



TigerFlex

Age
Management
Masterclass

Sehen Sie sich die Beispiele für bewährte Verfahren an, die aus verschiedenen EU-Ländern gesammelt wurden, und lassen Sie sich inspirieren für Ihre Arbeit.

Unsere Beispiele eignen sich für Personalmanager, die Altersmanagementmaßnahmen in ihren Unternehmen durchführen.

Die Beispiele können auch als Schulungsinstrument für Lehrer, Ausbilder und Dozenten an verschiedenen Bildungseinrichtungen dienen.

Alle Fallstudien sind verfügbar unter:

<https://www.amm-project.eu/>



© 2021 Age Management Masterclass

Unternehmen

Tiger Flex LLC

Informationen von Xenia Sini, Personaldirektorin & Giulio Arcangeli, Arbeitsmediziner

Sektor

Sekundärsektor: Schuhproduktion

Spezialisierung

Tiger Flex ist ein privates Produktionsunternehmen mit 180 Mitarbeitern und einer Fläche von 8.000 m². Das 1952 gegründete Unternehmen produziert hochwertige Herrenschuhe. Die Produktion belief sich 2014 auf 480.000 Paar Schuhe, 180 Mitarbeiter insgesamt, 10 Mitarbeiter waren am Pilotprojekt "Corporate Wellness Tiger Flex" beteiligt.

Hauptgründe für die Entscheidung zur Umsetzung der Altersmanagement-massnahmen

In Italien scheinen unter Bezugnahme auf INAIL-Daten Berufskrankheiten aufgrund biomechanischer Überlastung ständig zuzunehmen. Von 1996 bis 2009 wurde eine eindeutige Prävalenz von kanalikulären Pathologien (Karpaltunnelsyndrom) und Sehnenentzündung des Handgelenks- und Schulterbezirks beobachtet.

Manuelle Übertragungen schwerer Lasten, Exposition gegenüber Schwingungen, die auf den ganzen Körper übertragen werden, steife und längere Körperhaltungen, sich wiederholende Bewegungen mit und ohne Einsatz von Kraft und/oder Werkzeugen sind die wichtigsten Determinanten des Arbeitsrisikos für das Muskel-Skelett-System. Biomechanische Überlastungskrankheiten betreffen vor allem Menschen zwischen 20 und 65 Jahren und sind daher - unter dem Gesichtspunkt der induzierten wirtschaftlichen und sozialen Kosten (Fehlzeiten aufgrund von Krankheit, Behandlung, Arbeitsplatzwechsel, Behinderung, Entschädigung) - ein Aspekt, der für die Gesundheit am Arbeitsplatz von entscheidender Bedeutung ist.

Nicht zu übersehen ist die Rolle von Adipositas. Tatsächlich kann Adipositas als Bedingung konstanter biomechanischer Überlastung interpretiert werden.

Die Herstellung von Schuhen ist ein sehr handwerkliches und spezialisiertes Verfahren; daher führen die Handwerker manuelle Bewegungen durch, die sie dem Risiko wiederholter Bewegungen niedriger Lasten bei hoher Frequenz aussetzen.

Dieses Problem findet sich in der älteren Erwerbsbevölkerung, die von der Arbeitsorganisation der Schuhfabrik der Vergangenheit beeinflusst wird und die nicht die gleichen Vorteile nutzen kann, die die neu eingestellten Arbeitskräfte aus der neuen Ergonomie der Arbeitsplätze haben werden, die in den letzten Jahren von der Firma Tiger Flex gebaut wurden.

Dimension des Altersmanagements

GESUNDHEITSSCHUTZ UND -FÖRDERUNG SOWIE ARBEITSPLATZGESTALTUNG

- Gesundheitsberichte und Arbeitsgruppen für Gesundheit in der Organisation;
- den Einsatz von Gesundheitsexperten zur Beratung der Organisation;
- Arbeitnehmerbeteiligung und Ausbildung;
- regelmäßige Gesundheitskontrollen;
- Ausbildung von Vorgesetzten und Schlüsselkräften im Bereich des Gesundheitsmanagements

Unser Weg zum Altersmanagement

An dem Projekt waren 10 Personen beteiligt (Produktionsmitarbeiter), die sechs Monate lang ihre Essgewohnheiten und ihre körperlichen Gewohnheiten verändert haben.

Das Projekt entstand aus dem Material von INAIL über arbeitsbedingte Störungen und der Studie "Studie über die Prävalenz von Muskel-Skelett-Erkrankungen bei Mitarbeitern von Schuhfabriken", die am Department für Öffentliche Gesundheit der Universität Florenz – Sektion Arbeitsmedizin – durchgeführt wurde.

Die erste Phase des Projekts bestand in der Vervollständigung des NORDIC IRSST-Fragebogens, der klare Antworten darauf lieferte, wo und wann Arbeitnehmer Schmerzen verspüren. Darüber hinaus war es sehr nützlich, eine Karte mit der schematischen Darstellung des menschlichen Körpers zu verteilen, um die Skelettmuskelprobleme der Fabrikarbeiter zu darzustellen. 33 Personen wurden am Anfang und am Ende des Projekts interviewt. Diese Personen stellten das Projektkontrollteam. Innerhalb dieser Gruppe wurden 10 Personen ausgewählt, um das Projekt zu beobachten. Die 10 Personen stellten die Stichprobengruppe dar.

Die Experten bestanden aus einem kompetenten Betriebsarzt, einem Sportwissenschaftler und einem Ernährungsexperten. Sie organisierten 30-minütige Gymnastiksitzungen zweimal pro Woche für die Probengruppe.

Jede dieser Übungen umfasste einige Dehnübungen, die auf den körperlichen Problemen in der Voruntersuchungsphase basierten. Der Ernährungsexperte stellte jedem Teilnehmer auch eine personalisierte Ernährung zur Verfügung, die auf den Bedürfnissen des jeweiligen Themas basiert.

Am Ende der 6 Monate waren die physischen Ergebnisse offensichtlich. Die Stichprobengruppe verlor durchschnittlich 2,6 cm pro Person, verglichen mit durchschnittlich 0,65 kg pro Person in der Kontrollgruppe. 90% der Stichprobengruppe lösten die Schmerzen auf, die bei der ersten Untersuchung auftraten. 90% der Kontrollgruppe haben die gleichen Schmerzen, die während der ersten Check-up-Phase entstanden sind.

Darüber hinaus hat es neben den körperlichen Vorteilen auch aus der Sicht der Moral und des Zusammenhalts der Gruppe einige Vorteile gegeben.

Stärken und Schwächen unseres Ansatzes

Die Stärke des Ansatzes war, dass die Ergebnisse fast sofort sichtbar waren. Mehr Energie, größere körperliche und geistige Effizienz wurden sofort wahrgenommen. Darüber hinaus gab es eine sofortige Erhöhung der Konzentration und eine Verringerung des Ermüdungsgefühls nach der Mittagspause.

Ein negativer Punkt ist definitiv die Tatsache, dass die Kosten vollständig vom Unternehmen unterstützt wurden.

Der Aha! Moment während des Prozesses

In den letzten Jahren hat das Unternehmen die Produktionsstruktur verändert: Wir sind von Fließbandproduktion auf eine Inselstruktur umgestiegen. Nach dieser Änderung wurde die Inzidenz von Muskel-Skelett-Erkrankungen in der aktiven Belegschaft der Schuhproduktion bewertet.

Der Nordic IRSST-Fragebogen wurde verwendet (italienische Version), eine Methode, die in dieser Art von Untersuchung weit verbreitet ist und sich durch eine Skala von binären Antworten auszeichnet, die es ermöglicht, den Ort der Störungen und ihre zeitliche Darstellung zu bestimmen. Darüber hinaus wurde eine Körperkarte verwendet, um die Identifizierung von Problemen zu erleichtern.

Die Daten wurden nach Abteilung, Alter, nach Geschlecht und Body Mass Index analysiert. Alter, Geschlecht und Übergewicht können in der Tat der Beginn von Störungen sein, die das Muskel-Skelett-System beeinflussen. Die Ergebnisse der Analyse führten zum Schreiben des Projekts.

Massnahmen zur Unterstützung dieser Initiative

Die Kosten des Projekts wurden vollständig vom Unternehmen übernommen.

Die Kosten des Projekts bestanden aus der Zeit der Arbeitnehmer: Die Arbeiter wurden während der Zeit, in der die Forschung durchgeführt wurde, der Zeitpunkt der Kontrollen und der Projektaktivitäten pro Stichprobengruppe bezahlt. Zusätzlich Kosten entstanden dem Unternehmen durch das externe Expertenteam.

Monitoring der Auswirkungen

Die Kontrollgruppe (33 Personen) wurde vor und nach dem Projekt überprüft, dann 6 Monate später.

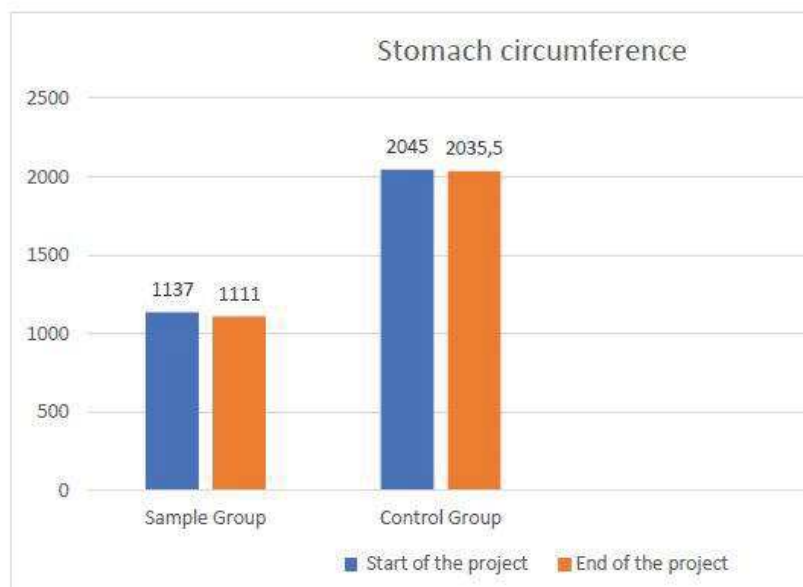
In diesen 6 Monaten bekamen 10 dieser Personen (Probengruppe) eine gesunde Ernährung von einem Ernährungsberater verschrieben und etwa 48 Einheiten der körperlichen Aktivität.

Beispielgruppe

Gewicht: anfänglich 901,1 kg, Ende 893,4 Differenz -7,7 kg, Durchschnitt 0,77 kg pro Person
Bauchumfang: initial 1137cm, final 1111cm, Differenz -26cm, Durchschnitt 2.6cm pro Person

Kontrollgruppe

Gewicht: anfangs 1555,1kg, Ende 1540kg, Differenz -15kg, Durchschnitt 0.65kg pro Person
Bauchumfang: initial 2045cm, final 2023.5cm, Differenz -21.5cm, durchschnitt 0.93cm pro Person



Die Stichprobengruppe verbesserte die Essgewohnheiten deutlich, die Kontrollgruppe wurde auf den Lebensstil der Stichprobengruppe aufmerksam.

90% der Stichprobengruppe lösten die Schmerzen, die in der Anfangsphase auftraten. Stattdessen haben 90% der Kontrollgruppe die gleichen Schmerzen wie in der ersten Check-up-Phase.

Positive Auswirkungen der Initiative

- Verringerung des Risikos von Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Verringerung des Bauchumfangs, Senkung des Blutdrucks des Körpergewichts, Verbesserung der Blutbefundes (Cholesterin triglycerid-Glykämie).
- Verminderte Krankheitstage und Inzidenz von Erkrankungen im Zusammenhang mit dem Muskel-Skelett-System insbesondere: Zervix, Lendenwirbel, Schulter-Humeral-Gürtel, Karpaltunnel.
- Mehr Energie und mehr körperliche und geistige Effizienz oder erhöhte Konzentration und reduzierte Müdigkeit nach dem Essen.
- Die Stichprobengruppe verbesserte die Essgewohnheiten deutlich; die Kontrollgruppe wurde auf den Lebensstil der Stichprobengruppe aufmerksam.
- Die Probengruppe löste die Schmerzen, die in der ersten Kontrollphase auftraten; die Kontrollgruppe hatte immer noch die Schmerzen, die in der Anfangsphasen der Kontrollphase aufgetreten sind.
- Ruhigeres Arbeitsumfeld. Verbreitung der Kultur der gesunden Ernährung und des Sports in den Familien und Freunden von Mitarbeitern.

Persönliche Empfehlung

Die Teilnehmer erlebten begeistert die positiven Veränderungen ihrer Gesundheit, die sich aus Gymnastik und gesunder Ernährung ergeben. Darüber hinaus wurde ein neuer Teamgeist geschaffen, der die beteiligten Mitarbeiter dazu veranlasste, die Bindungen innerhalb des Teams durch Treffen außerhalb von Arbeitszeiten wie Sonntagsspaziergängen und gesunden Aperitifs zu vertiefen.

Erasmus+: Age Management Masterclass
2018-1-CZ01-KA202-048133



Age Management Masterclass

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Publikation stellt keine Befürwortung des Inhalts dar und gibt nur die Meinung der Autoren wieder. Die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Această publicație a fost realizată cu sprijinul financiar al Comisiei Europene. Autorul este singurul responsabil pentru conținutul acestei publicații. Această publicație nu reprezintă punctul de vedere al Comisiei Europene, iar Comisia Europeană nu este responsabilă pentru utilizarea informațiilor conținute în ea.

Il sostegno della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto che riflette solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che può essere fatto delle informazioni contenute.

Tämä julkaisu on tuotettu Euroopan komission taloudellisella tuella. Kirjoittaja on yksin vastuussa tämän julkaisun sisällöstä. Tämä julkaisu ei edusta Euroopan komission näkemyksiä, eikä Euroopan komissio ole vastuussa sen sisältämien tietojen mahdollisesta käytöstä.

Tato publikace byla vytvořena za finanční podpory Evropské komise. Za obsah publikace odpovídá výlučně autor. Publikace nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou jejich obsahem.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union