

Pressemitteilung**Georg-August-Universität Göttingen****Thomas Richter**

30.11.2012

<http://idw-online.de/de/news509923>Kooperationen, Wettbewerbe / Auszeichnungen
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin, Sportwissenschaft, Tier / Land / Forst, Wirtschaft
überregional**Fit im Forst: Gesundheitsprogramm für Forstwirte erneut ausgezeichnet**

Das Projekt „Fit im Forst“ der Niedersächsischen Landesforsten und der Universität Göttingen hat den Human Resources Award für innovatives betriebliches Gesundheitsmanagement des Deutschen Verbandes für Gesundheitssport und Sporttherapie erhalten. Ziel des Projekts ist die Gesundheitsförderung von Forstwirten durch ein spezifisches Trainingsprogramm, das von der Abteilung Sportmedizin am Institut für Sportwissenschaften der Universität Göttingen entwickelt wurde und wissenschaftlich begleitet wird.

Pressemitteilung Nr. 235/2012

Fit im Forst: Gesundheitsprogramm für Forstwirte erneut ausgezeichnet
Göttinger Kooperationsprojekt erhält Preis für betriebliches Gesundheitsmanagement

(pug) Das Projekt „Fit im Forst“ der Niedersächsischen Landesforsten und der Universität Göttingen hat den Human Resources Award für innovatives betriebliches Gesundheitsmanagement des Deutschen Verbandes für Gesundheitssport und Sporttherapie erhalten. Ziel des Projekts ist die Gesundheitsförderung von Forstwirten durch ein spezifisches Trainingsprogramm, das von der Abteilung Sportmedizin am Institut für Sportwissenschaften der Universität Göttingen entwickelt wurde und wissenschaftlich begleitet wird. Die Jury lobte vor allem die überzeugenden Ergebnisse, die umfangreiche Evaluation und die Nachhaltigkeit des Programms. „Das Projekt zeigt eindrucksvoll, wie sich die Gesundheit von Mitarbeitern durch Sport und Bewegung auch in körperlich anspruchsvollen Berufsfeldern fördern lässt“, so der Jury-Vorsitzende Prof. Dr. Gerhard Huber von der Universität Frankfurt.

Das Trainingsprogramm, an dem landesweit mehr als 500 Forstwirte teilnehmen, berücksichtigt nicht nur die spezifischen Arbeitsbedingungen von Forstwirten, sondern auch psychosoziale Aspekte der Gesundheitsförderung. Übungen zur Dehnung und Kräftigung bestimmter Muskelgruppen zum Ausgleich von Ungleichgewichten werden durch Spiel- und Übungsformen zur Förderung gruppenspezifischer Prozesse ergänzt. Die positiven Effekte des Programms konnten konkret nachgewiesen werden: Neben einer Stärkung von Kraft und Beweglichkeit sowie einer verbesserten Gesundheitswahrnehmung und einem gesteigerten „Wir-Gefühl“ verringerte sich auch die Zahl der Krankheitstage bei den Teilnehmern.

„Diese Auszeichnung ist auch eine Anerkennung der Arbeit der Niedersächsischen Landesforsten, die das Thema Gesundheitsförderung seit Jahren konsequent verfolgen“, so Projektkoordinatorin Sabrina Rudolph vom Institut für Sportwissenschaften der Universität Göttingen. „Fit im Forst“ wurde 2009 in allen niedersächsischen Forstämtern eingeführt. Im vergangenen Jahr wurde das Projekt bereits mit dem Personalmanagement-Award für Demografiemanagement ausgezeichnet.

Kontaktadresse:
Sabrina Rudolph
Georg-August-Universität Göttingen

Sozialwissenschaftliche Fakultät – Institut für Sportwissenschaften
Sprangerweg 2, 37075 Göttingen, Telefon (0551) 39-10347
E-Mail: srudolp1@gwdg.de

URL zur Pressemitteilung: <http://www.fitimforst.de> Projekt

URL zur Pressemitteilung: <http://www.sport.uni-goettingen.de> Institut für Sportwissenschaften



Verleihung des Human Resources Award für innovatives betriebliches Gesundheitsmanagement im Rahmen der Fraunhofer Innovationsforen in Leipzig: Prof. Dr. Gerhard Huber, Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie sowie Vorsitzender der Jury, Sabrina Rudolph, Universität Göttingen, Jörg Dorsch, DAK, Karsten Pfeiffer, Niedersächsische Landesforsten, Dr. Arne Göring, Universität Göttingen, und Prof. Dr. Arnd Krüger, Universität Göttingen (von links nach rechts).

Foto: Universität Göttingen