

EINLADUNG



ZEIT ZUM ARBEITEN – ZEIT FÜR ERHOLUNG

Ein gemeinsames Thema für ArbeitsmedizinerInnen,
Sicherheitsfachkräfte und Arbeits- und Organisations-
psychologInnen

Dienstag, 19. Oktober 2021, 14.00 Uhr

AK Bildungszentrum, Großer Saal
Theresianumgasse 16-18, 1040 Wien



Fachverband
Arbeits-, Wirtschafts- und
Organisationspsychologie



GIKP
Gesellschaft kritischer
Psychologen & PsychologInnen

gesunde
arbeit
www.gesundearbeit.at



WIEN

VORWORT

Die AK Wien, die Österr. Gesellschaft für Arbeitsmedizin, der Verband Österr. Sicherheitsexperten sowie der Berufsverband Österr. Psychologinnen und Psychologen und die Gesellschaft kritischer Psychologen und Psychologinnen freuen sich zur Veranstaltung „Zeit zum Arbeiten - Zeit für Erholung“ einzuladen.

Gesundes Arbeiten braucht menschengerechte Arbeits(zeit)bedingungen. Für ArbeitgeberInnen gilt es die Gesundheit der ArbeitnehmerInnen am Arbeitsplatz zu schützen. Gefahrenbereiche identifizieren und durch gezielte Maßnahmen ausschalten bzw. reduzieren ist daher auch beim Thema Arbeitszeit die Devise. ArbeitsmedizinerInnen, Sicherheitsfachkräfte und Arbeits- und OrganisationspsychologInnen sind hierbei wichtige PartnerInnen und unterstützen mit ihrer Expertise.

GESUNDHEITLICHE AUSWIRKUNGEN LANGER ARBEITSZEITEN

Österreich hat heute die drittlängsten Arbeitszeiten von Vollzeit-Beschäftigten im EU-Vergleich (Eurostat, 2021). Nicht erst seit der Einführung des 12-Stunden-Tages steht das Thema „lange Arbeitszeiten“ immer wieder im gesellschaftspolitischen Fokus. Viel zu wenig werden jedoch deren gesundheitliche Auswirkungen auf die ArbeitnehmerInnen thematisiert. Der Forschungsstand zu den gesundheitlichen Auswirkungen von langen Arbeitszeiten auf Sicherheit und Gesundheit spricht eine deutliche Sprache: Lange Arbeitszeiten schaden Körper und Psyche.

WORK - REST - REPEAT: ERHOLUNG IN DER ARBEITSWELT 4.0

Um langfristig leistungsfähig zu bleiben, braucht es ein Gleichgewicht von Arbeit und Freizeit. Je länger gearbeitet wird, desto weniger Zeit bleibt für die notwendige Regeneration. Gleichzeitig ist mehr Erholung notwendig, um zusätzliche Arbeitsbelastung auszugleichen. Neue Informations- und Kommunikationstechnologien sowie arbeitsorganisatorische Veränderungen (Stichwort: Homeoffice) erschweren das „Abschalten“ zusätzlich. Wie kann gute Erholung in unserer modernen Arbeitswelt gelingen? Welche neuen Erkenntnisse gibt es dazu aus der Forschung?

HOMEOFFICE. GRENZENLOS FLEXIBEL? ERKENNTNISSE UND HANDLUNGSBEDARF AUS SICHT DER ARBEITSPSYCHOLOGIE VOR, WÄHREND UND NACH DER PANDEMIE.

Die Arbeit im Homeoffice hat für unsere psychische Gesundheit schützende Faktoren bzw. Ressourcen und Risikofaktoren. Positive Effekte sind etwa mehr Autonomie und Handlungsspielraum oder weniger Fahrzeiten. Kein Licht ohne Schatten: Vielfach verschwimmen die Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben, die Zeit für „echte“ Erholung schwindet und bildet den Nährboden für Überforderung. Die Corona-Krise bietet hierzu vielfältige Lern- und Entwicklungschancen. Welche Erkenntnisse können rund um den Themenkreis Homeoffice gewonnen werden? Welcher Handlungsbedarf steht an?

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme an unserer Veranstaltung.

PROGRAMM

14:00 Uhr

BEGRÜSSUNG

Alice Kundtner

Stv. Direktorin der AK Wien und Leiterin des Bereiches Soziales

ReferentInnen

GESUNDHEITLICHE AUSWIRKUNGEN LANGER ARBEITSZEITEN

Johannes Gärtner, XIMES GmbH

WORK - REST - REPEAT: ERHOLUNG IN DER ARBEITSWELT 4.0

Daniela Haluza, Universität Wien

Kaffeepause

HOMEOFFICE. GRENZENLOS FLEXIBEL? ERKENNTNISSE UND HANDLUNGSBEDARF AUS SICHT DER ARBEITSPSYCHOLOGIE VOR, WÄHREND UND NACH DER PANDEMIE.

Andrea Birbaumer

Gesellschaft kritischer Psychologen und Psychologinnen

PODIUMSDISKUSSION:

HERAUSFORDERUNGEN FÜR DIE BETRIEBLICHE PRAXIS

Alexander Heider, AK Wien

Erich Pospischil, Gesellschaft für Arbeitsmedizin

Hans-Peter Oberdorfer, Verband Österr. Sicherheitsexperten

Natascha Klinser / Andrea Birbaumer

Berufsverband Österr. Psychologinnen und Psychologen/

Gesellschaft kritischer Psychologen und Psychologinnen

17:00 Uhr

Abschluss und get together

Moderation: **Johanna Klösch**, Abt. Sicherheit, Gesundheit und Arbeit, AK Wien

HINWEIS: Diese Veranstaltung gilt für Sicherheitsvertrauenspersonen als Weiterbildungsveranstaltung gemäß §10 Abs. 6 ArbeitnehmerInnenschutzgesetz, wonach Sicherheitsvertrauenspersonen die für ihre Tätigkeit erforderlichen näheren Fachkenntnisse zu erweitern haben.

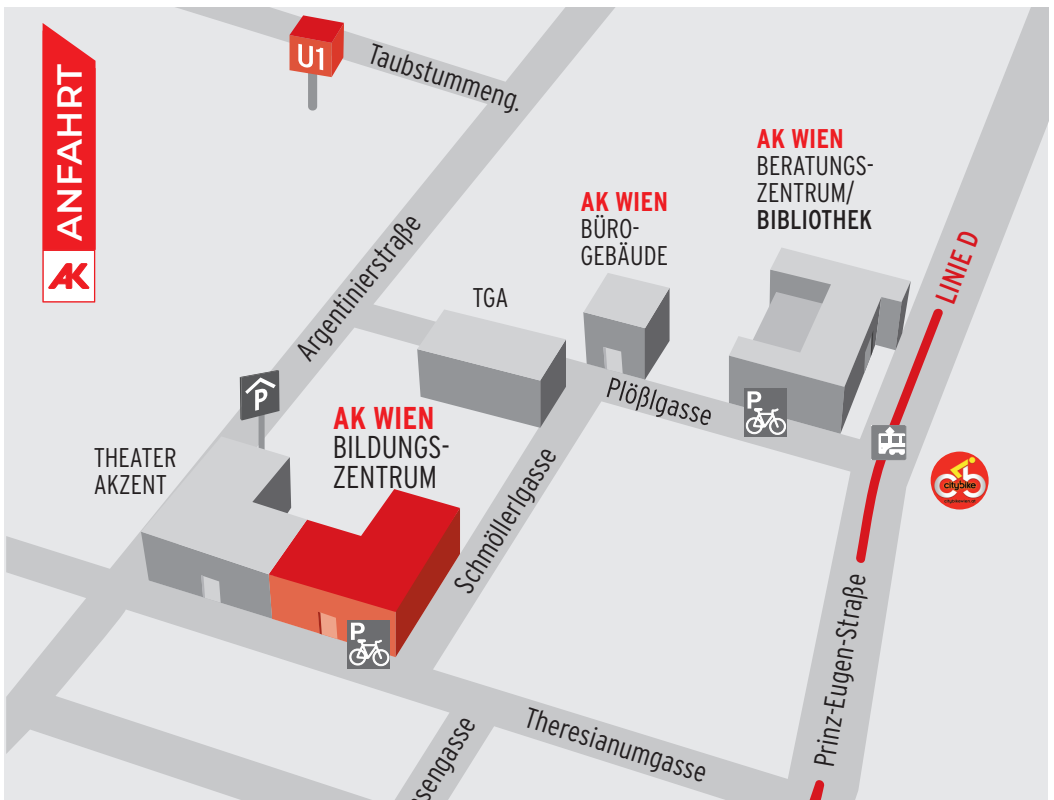
Die Teilnahme ist anrechenbar im Ausmaß von: 3 EH (1 EH=45 Minuten) für die Fortbildung Gesundheitspsychologie (gem. §33 PG) sowie für Aus- und Fortbildung A&O-Psychologie, Cluster 3 (gem. Zertifizierungsrichtlinie 2016). Geprüft durch BÖP und GkPP.

Die Veranstaltung wurde für das Diplom-Fortbildungsprogramm der Österreichischen Ärztekammer für das Fach Arbeitsmedizin eingereicht und erfüllt die Erfordernisse der Fortbildung nach §56 Abs.4 ASchG in der geltenden Fassung.

Anrechenbar durch den Verband Österr. Sicherheitsexperten für Sicherheitsfachkräfte im Ausmaß von 1 VÖSI Punkt.

Einen Rückblick zur Veranstaltung finden Sie unter: [wien.arbeiterkammer.at/veranstaltungsueckblick](https://www.arbeiterkammer.at/veranstaltungsueckblick)

Informationen zu Sicherheit, Gesundheit und Arbeit erhalten Sie unter: www.svp.at und www.gesundearbeit.at



ERREICHBARKEIT

mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Linie D (Station Plöbfgasse) U1 (Taubstummengasse),
Parkmöglichkeiten (nach Verfügbarkeit) gibt es in der AK Wien Tiefgarage in der Argentinierstraße.

ANMELDUNG:

Wir ersuchen um Ihre Anmeldung bis 12. Oktober 2021 per E-Mail:
sg@akwien.at mit dem Betreff „Arbeitszeit“

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob sie Sicherheitsfachkraft, ArbeitsmedizinerIn, ArbeitspsychologIn, Sicherheitsvertauensperson, BetriebsrätIn oder interessierte/r ArbeitnehmerIn sind.

**⚠ Die Veranstaltung findet unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt
allenfalls geltenden COVID-19 Schutzmaßnahmen statt.**



wien.arbeiterkammer.at

GERECHTIGKEIT MUSS SEIN

Herausgeberin und MedieninhaberIn: AK Wien, 1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 20-22, Tel.: +43 1 50165-0 Offenlegung gem. §25 MedienG: siehe wien.arbeiterkammer.at/impressum.htm