

Medienmitteilung

Bern, 26. März 2014 / hac

Kantine: gut für die Gesundheit

Personalrestaurants erfüllen eine wichtige Funktion für die Erholung des Firmenpersonals. Das zeigt eine Untersuchung der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW am Inselspital, Universitätsspital Bern.

Das Gleitzeit-Phänomen ist bekannt: Arbeitnehmende verkürzen die Mittagspause, um den Pendelenberg zu bewältigen oder am Abend früher Feierabend machen zu können. Dass das auf die Dauer ungesund ist und langfristig zu unerwünschten Arbeitsausfällen führen kann, liegt auf der Hand. Doch taugt ein Personalrestaurant als wirksame Gegenmassnahme? Wie wird es überhaupt genutzt?

Diese Frage stand am Anfang einer mehrmonatigen Untersuchung der Hochschule für Angewandte Psychologie FHNW in Olten, die zur Fachhochschule Nordwestschweiz gehört. Auf Einladung des Inselspitals befragte ein Arbeitspsychologie-Team um Dr. Barbara Degenhardt im November 2012 und im April und Mai 2013 insgesamt rund 1500 Mitarbeitende. Die mündlichen und schriftlichen Antworten zur Nutzung der sieben Spitalrestaurants wurden statistisch ausgewertet.

Ort zum Atemholen

Die Personalrestaurants sind mit Abstand der beliebteste Ort für einen Arbeitsunterbruch. Von den befragten Personen gehen 48 Prozent vier mal pro Woche bis täglich dorthin, rund 12 Prozent sogar mehrmals täglich und 83 Prozent mindestens zwei- bis dreimal pro Woche. Allerdings: Auf Platz 2 findet sich bereits der Arbeitsplatz: 65 Prozent „pausieren“ dort mindestens zwei- bis dreimal wöchentlich. Auf Platz 3 stehen Pausenräume. 55% der Befragten würden sich auch längere Pausen wünschen.

Wer das Personalrestaurant regelmässig besucht, tut dies, um die Beine unter den Tisch zu strecken und einen Moment Atem zu holen (69%), für private (56%) und dienstliche (45%) Gespräche und vor allem – wen wundert's – zum Essen und Trinken (88%). An der Spitze der Nutzer-Bedürfnisse stehen der Arbeitsunterbruch (42%) und das Gespräch (34%), dicht gefolgt vom Wunsch, andere Menschen zu treffen und Beziehungen zu pflegen (31%). Knapp 27% nennen als Grund des Restaurant-Besuchs das Bedürfnis, den „Kopf durchzulüften“; rund 24% wollen „Distanz gewinnen“. Positiv und erholsam wird die Möglichkeit eingeschätzt, Pausen auch in den Aussenbereichen der Personalrestaurants und des Inselspitalareals machen zu können.

Auch ein Ort der Arbeit

Die Studie weist nach: Neben der Erholung nehmen die Personalrestaurants des Inselspitals eine wichtige Bedeutung als Ort für informelle Arbeitsgespräche ein. Ein weiteres Ergebnis der Befragung: die Zufriedenheit der Mitarbeitenden und ihre Bindung an das Unternehmen hängen positiv mit einer gut gestalteten Kantine zusammen.

Für das FHNW-Arbeitspsychologieteam ist daher klar: Die Personalrestaurants sind ein wichtiger Ort zur geistigen und körperlichen Erholung und des privaten und arbeitsbezogenen Austauschs und verdienen deshalb auch eine sorgfältige Gestaltung. Die schnelle Erreichbarkeit innerhalb von 5 Gehminuten ist ebenfalls ein wichtiger Faktor.

Bildlegende:

[Café-Bar Stellina im Inselspital Bern](#): Hier tanken täglich Hunderte frische Kräfte. (Foto: Tanja Kocher, Inselspital)

Link zur Original-Studie der FHNW:

<http://www.fhnw.ch/aps/ifk/ifk-projekte/aktuelle-projekte/gina-gastroraume-inselspital-nutzenanalyse>

Weitere Auskünfte für Medienschaffende:

Dr. Barbara Degenhardt, Hochschule für Angewandte Psychologie, Olten, 062 957 22 39 (erreichbar am 26. März den ganzen Tag)

Bernhard Tanner, Bereichsleiter Gastronomie, Inselspital Bern, 031 632 26 78 (erreichbar am 26. und 27. März von 08 bis 12 Uhr)