

# „Gesund unterwegs!“ Gut zu wissen ...



Was aus bereits abgeschlossenen, FGÖ geförderten Projekten im **Setting Betriebe** gelernt werden kann.



Foto: © Petair / stock.adobe.com



Foto: © Verena Zeuschner, Gabriele Ordo / Fonds Gesundes Österreich

Bei der Umsetzung von Projekten entstehen oft Widerstände und Barrieren, die es zu bewältigen gilt, die aber manchmal auch unüberwindbar scheinen. Um dahingehend eine Hilfestellung zu geben, sind in dem vorliegenden Factsheet Lernerfahrungen bzw. Erfolgsfaktoren aus abgeschlossenen, vom FGÖ geförderten Projekten im Setting Betriebe zusammengefasst. Es handelt sich dabei um Projekte zur Förderung der Gesundheit durch Aktive Mobilität aus dem Fördercall „Gesund unterwegs! Gehen, radeln, rollern & Co im Alltag“ ([www.aktive-mobilitaet.at](http://www.aktive-mobilitaet.at)).

In Österreich werden 65 % der Arbeitswege mit dem Pkw zurückgelegt, 20 % mit dem Öffentlichen Verkehr und nur 7 % mit dem Fahrrad bzw. 8 % zu Fuß. Dabei sind 50 % der Pkw-Arbeitswege kürzer als 10 km und 30 % kürzer als 5 km (Tomschy et al., 2016: Österreich unterwegs 2013/2014). In den Arbeitswegen steckt damit ein großes Potenzial zum Umstieg auf Aktive Mobilität.

Für Unternehmen ist es eine Herausforderung aber auch eine Chance, gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen und Aktive Mobilität am Arbeitsweg bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durch Umsetzung von Betrieblichem Mobilitätsmanagement (BMM) zu fördern. Der positive Gesundheitsnutzen, der durch mehr Bewegung entsteht, ist ein guter Grund, auch die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) mit ins Boot zu holen, mit dem übergeordneten Ziel der Etablierung eines integrierten Mobilitäts- und Gesundheitsmanagements in Unternehmen. Was es dazu braucht und wie Projekte zur Förderung von Aktiver Mobilität und Gesundheit gelingen können:



## PROJEKTARBEIT & KOMMUNIKATION

- Engagement, Kompetenz und Kreativität des Projektteams
- Mitarbeitende und Geschäftsführung zeitlich nicht zu stark beanspruchen
- Genügend Zeitressourcen einplanen
- Wiederkehrende Präsenz des Projekts (kontinuierliche Aktivitäten)
- Kontinuierliche Information und Kommunikation zwischen Projektteam und Unternehmen

***„Im Projektteam entstand ein gesellschaftliches Verantwortungsbewusstsein.“***



## UNTERNEHMENSFÜHRUNGSEBENE

- Festschreiben von Mobilitätsleitzielen in den Unternehmensleitzielen
- Klare Verantwortlichkeiten (aus BMM und/oder BGF) → Verankerung von BMM und BGF (gemeinsam) im Unternehmen
- Vorbildwirkung der Führungskräfte (z.B. Teilnahme an Veranstaltungen, Testimonials)
- Anerkennung der Wichtigkeit des Themas und wachsendes Problembewusstsein führen im besten Fall zu strukturellen Veränderungen (z.B. Stabstelle Nachhaltigkeitskoordination; BMM/BGF)
- Sicherung des Budgets im Unternehmen (auch durch Förderungen)

***„Aktive Mobilität wurde als fixer Schwerpunkt im BGM etabliert und notwendige Budget- und Personalressourcen sichergestellt.“***



## COMMUNITY BUILDING & IDENTIFIKATION

- Förderung der intrinsischen Motivation zur Änderung des Mobilitäts- und Gesundheitsverhaltens durch Herstellen eines gemeinsamen, übergeordneten Ziels (z.B. „gemeinsam einmal um die Welt“ – Summe aller zu Fuß und mit dem Fahrrad zurückgelegten (Arbeits-)Wege aller Mitarbeiter:innen in einem Aktionszeitraum)
- Mitarbeitende aktiv in den Ideen-Prozess einbinden, offene Gesprächskultur fördern
- Einbeziehung verschiedener Akteurinnen und Akteure sowie Abteilungen (Betriebsrat, Kommunikations- und Marketingabteilung, Facility Management, Finanzabteilung etc.)
- Einbindung von Testimonials erhöht die Sichtbarkeit von Marketingmaßnahmen deutlich
- Community-Building zu Beginn einer Challenge (Schaffung eines WIR-Gefühls), Austausch ermöglichen

***„Aktive Mobilität gelingt erst dann, wenn die Affinität für Bewegung grundsätzlich gegeben ist. Daher das Motto: Erst in Bewegung kommen, dann Aktive Mobilität forcieren.“***



## **VERNETZUNG & ÖFFENTLICHKEITSARBEIT, (INTERNE) VERBREITUNG**

- Netzwerktreffen zum Informationsaustausch von Unternehmen für Unternehmen
- Zusammenschluss von KMUs an einem Standort für die gemeinsame Umsetzung von BMM- und BGF-Maßnahmen
- Einsatz unterschiedlicher Kommunikationskanäle
- Mischung aus digitalen und analogen Informationsmaterialien
- Präsenz in der Öffentlichkeit fördert die Unterstützung innerhalb des Unternehmens (z.B. VCÖ-Mobilitätspreis, Interviews in Medien, Presseaussendungen)

***„Damit die synergetische Verknüpfung mit der BGF erreicht wird, wurden betriebsinterne Stakeholder (Betriebsärztinnen und -ärzte, Betriebsrätinnen und -räte, Abteilungsleiter:innen etc.) als sogenannter Fachbeirat miteinbezogen, um eigene Bewegungs-/Gesundheitsprogramme zur Aktiven Mobilität zu erstellen.“***



## **PLANUNG UND UMSETZUNG VON MASSNAHMEN, AKTIVITÄTEN & ANGEBOTEN**

- Kennen der Bedingungen – Status Quo-Analyse zu Beginn des Projekts
- Sichtbarmachung von bestehenden Angeboten (z.B. Duschen, Fahrradabstellanlagen)
- Schaffung eines breiten Maßnahmenangebots, um möglichst viele Mitarbeiter:innen zu erreichen
- Schaffung von verbindenden Aktivitäten, an denen sowohl orts- und zeitunabhängig, aber auch physisch gemeinsam teilgenommen werden kann
- Bereitstellung von Angeboten, die sowohl für Personen im Homeoffice als auch am Unternehmensstandort funktionieren, Mitarbeitende in Teilzeit bei der Terminfindung berücksichtigen
- Mix aus Gruppenaktivitäten UND Angeboten für Einzelne (nicht jeder mag beides)
- Kostenintensive oder komplexere Maßnahmen besser erst als Pilotprojekt umsetzen (bedarf in dieser Form geringerer Budget-, Personal- und Zeitressourcen und verringert einen möglichen Widerstand)
- Förderung aller Formen von Aktiver Mobilität (Zufußgehen, Radfahren, Scooter) sowie ÖV
- Evaluierung von Maßnahmen für die laufende Qualitätssicherung des Projekts

***„Highlight der Bewusstseinsbildung war ein Video mit Interviews der Geschäftsführung mit Informationen zu Mobilitätsangeboten und Tipps zu mehr Bewegung.“***

**FONDS GESUNDES ÖSTERREICH  
EIN GESCHÄFTSBEREICH DER GESUNDHEIT ÖSTERREICH GMBH**

Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien

**DI<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Sandra Wegener**

Universität für Bodenkultur Wien, Institut für Verkehrswesen  
sandra.wegener@boku.ac.at

Homepage: <https://fgoe.org> | <https://goeg.at>

Stand: Februar 2024

Gesundheit Österreich GmbH  
Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich  
Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien | T: +43 1 895 04 00-0 | [fgoe@goeg.at](mailto:fgoe@goeg.at) | <https://goeg.at>