



NTK goes green & healthy

Ein Modell für nachhaltige
Arbeitswelten

Mag. Nina Prieschl, MAS MSc



NEUROLOGISCHES THERAPIEZENTRUM KAPFENBERG (NTK)

Sonderkrankenanstalt für neurologische Akutfrührehabilitation



DATEN & FAKTEN

77 Betten in 3 Stationen

Neurologische Bestellambulanz

258 Mitarbeitende (inkl. Nebenbetriebe)

Inbetriebnahme: 1999

Inbetriebnahme Station 3: 2020

601 stationäre Patienten (2024)

Auslastung: 96,64% (2024)

KRANKHEITSBILDER

- Stationäre Frührehabilitation von neurologischen Patienten unmittelbar nach der Akuttherapie einer neurologischen Erkrankung
- Schwerpunkt in der Behandlung schwer betroffener neurologischer Patienten (Phase B)
- Wachkomapatienten

NEBENBETRIEBE

- Ambulatorium für neurologische Spezialtherapie (ANS)
- Ambulatorium für Physiotherapie Kapfenberg
- Osteoporoseambulanz Kapfenberg (OAK)

**Neurologisches Therapiezentrum
Kapfenberg GmbH**
8605 Kapfenberg
Anton-Buchalka-Straße 1
www.ntk.at



Hintergrund & Fragestellung

Leitfrage:

Wie lassen sich ökologische Nachhaltigkeit und Gesundheit in einer modernen Arbeitswelt sinnvoll miteinander verbinden?

Die **NTK GmbH** setzt sich aktiv für einen verantwortungsvollen Umgang mit **natürlichen Umweltressourcen** sowie für die Förderung der **physischen und psychischen Gesundheit** ihrer Mitarbeitenden ein.

Im Zuge eines umfassenden **Nachhaltigkeits- und Gesundheitsförderungskonzepts** wurden in den letzten Jahren zahlreiche Maßnahmen erfolgreich entwickelt und umgesetzt.

Das Unternehmen verfolgt einen integrativen Ansatz, der **ökologische Verantwortung** mit **betrieblichen Gesundheitszielen** verbindet.

Thematische Schwerpunkte:

-  Klimaschutz
-  Nachhaltiges Wirtschaften
-  Ganzheitliches Gesundheitsmanagement im Arbeitsumfeld
-  Stärkung der regionalen Wertschöpfung

Ökologische Nachhaltigkeit – Maßnahmen

Umweltfreundliche Wärmeversorgung

Seit 2018: Umstellung auf **Fernwärme** zur nachhaltigen Heizungsversorgung

Energiegewinnung durch die Sonne

- **Solaranlage** zur Warmwasseraufbereitung
- **Photovoltaikanlage (773 m²)** zur klimafreundlichen Stromproduktion

Energieeffizienz im Gebäude

Laufende Umstellung auf **LED-Beleuchtung** für geringeren Stromverbrauch im ganzen Haus

Nachhaltige Mobilität fördern

- Installation von **2 E-Ladestationen**
- Förderung von **Klimaticket & Fahrtkostenzuschuss**

Klimafreundliches Gebäudekonzept

- **Baumbepflanzung** zur natürlichen Beschattung
- **Innovatives Lüftungskonzept** mit Belüftungsanlage statt Klimaanlage

Regionalität & nachhaltige Investitionen – Fokus auf regionale Wirtschaft

Bevorzugung regionaler Betriebe aus **Kapfenberg** und dem **Bezirk Bruck/Mur** bei

- Bauinvestitionen
- Einkauf von Verbrauchsmaterialien

Gesundheit & Wohlbefinden im Arbeitsalltag

- Bezahlte Mittagspause für mehr Erholung
- Gesunde Verpflegung in der hauseigenen Küche
- Jeden Montag Rückentraining teilweise in der Arbeitszeit

Ganzjahresprogramm club lebenszeit® (für Mitarbeitende und Angehörige)

- Gesundheitsberatungen im Bereich Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit
- Online-Trainings & Fitness-Challenges
- Rauchfrei-Programme

Persönlichkeitsentwicklung & Teamkultur

- Konflikt- & Kommunikationsseminare während der Arbeitszeit

Qualitätssicherung

- Jährliche **Gesundheitszirkel** zur Evaluierung
- Einbindung in den **KVP** (kontinuierlicher Verbesserungsprozess)

Nachhaltigkeit im Fokus

- Energieverbrauch deutlich gesenkt
- Klimafreundliche Mobilität aktiv gefördert

Starke regionale Wertschöpfung

- Über € 430.000 jährlich fließen in Betriebe der Region

Gesundheit im Arbeitsalltag

- Kostenfreie Angebote werden breit und regelmäßig genutzt, Inhalte sind auf die Zielgruppe abgestimmt, Angehörige und Freunde nutzen die Angebote auch

👉 Stärkung von Unternehmenskultur & Identifikation

- Mehr Wohlbefinden, bessere Teamdynamik, höhere Mitarbeiterbindung, hohe messbare Mitarbeiterzufriedenheit

Bezug zum Gesundheitsmanagement

Stärkung von körperlicher & psychischer Gesundheit durch gezielte Maßnahmen und Angebote im Alltag

Förderung eines gesundheitsbewussten & zufriedenen Arbeitsumfelds für mehr Motivation, Ausgeglichenheit und Teamgeist

Gesundheitsförderung als integraler Bestandteil der Unternehmenskultur fest verankert im täglichen Miteinander und in strategischen Entscheidungen



Online

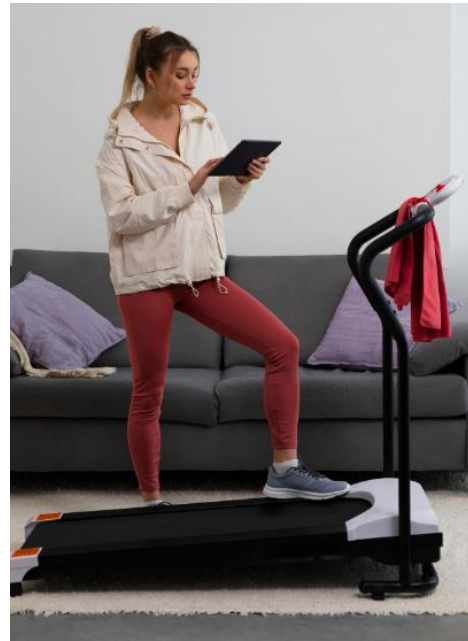
- Vorträge
- Aktive Bewegungseinheiten zu vereinbarten Zeiten und unterschiedlichen Themen
- Beratungen (Arbeitspsychologie, Lebens- und Sozialberatung zu Krisen des Lebens, Ernährung, Sportwissenschaft und pflegende Angehörige)
- Suchtprävention (z.B. Raucherentwöhnung)
- Augentraining
- Mentaler Ersthelfer
- Hotline für Krisenintervention
- Newsletter und Podcasts mit Tipps für physische, mentale Gesundheit
- Bewegungschallenges in den Sommermonaten

Vor Ort

- Rückentraining
- Lifestyle Messungen im Zuge eines Gesundheitstages
- Fit am Arbeitsplatz mit einem Trainer zum Thema Heben, Tragen, Mobilisieren, Aktivieren (1 Tag mit Physiotherapeuten in der Präventionszeit möglich)
- Firmenfitness Gruppentraining in einem Fitnessstudio in der Nähe
- Gesundenuntersuchungen vor Ort
- **Workshops:** Augentraining, Fußgesundheit, Gesunde Lunge, Heben/Tragen, Kinder- und Säuglingsreanimationskurs

- **Verknüpfung von ökologischer & sozialer Nachhaltigkeit**
 - als zukunftsweisender und verantwortungsvoller Ansatz
- **Ganzheitliches Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)**
 - durch die Kombination von Umwelt- und Gesundheitsmaßnahmen
- **Erfolgsfaktoren**
 - regelmäßige Mitarbeiterbefragungen
 - Evaluierung im Gesundheitszirkel & relevanten Gremien
 - Aktive Einbindung der Mitarbeitenden in alle Prozesse

BGM-Trends



- Bewegte Meetings
- Mikro-Workouts am Arbeitsplatz
- Laufarbeitsplätze (Walkingpad)
- Meditation und Entspannung am Arbeitsplatz
- Dynamisches Sitzen



BGM-Trends



- Online Workouts für die Familie
- Challenges in der Gruppe
- Calisthenics Parcours
- Physiotherapie im Unternehmen
- Teambuilding Maßnahmen

***„Stay fresh – stay fit,
Dein Leben, Dein Hit!“***