

## Spezialworkshop zum Thema „Gesundheit am Arbeitsplatz“

Donnerstag, 28. April 2022, 13.00–17.00 Uhr, via Zoom-Meeting

### Pilotprojekt „Gesundheitszirkel Neu im KWP“

Zusammenfassung des Interviews mit Frau May und Herrn Dr. Lackinger

Im Rahmen des Spezialworkshops „Gesundheit am Arbeitsplatz“ wurde das Pilotprojekt „Gesundheitszirkel Neu im KWP“ als Beispiel für eine Praxisinitiative vorgestellt. Der Beitrag fand in Form eines Interviews mit Frau Ursula May (Leiterin der Abteilung „Gesundheitsförderung, Wiedereingliederung und Diversität“) und Herrn Dr. Christian Lackinger (Fachexperte für betriebliche Gesundheitsförderung), beide vom Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP), statt. Das Interview führte Herr Dr. Peter Nowak, Leiter des Kompetenzzentrums Gesundheitsförderung und Gesundheitssystem an der Gesundheit Österreich GmbH. Untenstehend finden Sie eine Zusammenfassung dieses Gesprächs:

**Liebe Frau May, lieber Herr Lackinger...**

- **Können Sie uns bitte kurz die wesentlichen Eckpunkte des Projektes schildern? Worum geht es in dem Projekt? Seit wann gibt es das Projekt? Wo wurde bzw. wird es umgesetzt?**

Seit mehreren Jahren gibt es im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser Gesundheitszirkel. Die „Häuser zum Leben“ sind in ganz Wien auf 30 Standorte aufgeteilt, mit rund viereinhalbtausend Mitarbeiter\*innen. In allen „Häusern zum Leben“ fanden bis 2018 standardmäßig einmal pro Jahr Gesundheitszirkel statt. Diese werden von ausgebildeten Gesundheitszirkelmoderator\*innen aus den Häusern geleitet. Vor Ort wurden danach gesundheitsfördernde Maßnahmen umgesetzt. Die Ergebnisse der Gesundheitszirkel wurden von allen Häusern an die BGF-Abteilung übermittelt. Wir leiteten daraus strategische Ziele und KWP-weite Maßnahmen ab.

Neu im Projekt ist nun, dass die Basismitarbeiter\*innen mehr eingebunden werden. In jedem Team im Haus sollen Gesundheitssprecher\*innen eingeführt werden, die im eigenen Team Gesundheitsgespräche vor Beginn der Gesundheitszirkel führen. Sie orientieren sich an den Fragestellungen „Was sind unsere Ressourcen?“, „Was sind unsere Belastungen?“ und „Gibt es bereits Lösungen?“. Diese geschulten Gesundheitssprecher\*innen gehen dann dementsprechend vorbereitet in die jeweiligen Gesundheitszirkel. Für die administrative Erleichterung arbeiten wir parallel mit den Gesundheitszirkelmoderator\*innen an einer innovativen, einfacheren digitalen Erfassung.

- **Welche Erfahrungen gab es bei der Umsetzung des Projektes im Zusammenhang mit der COVID-19-Pandemie?**

In den Häusern fanden pandemiebedingt ab 2020 kaum Zirkel statt. Alle Häuser waren damit gefordert, entsprechende Covid-19-Präventionsmaßnahmen umzusetzen. Nur mehr wenige Häuser haben in dieser Zeit Gesundheitszirkel umgesetzt. Es gab seitens der Geschäftsleitung 2021 den Auftrag, die Gesundheitszirkel zu evaluieren. Das Projekt „Gesundheitszirkel NEU“ startete 2021 mit der Evaluierung der bestehenden Gesundheitszirkel. Durch den Verlauf der Pandemie war es schwierig, Termine der Arbeitsgruppe zu realisieren. Die interdisziplinäre Arbeitsgruppe kam zu dem

Schluss, dass die Umsetzung sich auf administrativer Ebene zu komplex gestaltet und dass man die Basismitarbeiter\*innen mehr einbinden sollte. Es wurde ein neues Konzept entwickelt, der Ablauf verändert, welches nun mit 2022, in drei Piloten zur Umsetzung kommen soll.

- **Was waren aus Ihrer Sicht die wesentlichen Erfolge des Projektes?**

Zum aktuellen Zeitpunkt ist es fast noch etwas zu früh über die Erfolge des Projektes zu sprechen. Aber die Schulungen der Gesundheitssprecher\*innen haben stattgefunden und die Gesundheitszirkelmoderator\*innen wurden empowert, mit dem neuen System zu arbeiten. Man sieht daher bereits, dass es zielführend ist, die Basismitarbeiter\*innen stärker in das Projekt mit einzubinden. Die breitere und systematischere Einbindung von Mitarbeiter\*innen und deren Schulung zu Gesundheitssprecher\*innen hat sicherlich zu einem höheren Bewusstsein beigetragen. Auch die Führungskräfte haben sehr positiv reagiert und uns unterstützt, indem sie in ihren Teams Gesundheitssprecher\*innen nominiert haben und darauf achten, dass diese die Gespräche durchführen können. Diesbezüglich haben wir bereits aus den Häusern erste positive Rückmeldungen erhalten.

- **Was war besonders wichtig, um erfolgreich zu sein und was werden Sie ab nun anders machen? (Lessons learned)**

Wertschätzen was da ist und eine gründliche Recherche darüber, was bereits alles gemacht worden ist. Wir haben uns genau angesehen, was in den letzten 10 Jahren bereits umgesetzt wurde, was dabei gut funktioniert hat und was negativ besetzt ist. Selbstbestimmung ist uns im Zusammenhang mit Gesundheitsförderung besonders wichtig. Aufforderung zur gesunden Ernährung, zu mehr Bewegung, Rauchstopp, etc. führt dazu, dass nur noch mehr Druck erzeugt wird. Als Projektinitiator\*innen möchten wir einen Rahmen schaffen, in dem wir befähigen möchten, aber die Mitarbeiter\*innen müssen in einem ersten Schritt ihre Bedarfslagen selbst bekannt geben. Zudem verstehen wir die Gesundheitszirkel nicht nur als punktuelle Treffen, sondern als Bestandteile eines längeren Prozesses. Wir wollten von jenen Besprechungen wegkommen, bei denen hauptsächlich gesammelt wurde, welche Belastungen es gibt, Lösungsstrategien jedoch nicht mitgedacht wurden. Als Neuerung haben wir nun eingeführt, dass die jeweiligen Gesundheitssprecher\*innen ein Plakat an jenem Ort platzieren, wo sich das Team immer wieder trifft. Dort werden auch positive Entwicklungen und vorhandene Ressourcen gemeinsam gesammelt, sodass es möglich wird, mit einem positiven Mindset in das erste Gesundheitsgespräch zu gehen. Über diesen Weg gelingt es auch, vorhandene Ressourcen zu stärken. Warum ist das so wichtig? Das ist deshalb wichtig, weil so gut späteren beruflichen Barrieren, wie zum Beispiel der „Barriere Rückenschmerz“ oder anderen Beschwerden entgegengewirkt werden kann. Ein weiteres motivierendes Moment haben wir dadurch geschaffen, dass wir zur Gänze auf externe Moderation verzichten. Über diesen Weg kann gut das jeweils eigene Interesse der Mitarbeiter\*innen abgeholt werden. Dies schafft durchwegs Identifikation mit der Sache und mündet in konstruktive Fortschritte.

Momentan setzen wir es, wie eingangs erwähnt, nur in zwei Häusern und im Klub als Pilot um. Langfristig – und daran wird auch mitunter der Erfolg des Projektes gemessen – sollen sich, wenn möglich, alle Häuser an den neuen Gesundheitszirkeln beteiligen. Wir werden zudem auch genau beobachten, wie viele von den vorgeschlagenen Maßnahmen auch tatsächlich umgesetzt werden.

**Herzlichen Dank für das Gespräch!**