten Interessierte dann gleich beginnen, einer eventuellen „Last mit dem Laster“ mittels alternativer Heilmethoden Paroli zu bieten (siehe Anlage 2).

Betriebsvereinbarung

Im Arbeitskreis Gesundheit wurde eine Betriebsvereinbarung zum Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz entworfen. Dieser Entwurf ging nach Abstimmung mit der Geschäftsführung an den Betriebsratsvorsitzenden, der diesen dem Betriebsrat des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt vorstellte. Die Geschäftsführung erhielt eine entsprechende Stellungnahme mit erforderlichen Änderungsvorschlägen. Diese wurden eingearbeitet und in einer Betriebsratsversammlung zu der die Geschäftsführung eingeladen wurde diskutiert und verabschiedet. Der Abstimmungsprozess dauerte ca. 8 Wochen. „Die Betriebsvereinbarung regelt die innerbetrieblichen Maßnahmen im Umgang mit Problemen, die sich in den Einrichtungen des PARITÄTISCHEN aus dem Rauchen von Tabak-



waren ergeben.“ (vgl. Betriebsvereinbarung Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz, Anlage 4). Sie gilt für alle Einrichtungen des PARITÄTISCHEN, die nicht den Bestimmungen des Gesetzes zur Wahrung des Nichtraucherschutzes im Land Sachsen-Anhalt (Nichtraucherschutzgesetz) vom 13. Januar 2007 unterliegen und ist für alle Beschäftigten bindend. Sie soll dazu beitragen, die Gesundheit der Beschäftigten zu schützen und zu erhalten, die Interessen sowohl der rauchenden als auch der nichtrauchenden Beschäftigten zu regeln und den Beschäftigten, die das Rauchen aufgeben wollen, entsprechende Unterstützung zu bieten (ebd.). Es wurde vereinbart, dass das Rauchen in den Einrichtungen grundsätzlich nicht gestattet ist und eine eindeutige Beschilderung darauf verweist. Ausnahmen vom Rauchverbot gelten für klar definierte Bereiche:

- in abgegrenzten Raucherräumen,
- im Außenbereich an ausgewiesenen Plätzen, die sich nicht im Haupteingangsbereich befinden dürfen.

Die Betriebsvereinbarung trat zum 01.04.2008 in Kraft.

Gesunde Ernährung

Eine gesunde Ernährung ist eine wesentliche Voraussetzung für die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. So stand auch dieses Thema neben dem

Rauchen im Projektfokus. Die Geschäftsstellen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt verfügen nicht über eine Kantine. Um ein Angebot in der Mittagszeit zu gewährleisten, vereinbarte die Geschäftsführung exemplarisch für die Landesgeschäftsstelle in Magdeburg mit einem im Haus ansässigen Pizzaservice ein preiswertes Salatangebot. Über weitere Angebote (z. B. Suppen) ist man noch im Gespräch. Außerdem heißt es nun im PARITÄTISCHEN „Obst statt Keks“ bei Besprechungen. Der Vorschlag wurde einvernehmlich aufgegriffen und im gesamten Verband umgesetzt.

Abschluss

Auf der Konferenz leitender Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am 24. und 25.09.2009 in Arendsee wurde das Projekt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vorgestellt, reflektiert und abgeschlossen. Ein Stand informierte zum Projektverlauf und den Ergebnissen.

2.9.3 Nachbereitung

Die Nachbereitungsphase war im Wesentlichen von organisatorischen Aufgaben, wie z. B. der Anfertigung einer Dokumentation und dem Abschlussgespräch der Projektträger geprägt. Im Abschlussgespräch wurde das gesamte Projekt noch einmal durch den Arbeitskreis Gesundheit resümiert. Dabei wurden Ansätze zur weiteren Verstetigung des Gesundheitsgedan-



kens in der Belegschaft im Hinblick auf ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement erörtert.

2.9.4 Begleitende Öffentlichkeitsarbeit

Das Projekt wurde auf unterschiedlichen Ebenen kommuniziert. Anlässlich des Gesundheitstages wurde eine Presseinformation herausgegeben. Aktionen, Ergebnisse und Erfahrungen wurden im Rundbrief des PARITÄTISCHEN „Blickpunkte“ und auf der Homepage des PARITÄTISCHEN (www.paritaet-lsa.de) veröffentlicht. In den Medien der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. sowie der Gesundheitsziele wurde über das Projekt berichtet. Flyer zum Gesundheitstag, Informationsblätter zur Mitarbeiterbefragung und das vierteljährliche Mitarbeiterblatt wurden über das interne Mailsystem des PARITÄTISCHEN versandt.

Parallel zum Projekt brachte sich der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt aktiv in die Diskussion zum Nichtraucherschutzgesetz ein. Der Verband ist mit seinen Mitgliedern unter Leitung der Suchtreferentin in die Diskussion getreten, um:

- Position zum Nichtraucherschutz zu beziehen,
- Stellungnahmen zu erarbeiten und abzustimmen,

- Empfehlungen zur Gesetzesgestaltung hinsichtlich der Belange der Bewohnerinnen und Bewohner von Alten- und Pflegeeinrichtungen, der behinderten oder suchtkranken Heimbewohnerinnen und -bewohner, der Außenwohngruppen und der Menschen mit Behinderten in Werkstätten herauszugeben.

Im Mittelpunkt der Diskussion standen die Achtung und der Schutz der Persönlichkeitsrechte. Eine entsprechende Stellungnahme ist in eine gemeinsame Stellungnahme der LIGA der Spitzenverbände eingeflossen. Diese fand Gehör in einer öffentlichen Anhörung des Landtages Sachsen-Anhalts.

2.10 Ergebnisse

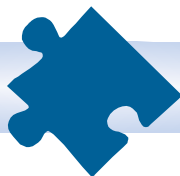
Die nachfolgenden Ergebnisse beziehen sich auf die formulierten Zielstellungen.

Entwicklung „lebbarer“ rauchfreier Strukturen im PARITÄTISCHEN

Der PARITÄTISCHE ist rauchfrei. Für rauchende Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurden separate Raucherplätze geschaffen.

Erhalt und Förderung der Gesundheit der Beschäftigten

Eine rauchfreie Arbeitsplatzumgebung trägt zum Erhalt der Gesundheit der Beschäftigten bei. Die Förderung



der Gesundheit der Beschäftigten wurde in der Betriebsvereinbarung verankert und verschiedene Angebote u. a. zur Entspannung und zur gesunden Ernährung etabliert

Förderung einer gesunden Lebensweise

Neben den betrieblichen Angeboten zur Förderung einer gesunden Lebensweise unterstützen regelmäßige Informationsangebote die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eigenverantwortlich gesundheitsförderlich mit sich umzugehen.

Förderung von Gesundheitskompetenzen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Der Gesundheitstag, die quartalsweise erscheinenden Mitarbeiterblätter sowie verschiedene Gesundheitsangebote fördern die Gesundheitskompetenzen der Beschäftigten.

Schaffung rauchfreier Geschäftsstellen

Sowohl die Landesgeschäftsstelle als auch die Regionalgeschäftsstellen sind rauchfrei.

Unterstützung von Beschäftigten, die aufhören wollen zu rauchen

Eine Unterstützung beim Aufhören zu rauchen durch den Arbeitgeber war von den Betroffenen nicht gewünscht.

Verbesserung der Arbeitsmotivation und -zufriedenheit

Viele Studien belegen, dass Bemühun-

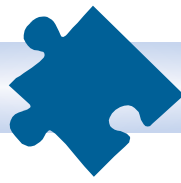
gen des Arbeitgebers für die Gesundheit seiner Beschäftigten sich positiv auf die Arbeitsmotivation und -zufriedenheit auswirken. Ein ähnlicher Effekt ist für das Projekt „Rauchfrei im PARITÄTISCHEN“ zu vermuten. Auch wenn dieses Ziel nicht mit klaren Zahlen belegt werden kann, so zeigen Aussagen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, dass sich die Arbeitszufriedenheit verbessert hat. Rauchgestank in Büroräumen und -gängen gibt es nicht mehr, die Nichtraucherinnen und Mitarbeiter fühlen sich dadurch nicht mehr belästigt. Separate Raucherplätze ermöglichen Raucherinnen und Rauchern eine selbstbestimmte Entscheidung, was zur Zufriedenheit dieser Gruppe beiträgt.

Wissenserwerb und -vertiefung insbesondere zu legalen Suchtmitteln

Die Beschäftigten vertieften ihr Wissen über „legale Suchtmittel“ durch verschiedene Angebote im Rahmen des Gesundheitstages (55 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter) und über die Mitarbeiterinfoblätter (zunächst ca. 70 % aktuell 100 % der Beschäftigten).

Betriebsvereinbarung zum Nichtraucherschutz

Eine Betriebsvereinbarung zum Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz wurde durch den Arbeitskreis Gesundheit erarbeitet und durch Betriebsrat und Geschäftsführung am 01.04.2008 verabschiedet. In der Betriebsvereinba-



rung ist festgehalten, dass diese „den ersten Schritt auf dem Weg zu einer weitergehenden Betriebsvereinbarung zur Gesundheitsförderung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt“ darstellt.

Nutzung der Informations- und Aufklärungsangebote von 70 % der Beschäftigten

Den Gesundheitstag besuchten 55 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Mit den quartalsweise versandten Mitarbeiterblättern wurden regelmäßig Gesundheitsinformationen (Themen siehe Punkt 2.9.2) bereitgestellt. Erreicht wurden mit diesem Medium alle Beschäftigten des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalts und der Einrichtungen, ca. 980 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Der Entspannungskurs wurde von acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, davon zwei Raucherinnen und Rauchern in Anspruch genommen. Das Massageangebot wird von durchschnittlich vier Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern pro Woche genutzt, die Tendenz ist steigend.

Teilnahme von 60 % der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an einer Befragung zum Projektthema und zum Gesundheitszustand der Beschäftigten

Von den 118 Beschäftigten der Geschäftsstellen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt beteiligten sich 75 % (88 Beschäftigte) an der Mitarbeiterbefragung.

Regelmäßige Mitwirkung von Beschäftigten in den sechs Gesundheitszirkeln

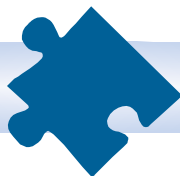
Separate Gesundheitszirkel wurden nicht eingerichtet. Der Arbeitskreis Gesundheit bearbeitete die Aufgabenstellung. Fünf Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer waren im Arbeitskreis vertreten. Sie trafen sich in regelmäßigen Abständen, insgesamt neun Mal.

Verständliche Ausschilderung von Nichtraucher- und Raucherbereichen

Nichtraucher- und Raucherbereiche wurden für die Einrichtungen eindeutig definiert und ausgeschildert. Die Verständlichkeit wurde geprüft.

Bereitstellung von Informationen und Hinweisen u. a. zur gesunden Ernährung

Im Rahmen des Gesundheitstages wurden Informationen zu folgenden Themen bereitgestellt: gesunde Ernährung, Raucherentwöhnung, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Entspannung, Bewegung, Hören und Sehen sowie Hautgesundheit. Mit den quartalsweise versandten Mitarbeiterblättern wurden Informationen zu folgenden Themen bereitgestellt: Herzgesundheit, Urlaubszeit-Reisezeit, Grippe, gesunde Ernährung in der Weihnachtszeit, Augen- und Fußgesundheit, Fit und gesund durch den Winter (Stärkung des Immunsystems) sowie Vorsorgeuntersuchungen.



Organisation von Inhouse-Präventionskursen zu den Themen Raucherentwöhnung, Entspannung, Ernährung, Bewegung

Es wurde ein Entspannungskurs für die Landesgeschäftsstelle des PARI-TÄTISCHEN organisiert, der sich dem Risikofaktor Stress widmete. Der Kurs fand an vier Kursterminen: 24.10.2008, 30.10.2008, 07.11.2008 und 14.11.2008, im Zeitraum von 12.30 bis 13.30 Uhr statt. Der Kurs wurde von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als sehr erfolgreich, informativ und angenehm in der Atmosphäre bewertet. Seit dem 01.12.2008 wird in der Landesgeschäftsstelle von einer Vitalassistentin ein Massageangebot vorgehalten. Eine Schnupperstunde zu den „5-Tibetern“, eine fernöstliche Entspannungsmethode, ist geplant.

3. Projektbewertung

3.1 Betrachtung der Zielstellung und ihrer Operationalisierung

Die internen, optimierten Zielstellungen, die nach der Mitarbeiterbefragung formuliert wurden, konnten nicht vollständig erfüllt werden. Das hat unterschiedliche Ursachen, zum Teil waren die Ziele zu abstrakt formuliert, zum Teil waren sie zu hoch gesteckt, zum Teil differierten die Intensionen des Arbeitskreises mit den Mitarbeiterwünschen. Insgesamt bleibt festzuhalten, dass die Projektzielstellungen die ak-

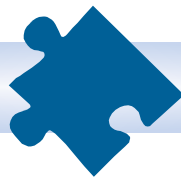
tive Auseinandersetzung mit Gesundheitsfragen insbesondere dem Rauchen im betrieblichen Kontext beförderten.

3.2 Betrachtung des Projektverlaufes

Insgesamt betrachtet verlief das Projekt den Erwartungen entsprechend. Grundlage dafür war vor allem das kontinuierliche und zielgerichtete Wirken des Arbeitskreises Gesundheit. Klare Verantwortlichkeiten im Projekt trugen zum reibungslosen Ablauf bei. Eine gute Planung sowie schnelle und unkomplizierte Abstimmungsprozesse unterstützten dies.

Der für das Projekt zur Verfügung stehende Zeitraum wurde optimal genutzt und konnte für die Durchführung weitestgehend eingehalten werden.

Ambivalent für die Umsetzung des Projektes gestaltete sich die durch das Inkrafttreten des Nichtraucherschutzgesetzes am 01. Januar 2008 angeregte Diskussion zum Nichtraucherschutz. Diese unterstützte das Bewusstsein für Veränderungen, rief aber auch den Widerstand rauchender Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Führungskräfte und Bewohnerinnen und Bewohner von Einrichtungen gegen geplante Maßnahmen hervor. Geschäftsführung, Betriebsrat und Arbeitskreis Gesundheit setzten sich offensiv mit Rauchgewohnheiten der



Beschäftigten und möglichen Änderungen zugunsten einer gesunden Arbeitsumgebung auseinander.

Fehlende finanzielle Ressourcen des PARITÄTISCHEN erschwerten die Umsetzung von weitergehenden gesundheitsfördernden Maßnahmen. Die Verteilung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf fünf Geschäftsstellen ließ zentrale Projektangebote nur bedingt zu. Deshalb standen konkrete regionale bzw. einrichtungsbezogene Lösungen im Vordergrund.

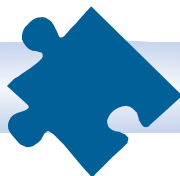
3.3 Betrachtung der Nachnutzbarkeit

Das Projekt wurde mit der Maßgabe initiiert, bei Erfolg eine Nachnutzung zu ermöglichen. Die Umsetzung ist in jedem Unternehmen bei Vorhandensein bestimmter Rahmenbedingungen realisierbar. Das Projekt gibt eine gute Struktur und kann um weitere, den Gegebenheiten angepasste Maßnahmen ergänzt werden. Um Akzeptanz in der Belegschaft zu erhalten, sollten bei der Nachnutzung die Bedürfnisse der Beschäftigten, z. B. im Rahmen einer Mitarbeiterbefragung oder von Personalgesprächen, erhoben sowie die Einhaltung bestimmter Maßgaben (siehe Handlungsempfehlungen) berücksichtigt werden.

4. Handlungsempfehlungen

Wenn Sie das Projekt nachnutzen wollen, sollten Sie folgende Punkte beachten:

- Die Geschäftsführung kann sich mit der Projektidee identifizieren und unterstützt das Projekt.
- Führungskräfte und Beschäftigte des Unternehmens sind über das Projekt informiert.
- Es besteht ein aktueller Handlungsbedarf in Bezug auf das Rauch- bzw. Gesundheitsverhalten der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.
- Unter Berücksichtigung eines ganzheitlichen Projektansatzes sollten alle Beschäftigtengruppen mit Raucherinnen und Rauchern sowie Nichtraucherinnen und Nichtrauchern beteiligt werden.
- Da die Themen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung mit der Rauchproblematik zusammenhängen, sollten diese berücksichtigt werden.
- Der Geschäftsführung muss entscheiden, in die Gesundheit der Beschäftigten in Form von Finanz-, Sachmitteln und Personal/Arbeitszeit zu investieren.
- Die Finanzierung des Projektes muss geklärt sein. Können die Kosten nicht durch das Unternehmen getragen werden, sollte überlegt werden, wer als Kooperationspartner unterstützen kann. Mögliche Partner wären z. B. Krankenkassen



- und Berufsgenossenschaften.
- Für die Treffen des Arbeitskreises Gesundheit und die Umsetzung von Gesundheitsangeboten sollten nach Möglichkeit Räume im Unternehmen bereitgestellt werden.
 - Eine fachbereichsgemischte und ausgewogene Zusammensetzung des Arbeitskreises Gesundheit ist empfehlenswert. Auf jeden Fall sollten Raucherinnen und Raucher sowie Nichtraucherinnen und -raucher vertreten sein.
 - Zur Bearbeitung der Rauchproblematik im Unternehmen ist die Teilnahme einer Vertreterin bzw. eines Vertreters der Geschäftsführung, der/des Gleichstellungsbeauftragten und einer Vertreterin bzw. eines Vertreters des Betriebsrates empfehlenswert. Je nach Unternehmensgröße können einzelne Gesundheitsthemen in Unterarbeitskreisen bearbeitet werden. Diese können sich aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einer Arbeitsebene zusammensetzen, können aber auch hierarchieebenenübergreifend besetzt sein.
 - Die Wünsche und Bedürfnisse der Beschäftigten sollten bei der Umsetzung von Maßnahmen weitestgehend Berücksichtigung finden. Die Partizipation der Belegschaft am Entscheidungsprozess erhöht die Akzeptanz.
 - Eine konstante Begleitung des Projektes durch immer wiederkehrende Anregungen für die eigene Gesundheit, wie z. B. ein quartalsweise erscheinendes Mitarbeiterblatt, sensibilisiert und unterstützt die Wahrnehmung des Projektes.
 - Vorhandene Kommunikationsstrukturen (z. B. Intranet, Mitarbeiterzeitschrift) sollten bewusst für die interne Öffentlichkeitsarbeit genutzt werden.
 - Eine kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit schafft Akzeptanz bei den Beschäftigten und der Öffentlichkeit, sie stärkt das positive Image des Unternehmens.



5. Literatur

Baumeister, Sebastian E. (et al.) (2008): Tabakkonsum, Nikotinabhängigkeit und Trends. Ergebnisse des Epidemiologischen Suchtsurveys 2006. In: Sucht, 54 (Sonderheft 1), S. 26 - 35.

Bundesvereinigung für Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (Hrsg.): Wettbewerb „Unser Betrieb macht rauchfrei“, Online Publikation, www.rauchfrei-wettbewerb.de, Stand: 01.07.09.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.): Rauchfrei am Arbeitsplatz, Online-Publikation, www.rauchfrei-info.de, Stand: 01.07.09.

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (Hrsg.): Tabak. Basisinformation.

Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.): Passivrauchen – ein unterschätztes Gesundheitsrisiko, Heidelberg, 2005.

Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.): Drogen- und Suchtbericht. Mai 2008.

Gesetz zur Wahrung des Nichtraucher-schutzes im Land Sachsen-Anhalt (Nichtraucherschutzgesetz) vom 19.12.2007, Online Publikation, www.sachsen-anhalt.de, Stand: 08.09.09.

KATALYSE Institut für angewandte Umweltforschung e.V.: Umweltlexikon Online. MAK-Werte, Online Publikation, www.umweltlexikon-online.de, Stand: 06.07.2009.

Kröger, Christoph: Raucherentwöhnung in Deutschland. Grundlagen und kommentierte Übersicht. Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). 2. Aufl. Köln: BZgA 2001.

Kutzinski, Rainer: Nichtraucher-schutz in Sachsen-Anhalt. Unfallkasse Sachsen-Anhalt (Hrsg.) In: Sicherheitsforum, 2/2008.

Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt (Hrsg.): Gesundheitsziele und Gesundheitsförderung in Sachsen-Anhalt. Fokusbericht der Gesundheitsberichterstattung des Landes. 2008.



Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt (Hrsg.):
Moderne Drogen- und Suchtprävention (Modrus IV). 2008.

Reimann, Jörn: Aspekte zum betrieblichen Nichtraucherchutz. In: Die BG,
Heft 11/05, S. 701-707.

Statistisches Bundesamt (Hrsg.): Leben in Deutschland. Haushalte, Familien
und Gesundheit - Ergebnisse des Mikrozensus 2005, Wiesbaden 2006.

6. Anlagen

1. Fragebogen (4 Seiten)
2. Programm Gesundheitstag (2 Seiten)
3. Mitarbeiterblatt (2 Seiten)
4. Betriebsvereinbarung (3 Seiten)



Anlage 1 Fragebogen



Mitarbeiterbefragung zum Projekt Rauchfrei im *PARITÄTISCHEN*



Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

einen Großteil unseres Tages verbringen wir am Arbeitsplatz. Um so wichtiger sind gesunde Rahmenbedingungen und ein gesundes Betriebsklima. Ein wesentlicher Einflussfaktor auf die Gesundheit ist das Nichtrauchen. Jeder weiß, dass Rauchen krebserregend ist und auch Folgeerkrankungen, wie z.B. Diabetes mellitus, oder Herz-Kreislaufkrankungen auslösen kann. Damit steht jeder Mitarbeiter einer Institution in der Verantwortung seiner eigenen Gesundheit und u.U. auch der seiner Kollegen gegenüber.

Am 31.05.2001 hat der Deutsche Bundestag die Verbesserung des Nichtraucherschutzes am Arbeitsplatz durch eine Änderung der Arbeitsstättenverordnung beschlossen und nimmt damit den Arbeitgeber in die Pflicht, den Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz zu gewährleisten.

Mit einem zweijährigen Projekt „Rauchfrei im *PARITÄTISCHEN*“ möchte der *PARITÄTISCHE* für seine Mitarbeiter in den Geschäftsstellen einen Beitrag zum Nichtraucherschutz leisten. Ziel ist es, die Nichtraucher vor Einflüssen des Passivrauchens zu schützen und Rauchern Unterstützungsangebote zur Raucherentwöhnung zu unterbreiten.

Projektarbeit bietet eine auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche ausgerichtete Arbeitsstruktur, die nur unter Beteiligung der Mitarbeiter erfolgversprechend umgesetzt werden kann. Wir möchten Ihre Meinung, als Experte Ihrer eigenen Arbeitssituation (egal ob Raucher oder Nichtraucher), einbeziehen und bitten Sie daher, den beiliegenden Fragebogen auszufüllen und bis zum 18.05.2007 in die dafür vorgesehene Urne einzuwerfen.

Die Mitarbeiterbefragung und die Angaben sind freiwillig. Um die Anonymität der Daten zu wahren, werden in allen Geschäfts- bzw. Regionalstellen des *PARITÄTISCHEN* versiegelte Urnen zur Verfügung stehen.

Die Auswertung erfolgt durch einen externen Partner, der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. Anschließend werden die Fragebögen vernichtet. Über das Ergebnis der Befragung werden wir Sie selbstverständlich informieren.

Lassen Sie uns gemeinsam etwas bewegen!

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Ihre Dr. Gabriele Girke
Geschäftsführerin
Der *PARITÄTISCHE*

Ihre Martina Kolbe
Geschäftsführerin
Landesvereinigung für Gesundheit



Anlage 1 Fragebogen

Fragebogen

Bitte Zutreffendes ankreuzen!

1. **Alter:** _____ Jahre
2. **Geschlecht:** männlich weiblich
3. **Größe:** _____ m
4. **Gewicht:** _____ kg
5. **Familienstand:** ledig verheiratet geschieden verwitwet
 mit Kindern im Haushalt
6. **Haben Sie früher geraucht?**
 sehr oft oft gelegentlich selten nie
7. **In welchem Alter haben Sie zum ersten Mal geraucht?**
 im Alter von _____ Jahren
 habe mal probiert
 habe noch nie geraucht (*weiter mit Frage 15*)
8. **Rauchen Sie?**
im Dienst ja nein im Privatleben ja nein (*wenn beide Male nein, weiter mit Frage 15*)
9. **Wieviel rauchen Sie pro Tag?**
Anzahl der Zigaretten : _____ Anzahl der Zigarillos : _____
Anzahl der Zigarren : _____ Anzahl anderer Rauchwaren : _____
10. **Gab es Versuche, mit dem Rauchen aufzuhören?**
 ja, gab es nein, gab es nicht (*weiter mit Frage 12*)
11. **Was hat es erschwert, mit dem Rauchen aufzuhören? (Mehrfachnennung möglich)**
 in Familie wird geraucht KollegInnen rauchen
 unbefriedigende Tätigkeit Stress
 andere persönliche Belastungen weil es mir schlecht geht, wenn ich nicht rauche
andere Gründe: _____
12. **Wie stark ist Ihr Wunsch, mit dem Rauchen aufzuhören?**
 sehr stark
 stark
 weniger stark
 habe zur Zeit nicht den Wunsch aufzuhören



Anlage 1 Fragebogen

13. Welche der folgenden Gründe könnten Sie dazu bringen, das Rauchen aufzugeben?

(Mehrfachnennung möglich)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> gesundheitliche Gründe
(ernsthafte Erkrankung) | <input type="checkbox"/> die Befürchtung, ernsthaft zu erkranken |
| <input type="checkbox"/> allgemeine körperliche Beschwerden (z. B. Kurzatmigkeit) | <input type="checkbox"/> Schwangerschaft |
| <input type="checkbox"/> Familie und KollegInnen nicht mehr dem Tabakrauch aussetzen (Passivrauchen) | <input type="checkbox"/> zu teure Rauchwaren |
| | <input type="checkbox"/> kein schlechtes Vorbild für Kinder und Angehörige sein |
| | <input type="checkbox"/> unangenehmer Geruch |
| | <input type="checkbox"/> das Rauchen stört die/ den PartnerIn |
| | <input type="checkbox"/> tabakbedingte Erkrankung einer/s Freundin/es |

sonstiges: _____

14. Haben Sie schon einmal berechnet, wie viel Geld Sie monatlich für Rauchwaren ausgeben?

- ja, die Kosten sind ____ € nein

15. Wo rauchen die MitarbeiterInnen der Geschäftsstellen des **PARITÄTISCHEN**?

(Mehrfachnennung möglich)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> auf den Fluren | <input type="checkbox"/> in den Teeküchen |
| <input type="checkbox"/> in den Büros | <input type="checkbox"/> im Pausenraum |
| <input type="checkbox"/> auf den Toiletten | <input type="checkbox"/> vor dem (Haupt)Eingang |
| <input type="checkbox"/> auf Balkonen/ in Kammern/ Ecken/ Winkeln | <input type="checkbox"/> im Treppenhaus |
| <input type="checkbox"/> außerhalb: Parkplatz, Anlagen | <input type="checkbox"/> in besonderen Raucheräumen |

sonstiges: _____

16. Ist es Ihnen schon einmal oder mehrmals unangenehm aufgefallen, dass ein/e MitarbeiterIn oder BesucherIn nach Rauch gerochen hat?

- mehrmals unangenehm aufgefallen
 einmal unangenehm aufgefallen
 nicht unangenehm aufgefallen

17. Wie gut sind Ihrer Meinung nach die Möglichkeiten, die Geschäftsstellen des **PARITÄTISCHEN** rauchfrei zu gestalten?

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> sehr gut | <input type="checkbox"/> weniger gut |
| <input type="checkbox"/> gut | <input type="checkbox"/> schlecht |

18. Wo sollte Ihrer Meinung nach nicht geraucht werden?

- | | ja | nein |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| am Arbeitsplatz | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Gremien- / Vorstandssitzungen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Veranstaltungen / Fortbildungen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchen an ausgewiesenen Orten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



Anlage 1 Fragebogen

19. Wie sehr fühlen Sie sich persönlich durch das Rauchen von KollegInnen oder BesucherInnen belästigt?
- sehr belästigt
 - etwas belästigt
 - kaum
 - gar nicht belästigt
20. Fühlen Sie sich in der Lage, gegenüber MitarbeiterInnen und BesucherInnen den Nichtraucherschutz im *PARITÄTISCHEN* zu vermitteln?
- ja nein
- Wenn nein, welche Unterstützung wünschen Sie sich?
- _____
21. Sehen Sie es als Ihre Aufgabe an, rauchende MitarbeiterInnen und BesucherInnen (immer wieder) auf die gesundheitlichen Risiken des Rauchens hinzuweisen?
- ja nein
22. Ist im Haus klar erkennbar, wo geraucht werden darf und wo nicht?
- klar erkennbar nicht klar erkennbar
23. Was sollte der *PARITÄTISCHE* tun, wenn es um den Nichtraucherschutz geht?
(*Mehrfachnennung möglich*)
- Rauchen ist in besonderen Raucherräumen gestattet
 - in den Geschäftsstellen besteht ein generelles Rauchverbot
 - Rauchen ist nur außerhalb des Gebäudes gestattet
 - Erstellung einer Betriebsvereinbarung zur Rauchprävention
 - betriebliche Raucherentwöhnungskurse
 - Fortbildung eines Freiwilligen zum ehrenamtlichen Nichtraucher-Coach
 - Öffentlichkeitsarbeit
 - ist mir egal
- sonstiges: _____
24. Was sollte der *PARITÄTISCHE* tun, wenn es um die Gesundheit seiner MitarbeiterInnen geht?
- _____
- _____
25. Was würden Sie gern selbst für Ihre Gesundheit tun?
- _____
- _____

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung!



Anlage 2 Programm Gesundheitstag

Station 7: Haut
Hauterkrankungen sind seit Jahren auf dem Vormarsch: Bei anerkannten Berufskrankheiten machten sie 2004 über ein Drittel aus. Grund genug für die BGW, für den Hand- und Hautschutz in Betrieben zu werben. Lassen Sie die Wirksamkeit Ihres Hautschutzes testen!
Ort: Großer Beratungsraum

Station 8: Brustgesundheit
Brustkrebs gehört zu den häufigsten Krebsarten bei Frauen in Deutschland! Aufklärung und Vorsorge sind daher wichtig. An der Station Brustgesundheit informieren wir über das Thema „Früherkennung“: Sie erhalten Informationsmaterial, erfahren Neues zum Mammographie-Screening in Deutschland und Sachsen-Anhalt. Nutzen Sie die Möglichkeit, am Brustmodell selbst Knoten zu ertasten!
Ort: Büro 309

Stationen finden Sie wie folgt:

3. Etage
Großer Beratungsraum:
Stationen 3, 4, 5 und 7
Kleiner Beratungsraum:
Station 1
Büro 308:
Station 6
Büro 309:
Station 8
Flur:
Station 2

Unser Gesundheitstag im Überblick

Die Stationen finden Sie wie folgt:

3. Etage
Großer Beratungsraum:
Stationen 3, 4, 5 und 7
Kleiner Beratungsraum:
Station 1
Büro 308:
Station 6
Büro 309:
Station 8
Flur:
Station 2

Gesundheitstag
im **PARITÄTISCHEN**



28. Juni 2007
10.00 bis 14.00 Uhr







Überblick

Programm

Gesundheitstag



Anlage 2 Programm Gesundheitstag

Programm

Herzlich willkommen zum Gesundheitstag ...

der am 28. Juni 2007 für Sie vom *PARITÄTISCHEN* und der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. gestaltet wird. Wir bieten Ihnen vielfältige Möglichkeiten, sich rund um das Thema Gesundheit und gesunde Lebensweise zu informieren. Nutzen Sie unsere Angebote zur Förderung der eigenen Gesundheit und lassen Sie sich testen. Fachleute stehen mit Rat und Tat zur Seite.

An acht Stationen bieten wir Ihnen ein buntes Gesundheitsprogramm von Kopf bis Fuß. Informationen zu den angebotenen Stationen können Sie diesem Flyer entnehmen.

Nehmen Sie die kostenfreien Check-Ups und weitere Angebote des Gesundheitstages in Anspruch - ohne Praxisgebühr, ohne lange Wartezeiten - einfach hier im *PARITÄTISCHEN*.



Programm

Station 1: Bewegung

Bewegung ist der Puls für Körper und Seele. Gerade Beschäftigte im Büro klagen durch ihre sitzende Tätigkeit häufig über Beschwerden am Muskel-Skelett-System. Gymnastische Übungen mittels Dehnung und Entspannung können hierbei eine Hilfe sein. Gestalten Sie Ihre nächste Pause sportlich! Bewegen Sie sich mit und bleiben Sie fit! Besuchen Sie unseren Schnupperkurs!

Ort: Kleiner Beratungsraum

Station 2: Ernährung

Der tägliche Kampf gegen die Pfunde geht an fast Keinem mehr spurlos vorbei. Dabei würde sich unser Körper über jedes Kilo freuen, das er weniger tragen muss. Eine Gewichtsreduktion stellt eine Entlastung für Gelenke, Herz, Kreislauf und Stoffwechsel dar. Lassen Sie sich beraten, wie man sich der Herausforderung stellen kann und profitieren Sie gesunde Leckereien!

Ort: Flur

Station 3: Augen

An dieser Station können Sie sich rund um das Thema „Auge“ beraten lassen. Was ist der Unterschied zwischen einem Grünen und einem Grauen Star? Wie können Augenkrankheiten erkannt werden? Besser Brille oder Kontaktlinsen tragen? Stellen Sie Ihre Fragen und lassen Sie Ihr Sehvermögen mit Hilfe eines Sehtest überprüfen!

Ort: Großer Beratungsraum

Programm

Station 4: Herz-Kreislauf

Gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und Verzicht auf Rauchen und Alkohol machen uns fit. Eine ungesunde Lebensweise kann dagegen Krankheiten wie Diabetes mellitus, Arteriosklerose, Herzinfarkt und Schlaganfall fördern. Lassen Sie Ihre medizinischen Werte wie Blutdruck, Blutzucker, BMI-Wert, Körperfett und CO-Wert überprüfen, nutzen Sie das Angebot der IKK gesund plus und stellen Sie Ihr Herz am Cardio-Scan-Gerät auf den Prüfstand!

Ort: Großer Beratungsraum

Station 5: Ohren

Lärm macht unsere Ohren krank. Viele Einflüsse (Lärm am Arbeitsplatz, Verkehrslärm, Disco, MP3-Player) können früher oder später zu Hörschäden führen. Schwerhörigkeit kommt sehr langsam und ist nicht heilbar. Gehen Sie auf Nummer sicher und lassen Sie Ihr Hörvermögen überprüfen!

Ort: Großer Beratungsraum

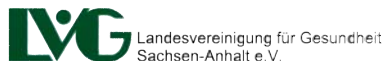
Station 6: Alternative Heilmethoden

Rauchen - die Last mit dem Laster. Gibt es Wege aus dem Teufelskreis oder ist der Kampf, mit dem Rauchen aufzuhören, bereits verloren? Sind Alternative Heilmethoden oder Medikamente eine Alternative? Lassen Sie sich von einem Heilpraktiker fachkundig beraten!

Ort: Büro 308



Anlage 3 Mitarbeiterblatt



Hauptsache gesund – Eine Aktion des Projektes „Rauchfrei im Paritätischen“

Urlaubszeit - Reisezeit

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

bald ist es wieder so weit - für viele der Höhepunkt des Jahres: der Urlaub! Millionen Deutsche sehnen dieser Auszeit entgegen. Ob Flugreise, Kreuzfahrt, Wanderurlaub oder Camping - Hauptsache Erholung und Spaß stehen im Vordergrund.

Ein gelungener Urlaub beginnt schon mit der Planung. Neben den allgemeinen Informationen über die Reise selbst sollten Sie sich vor allem über Besonderheiten des Landes, das dortige Gesundheitssystem und die Möglichkeiten der eigenen Vorsorge informieren. Dazu zählen z. B. eine gut ausgestattete Reiseapotheke, die richtigen Unterlagen der Krankenversicherung und Adressen von Ansprechpartnern am Urlaubsort. Falls Sie eine Fernreise planen, sollten Sie sich über mögliche Infektionsgefahren und entsprechende Schutzmaßnahmen genau informieren. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt auch über Ihre gesundheitlichen Probleme und notwendige Konsequenzen für Ihre Reise. Je besser Sie Ihren Urlaub vorbereiten, desto besser können Sie ihn genießen.

Was Sie beachten sollten, wenn es Sie in die Sonne zieht

Tunesien, Dominikanische Republik, Karibik u.v.a. werden als Traumländer angepriesen, aber das Klima und die hygienischen Verhältnisse im Urlaubsland können eine Gefahr für die Gesundheit darstellen.

Gesundheit:

Nicht jedes Reiseziel kommt für Menschen mit gesundheitlichen Problemen in Betracht. Tropische oder subtropische Gebiete können für Menschen mit Herz-Kreislaufbeschwerden oder Atemwegserkrankungen auf Grund der hohen Luftfeuchtigkeit sehr belastend bzw. gefährlich werden.

Essen & Hygiene:

Wer in den Urlaub fährt, möchte nicht nur Land und Leute, sondern auch die einheimische Küche kennen lernen. Exotische Gerichte locken oft an jeder Straßenecke - und kühle, exotische Getränke gehören für viele zu einem gelungenen Urlaub einfach dazu. Allerdings beachten viele dabei nicht, dass Essen und Getränke unreinigt sein könnten.

Um die häufigste Reiseerkrankung, den Durchfall zu vermeiden, hier die wichtigsten Tipps:

- Nichts essen, was man nicht kochen oder schälen kann!
- Frisch zubereitete Speisen verzehren, warmgehaltene Speisen meiden!
- Bevorzugen Sie frisches Obst, Schalenfrüchte (Bananen, Kokosnüsse oder Ananas)!
- Nehmen Sie Abstand von offenen Nachspeisen!
- Lassen Sie die Finger von rohen Lebensmitteln, besonders Fleisch oder Fisch!
- Frische Milch sollten Sie vor dem Verzehr abkochen!
- Trinken Sie nur Wasser aus industriell hergestellten und verschlossenen Flaschen oder abgekochtes Leitungswasser! Benutzen Sie diese Flaschen auch für das Zähneputzen! Lehnen Sie Wasser aus offenen Flaschen ab!
- Lassen Sie sich nur im Kühlschrank gekühlte Getränke servieren! Verzicht auf Eiswürfel!
- Verzicht auf Speiseeis, auch wenn es schwer fällt!

Baderegeln:

Reisen an Meer oder See versprechen Erholung und Vergnügen. Wasser, Sonne und Schwimmen bringen Urlaubs-Flair. Doch der Spaß wird schnell getrübt, wenn ein Badeunfall passiert. Die Ursachen der Unfälle liegen dabei nicht im Gewässer, sondern im Menschen selbst. Unachtsamkeit und eigene Überschätzung führen zu einem fahrlässigen und gefährlichen Verhalten. Deshalb gilt:

- Verzicht auf das Baden bei starkem Wellengang!
- Vermeiden Sie das Schwimmen in der Nähe von Schiffen oder Booten!
- Vermeiden Sie das Ausprobieren von Wassersportarten im Alleingang, z.B. Tauchen, Wasserski, Surfen usw.! Nehmen Sie sich einen Fachmann!





Anlage 3 Mitarbeiterblatt

Was Sie beachten sollten, wenn es Sie in die Berge zieht

Gesundheit:

Prinzipiell darf natürlich jeder wandern, Einschränkungen sind nur bei einzelnen Erkrankungen zu machen. Es muss ja nicht immer der achtstündige Aufstieg auf den nächsten Dreitausender sein. Ein gemütlicher Spaziergang und die anschließende Rast auf einer urigen Hütte sind in vielen Fällen ein ebenso lohnendes Erlebnis.

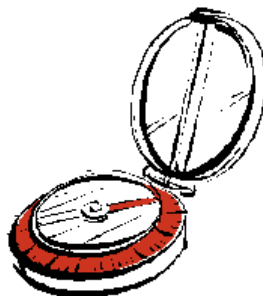
Insbesondere Menschen, die unter Herzerkrankungen leiden, sollten alle Belastungsrisiken kennen, die sich durch die geplante Wanderung ergeben könnten. Eine sorgfältige Streckenplanung ist in diesem Fall unverzichtbar, Selbstüberschätzung kann böse Folgen haben! Wer eine Strecke nicht gut kennt und sich beim Kartenlesen zu wenig auskennt, sollte einen ortskundigen Bergführer zu Rate ziehen. Herz-Kreislauf-Patienten sollten regelmäßig mit ihrem Arzt über die individuelle Belastungsgrenze sprechen und sich Belastungstests unterziehen.

Wanderausrüstung:

Die richtige Wanderausrüstung macht Ihren Wanderurlaub um einiges schöner. Dabei gilt, jedes überflüssige Gewicht beeinflusst die Kondition und die allgemeine Beweglichkeit beim Wandern.

Auch die richtige Ausstattung an den Füßen ist entscheidend. Ob Wandern, Bergsteigen, Klettern, Trekking oder Nordic Walking - wer Wanderschuhe oder Bergschuhe kauft, sollte auf fachliche Beratung im Sportfachhandel nicht verzichten. Auch die Wandersocken sollten auch auf die jeweiligen Schuhe abgestimmt sein. Damit der Wanderausflug ein Erlebnis bleibt, sollten folgende Utensilien in Ihrem Rucksack unbedingt Platz finden:

- Fleecejacke oder Pullover
- Verbandszeug (Pflaster)
- Wanderkarte und Kompass
- Sonnenbrille und Sonnenschutzmittel
- Digicam oder Fotoapparat
- Feuerzeug oder Streichholz
- Geld und Handy
- Brotzeit und Getränke
- Müllsack
- Regenschutz
- Taschentücher
- Wanderstock



Was muss alles in Ihre Reiseapotheke?

Was in Ihre Reiseapotheke sollte, hängt von Ihrem Reiseziel und der Reisedauer ab. Medikamente, die Sie täglich benötigen, verstauen Sie am besten in Ihrem Handgepäck.

Das gehört unbedingt in die Reiseapotheke:

- Schmerz- und Fiebertmittel
- Durchfallmittel
- desinfizierende Hautsalbe oder -lösung auf Alkoholbasis
- anti-allergisch wirkendes Gel gegen Hautreaktionen auf Insektenstiche
- Augen- und Nasentropfen bei Reizung durch Trockenheit oder Staub
- Mittel gegen Reisekrankheit
- schleimlösendes Medikament bei Reizung der Atemwege
- Wund- und Heftpflaster
- Mullbinden
- Fieberthermometer
- Splitter-Pinzette, Schere, Zeckenzange
- Sonnenschutzmittel (mit hohem Schutzfaktor)
- Mittel zur Insektenabwehr (aus Apotheken)
- Empfängnisverhütungsmittel und/oder Kondome



In Regionen mit schlechter medizinischer Versorgung empfiehlt sich die Mitnahme von:

- Breitband-Antibiotikum
- Mittel gegen Pilzinfektion der Scheide (für Frauen)
- Einmal-Handschuhe, -Spritzen, -Kanülen

Zusätzlich haben wir Ihnen in einem Übersichtblatt mögliche Reiseimpfungen zusammengestellt.

Wir wünschen allen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen einen erholsamen Urlaub und kommen Sie gesund wieder!

© 2008 Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.

Die LVG recherchiert und veröffentlicht alle Informationen mit großer Sorgfalt und hohem Qualitätsanspruch. Für die Aktualität, Vollständigkeit und Korrektheit der bereitgestellten Informationen übernimmt die LVG keine Haftung. Die auf diesem Mitarbeiterblatt veröffentlichten Informationen ersetzen nicht die individuelle Beratung durch Haus- bzw. Facharzt!



Anlage 3 Betriebsvereinbarung



Betriebsvereinbarung

Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz

Zwischen dem

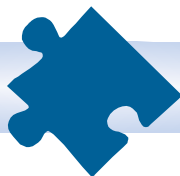
Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband,
Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

nachstehend -Der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt- genannt

und dem

Betriebsrat
des Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverbandes,
Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

wird folgende Vereinbarung geschlossen:



Anlage 3 Betriebsvereinbarung

Präambel

Im Rahmen der Kampagne „Ein Herz für Sachsen-Anhalt“ hat sich der der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt in seinen Regionalstellen und in der Landesgeschäftsstelle in einer Mitarbeiterbefragung vergewissert, dass eine gesunde Arbeitsumgebung und Lebensführung in gegenseitigem Interesse der MitarbeiterInnen, der Besucher, der Klienten, der Partner und des Arbeitgebers ist. Dazu zählt auch die Absicht, schädliche Auswirkungen des Rauchens von Tabakwaren auf sich selbst und andere einzugrenzen und die Vorbildwirkung des Wohlfahrtsverbandes zu stärken.

Diese Betriebsvereinbarung bildet den ersten Schritt auf dem Weg zu einer weitergehenden Betriebsvereinbarung zur Gesundheitsförderung der MitarbeiterInnen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt.

§ 1 Geltungsbereich

- (1) Die Betriebsvereinbarung gilt für alle Einrichtungen und Grundstücke des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt, die nicht den Bestimmungen des Gesetzes zur Wahrung des Nichtraucherschutzes im Land Sachsen-Anhalt (Nichtraucherschutzgesetz) vom 19. Dezember 2007 unterliegen. Sie gilt persönlich für alle MitarbeiterInnen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt.
- (2) Diese Betriebsvereinbarung regelt die innerbetrieblichen Maßnahmen im Umgang mit Problemen, die sich in den Einrichtungen des PARITÄTISCHEN Sachsen-Anhalt aus dem Rauchen von Tabakwaren ergeben

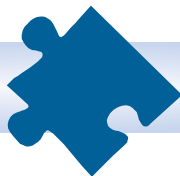
§ 2 Ziele

Die Betriebsvereinbarung soll

- dazu beitragen, die Gesundheit der MitarbeiterInnen zu schützen und zu erhalten;
- die Interessen sowohl der nichtrauchenden als auch der rauchenden MitarbeiterInnen zu regeln;
- den MitarbeiterInnen, die das Rauchen aufgeben wollen, entsprechende Unterstützung zu gewähren.

§ 3 Vereinbarungen im Einzelnen

- (1) In den Einrichtungen und auf den Grundstücken gemäß § 1 ist das Rauchen grundsätzlich nicht gestattet. Darauf ist durch ausreichende Beschilderung hinzuweisen.
- (2) In Ausnahmefällen können abgeschlossene Räume eingerichtet werden, in denen das Rauchen gestattet ist. Voraussetzung hierfür ist eine derartig räumlich wirksame Abtrennung, so dass eine Gefährdung durch passives Rauchen verhindert wird und diese Räume ausdrücklich als Raucherräume gekennzeichnet werden. Die Entscheidung über die Einrichtung eines Raucherraum-



Anlage 3 Betriebsvereinbarung

mes obliegt dem/der EinrichtungsleiterIn bzw. dem/der GeschäftsführerIn in Abstimmung mit allen davon betroffenen MitarbeiterInnen.

- (3) Im Außenbereich ist das Rauchen an ausgewiesenen Plätzen, die sich nicht im Haupteingangsbereich befinden dürfen, gestattet. Diese sollten möglichst geschützt und überdacht sein und müssen einen Aschenbecher vorhalten.

§ 4 Sonstige Regelungen

- (1) Jede/r MitarbeiterIn erhält ein Exemplar dieser Betriebsvereinbarung.

§ 5 Schlussbestimmungen

- (1) Die Vereinbarung ist unbefristet.
- (2) Sie kann mit einer Frist von 3 Monaten zum Ende des Kalenderjahres, erstmals zum Ende des Jahres 2009 beiderseits gekündigt werden.
- (3) Sind einzelne Bestimmungen dieser Betriebsvereinbarung unwirksam, so wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Betriebsvereinbarung nicht berührt. Die Betriebspartner verpflichten sich, an die Stelle der unwirksamen Bestimmung eine dieser Bestimmung möglichst nahe kommende, wirksame Regelung zu treffen.
- (4) Diese Vereinbarung tritt zum 01.03.2008 in Kraft. Den GeschäftsführerInnen und EinrichtungsleiterInnen in deren Einrichtungen kurzfristig keine Ausweisung von Raucherzonen/Raucherräume möglich ist, wird Gelegenheit gegeben, bis zum 31.12.2008 entsprechende Regelungen und Maßnahmen zur Umsetzung des § 3 Abs. 2 und 3 dieser Betriebsvereinbarung zu treffen.

Magdeburg,

gez. Girke

G. Girke
Landesgeschäftsführerin

gez. Angerstein

L. Angerstein
Betriebsratsvorsitzender

Impressum

Herausgeber: Landesvereinigung für Gesundheit
Sachsen-Anhalt e.V.
Badestr. 2
39114 Magdeburg

Autoren: Dr. Gabriele Girke
Gabriele Haberland
Martina Kolbe
Sabrina Lippe

Redaktion: Martina Kolbe

Layout: Carmen Häusler

Druck: Druckerei Mahnert, Aschersleben

Auflage: 300

Erschienen: November 2009

Gefördert aus Mitteln der Lotterie Glücksspirale.

Die Arbeit der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wird unter anderem gefördert durch das Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt.

