

## **Mobile Learning – ein Projekt zur Gesundheitsförderung bei Berufskraftfahrer/innen**

Saskia Hofmann und Michael Peters stellten das Modellprojekt „Mobile Learning“ vor (bitte sehen Sie zur ausführlichen Darstellung auch die Präsentation). Anschließend diskutierten die Teilnehmer bei einem „Lernspaziergang“ Erfolge und Erfolgsfaktoren sowie weitere Ideen für die Online-Plattform.

Deutlich wurde, dass die Beschäftigten es als sehr positiv bewerteten, dass etwas für sie eingerichtet und getan werden soll bzw. wird. Sie wurden während des gesamten Prozesses der Konzeption und der Umsetzung beteiligt, etwa durch Befragung oder die Auswahl des Endgerätes (die Entscheidung fiel für ein Netbook, da die Bedienung der Tastatur einfacher ist als bei Smartphones mit Touchscreen), und so die Akzeptanz gesichert.

Auf Wunsch der Fahrer wurde die Lernplattform auch um die Möglichkeit eines Chatrooms erweitert, der von vielen Fahrern sehr gut genutzt wird. Hier kann auch Beanspruchungsfolgen im Zusammenhang sozialer Isolation und Vereinsamung entgegen gewirkt werden.

Bei der Erstellung der Inhalte, z.B. Videos für angeleitete Sportübungen oder Audio-Podcasts mit Ernährungstipps, wurden „normale“ Personen eingebunden, die selbst im Unternehmen arbeiten oder als Dienstleister vielen Fahrern im Unternehmen bekannt sind (z. B. eine Physiotherapeutin). Für jede neue Zielgruppe, ob etwa Straßenbahnfahrer oder Außendienstler, müsste dies adäquat umgesetzt werden, damit sich die jeweiligen Beschäftigten auch wirklich in den Medien „wiederfinden“.

Mit der Geschäftsleitung wurde übrigens eine Regelung getroffen, dass der Datenschutz befolgt wird und sie nicht auf die personalisierten Daten (z. B. Zugang wann und wie oft) zugreifen kann. Der Server wird extern und nicht im Unternehmen betrieben.

Hinsichtlich weiterer Inhalte wurde vorgeschlagen, verschiedene Entspannungsanleitungen, Übungen auf dem Fahrersitz oder Übungen mit dem Theraband einzustellen. Denkbar wäre auch eine Anleitung zur Sitzeinstellung (z. B. bei vibrationsgeminderten Sitzen) oder Landkarte der guten Ernährung mit Tipps zu empfehlenswerten Raststätten.

Ein weitere Idee war, Tandems zwischen jungen (computeraffinen) und älteren (erfahrenen) Fahrern zu bilden, um zum einen den Austausch zu arbeitsbezogenen Fragen zu fördern. Zum anderen haben Fahrer, die ggf. Probleme mit der Nutzung dieser technischen Lernplattform haben, einen Ansprechpartner, der hilft, Hürden abzubauen.