

Bewegliche Kehrtafelfahrt in Münchenbuchsee

Schwendimann AG, 3053 Münchenbuchsee
info@schwendimann.ch, www.schwendimann.ch

Tätigkeit des Unternehmens

Die Schwendimann AG ist in der Entsorgungsbranche tätig. Sie entsorgt und transportiert normalen Kehrtafel, wiederverwertbare Stoffe und auch Sonderabfälle.

Das Unternehmen hat 55 Mitarbeitende. Das Projekt betrifft alle Mitarbeitenden.

Aktivität: Obligatorisches Morgenturnen bei Arbeitsbeginn

Zweimal pro Woche (Montag und Donnerstag um 5.45 Uhr und 6.45 Uhr) findet während der ersten acht Minuten der Arbeitszeit ein obligatorisches Morgenturnen statt. Es handelt sich um zwölf Übungen, die jeweils vom Chef oder der Chefin angeleitet werden.

Zeitraum

Im Mai 1995 wurde der Ist-Zustand aufgenommen und die Körperschulung der gesamten Belegschaft durch Fachpersonen durchgeführt. Im September 1995 wurde das Morgenturnen eingeführt. Während der ersten drei Wochen war die Teilnahme freiwillig, anschliessend obligatorisch.

Ziele

Angestrebt wird, die hohe Anzahl Ausfalltage der Mitarbeitenden zu senken. Ein weiteres Anliegen ist, dass die Mitarbeitenden gesund pensioniert werden können.

Analyse / Ausgangslage

Auslöser für das Projekt war die Auswertung der Ausfalltage der Mitarbeitenden. An einem Freitagnachmittag im Februar 1995 waren beispielsweise sechs Mann (von total 27 Mitarbeitenden) bei einem Chiropraktiker. Auf die Auswertung folgten eine Ergonomieschulung aller Mitarbeitenden durch Fachpersonen und eine Arbeitsbegleitung mit Videoaufzeichnung. Dabei zeigte sich auch, dass die Mitarbeitenden am Morgen schlecht vorbereitet sind (nicht aufgewärmt, verkrampft). Neben einer sorgfältigeren Arbeitseinführung und entsprechender Begleitung durch eine Fachperson wurde ein Aufwärmtraining lanciert, um die Mitarbeitenden entsprechend vorzubereiten.



Beteiligung

Grundsätzlich beteiligen sich alle Mitarbeitenden. Jeden Montag und Donnerstag absolvieren mindestens 45 Personen das Morgenturnen.

Erfolgsnachweise – Wirkung

Es konnte in den letzten Jahren eine Reduktion der Absenzen festgestellt werden. Seit man die Absenzen erhebt, gingen die Absenztage pro Person für BU, NBU und Krankheit von sieben Tagen (2003) auf drei Tage (2008) zurück.

Besonderes

Bis Ende 2008 wurden 2700 Morgenturnen durchgeführt, der Zeitaufwand pro Mitarbeitenden beträgt jährlich zirka 13 Stunden. Die Mitarbeitenden wurden auf ihre Gesundheit aufmerksam gemacht und auch dafür in die Verantwortung genommen. Die Mitarbeitenden sind zu Mitdenkern geworden. Im Unternehmen spricht man denn auch konsequent nur von Mitdenkerinnen und Mitdenkern. Das Morgenturnen ist ein Puzzlestein im Konzept Beweglichkeit und Gesundheitsförderung. Es herrscht ein besseres Bewusstsein für die Gesundheit, und man weiss, dass den Problemen nachgegangen wird. Das Morgenturnen ist in all den Jahren zu einer Selbstverständlichkeit geworden. Seit 2007 steht den Mitarbeitenden auch ein Therapeut kostenlos zur Verfügung. Durch die Akutbehandlung von Verletzungen vor Ort konnten die Ausfalltage noch einmal massiv reduziert werden.