

> Aktuelles zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge „rundum g'sund“



## „WoW – Wir waren dabei“. Ein innovatives und ganzheitliches Angebot im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsvorsorge



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von „WoW“ konnten viele Erfahrungen und neue Eindrücke gewinnen.

Am 2. September 2016 fand die Abschlussveranstaltung der Veranstaltungsreihe „Work out im Wald – kurz WoW“ statt. Über ein Jahr trafen sich 15 Kolleginnen und Kollegen einmal monatlich in der Waldschule Bodensee. In Zusammenarbeit mit der Forstabteilung der BH Bregenz und der Waldschule Bodensee wurden zwölf Wanderführungen bzw. Veranstaltungen mit ausgebildeten Forstleuten und/oder zertifizierten Waldpädagoginnen und Waldpädagogen durchgeführt. Jeweils an Freitagnachmittagen wurden Einheiten mit unterschiedlichen Schwerpunkten

angeboten. Die Kolleginnen und Kollegen nutzten die Gelegenheit, alle jahreszeitlichen Veränderungsprozesse in der Natur hautnah zu erleben und konnten viele Erfahrungen und neue Eindrücke gewinnen.

### „Work out im Wald“ – neuer Durchgang

Die Teilnehmenden der bisherigen Reihe waren begeistert von der variationsreichen Workshop-Reihe und freuen sich, dass dieses Angebot der betrieblichen Gesundheitsförderung „rundum g'sund“ auf-

grund des Erfolges und Interesses neuerlich angeboten wird.

Am 23. September 2016 startete eine weitere geschlossene Weiterbildungsreihe. Sollte dieses Angebot Ihr Interesse geweckt haben, informieren Sie sich bitte, ob noch Restplätze zur Verfügung stehen: [alexandra.kapp@vorarlberg.at](mailto:alexandra.kapp@vorarlberg.at)

Mehr Information finden Sie im Intranet unter: [www.intra.vlr.gv.at/bgm](http://www.intra.vlr.gv.at/bgm)

Für das Team der Personalentwicklung  
Alexandra Kapp



Mit viel Engagement und Einsatz begleiteten Peter Feuersinger (BH Bregenz) und Karin Müller-Vögel (Waldschule Bodensee) mit ihrem Team die Kolleginnen und Kollegen aus der Landesverwaltung.

„Work out im Wald“ war für uns und die „Waldschule Bodensee“ eines der gelungensten Projekte der vergangenen Jahre. Die inhaltliche Mischung aus Waldökologie, Waldarbeit, altem Gebrauchswissen und Ausflügen in die Welt der alten Mythen und Märchen hat uns herausgefordert und viel Spaß gemacht. Spaß, den wir auch mit den Teilnehmenden teilen durften. Was uns besonders freut, ist, dass die systemischen Zusammenhänge im Wald die Reflexion der eigenen Lebens- und Arbeitssituation auch tatsächlich anregen konnten. Wir hatten eine tolle Zeit mit netten Menschen, die sich über ein Jahr lang kennenlernen durften und nachhaltig vernetzt haben. Das begeisterte Feedback der Teilnehmenden hat uns beflügelt und hatte sicherlich auch positive Auswirkungen auf unsere „betriebliche Gesundheit“ :-).

Vielen Dank an Alexandra Kapp, die die Idee aufgegriffen und unterstützt hat. Wir freuen uns schon auf das nächste „Work out im Wald“.

Peter Feuersinger, Karin Müller-Vögel

> Aktuelles zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge „rundum g'sund“

# Holzernte - Muskelkater nach WoW-Event



Körperlich gefordert aber geistig topfit zeigten sich die begeisterten Teilnehmenden nach dem erkenntnisreichen Workshop.

Bereits zum zweiten Mal hat sich die Gruppe „Work out im Wald“, kurz „WoW“, getroffen. Bei diesem Treffen durften die Teilnehmenden unter Anleitung von Fachexperten

an Wald- und Baumpflegearbeiten tatkräftig mitarbeiten. Sie lernten einerseits die traditionelle Baumfällung mittels Zugsäge, Axt und Keil mit hufkräftiger Unterstüt-

zung von Mona und Lisa kennen. Aber auch die moderne Art mittels Motorsäge wurde angewendet und mit Begeisterung umgesetzt.



Jörg Zimmermann (im Bild links) und Werner Geiger im tatkräftigen Einsatz.



Mona und Lisa mit Waldaufseher Manfred Jochum.



**Sabine Mostegi**  
Arbeitsbibliothek

„WoW = [wauw!]: draußen sein, alle Sinne aktivieren, staunen, lernen und machen - z. B. einen Baum fällen. Bin schon gespannt aufs nächste Mal!“



**Peter Feuersinger**  
BH Bregenz, Forstwesen

„WoW“ - Meine ersten Eindrücke sind Wow! Eine tolle Mischung netter Menschen trifft sich einmal im Monat mit neugieriger Begeisterung für den Wald. Erste wichtige Erkenntnis: Wald ist mehr als die Summe seiner Bäume! Und das war erst der Anfang einer spannenden Reise durch ein „Waldjahr“. Nach der Aktion im Oktober wird es im November wieder besinnlicher - mehr kann ich leider nicht verraten - das gehört zum Konzept!“