

Newsletter 33, Juli 2021

Sehr geehrte Damen und Herren! Liebe Leserinnen und Leser!

Der Sommer ist bereits in vollem Gange und es ist wieder an der Zeit, Sie mit aktuellen Informationen zu gesundheitsfördernden Aktivitäten und Veranstaltungen in und rund um Wien zu versorgen.

In der Rubrik **„Aktuelles aus der Wiener Allianz“** berichten wir über zwei virtuelle Workshops der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung, die zum Themenschwerpunkt „Psychosoziale Gesundheit am Arbeitsplatz“ stattgefunden haben. Das große Interesse und die rege Beteiligung haben gezeigt, welche Aktualität dieses Thema gerade in Zeiten der Pandemie erfährt.

Eine ganze Fülle an Beiträgen zu verschiedenen Maßnahmen und Projekten zur Förderung der Gesundheit und Stärkung der Gesundheitskompetenz von Patientinnen/Patienten, Bewohnerinnen/Bewohnern und Seniorinnen/Senioren sowie Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern erreichte uns diesmal für die Rubrik **„Gesundheitsförderung in Wien – Beispiele aus der Praxis“**.

In der Rubrik **„Nationales“** finden Sie neben Informationen zu gesundheitsförderlicher Telearbeit und Betrieblicher Gesundheitsförderung Ankündigungen von spannenden Konferenzen, die uns im Herbst erwarten.

In der Rubrik **„Internationales“** folgt ein Hinweis auf die 28. Internationale Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen. Diese findet nach einer covidbedingten Absage im letzten Jahr heuer erstmals als virtuelle Veranstaltung statt.

Wir bedanken uns bei allen, die mit Ihren Beiträgen diesen Newsletter wieder ermöglicht haben und wünschen Ihnen nun eine spannende Lektüre und einen gesundheitsförderlichen Sommer!

Mag.^a Ursula Hübel
Wiener Gesundheitsförderung – WiG
und
Birgit Metzler, Bakk.^a MA
CC-HPH an der GÖG



Inhalt

Editorial	1
Aktuelles aus der Wiener Allianz	
Psychosoziale Gesundheit am Arbeitsplatz	2
Gesundheitsförderung in Wien – Beispiele aus der Praxis	
Individuelle Beratung fördert die Gesundheitskompetenz	2
Reden wir drüber! Essstörungen erkennen und ansprechen!	3
Neues vom Wiener Programm für Frauengesundheit	4
Rasche Hilfe bei Covid-19-Spätfolgen	4
Sport vor Ort mit Fitnesstrainerin Christin Jeske	5
Bewegung für Klein & Groß im Park	6
Haus der Kilometer – wo wir gemeinsam Großartiges bewegen	7
Pflege vor den Vorhang zum „Internationalen Tag der Pflege“	7
Gesundheitsförderung mit temperierten Ölkompresse bei chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten	8
Reststart in den neuen Arbeitsalltag. Exit-Strategien bei den Wiener Sozialdiensten Alten- und Pflegediensten	8
„BGF ist ONLINE“ – NEUE WEGE der betrieblichen Gesundheitsförderung im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser	9
Health Angels: Betriebliche Gesundheitsförderung bei HABIT	10
Wir sind bunt! – Stark durch Vielfalt	11
Ausgezeichnetes Generationenmanagement im AKH Wien	12
Vorausschauend planen unterstützt die Klientinnen/Klienten und die Mitarbeiter/-innen	13
Tag der Selbsthilfe im Freien	14
Nationales	
Factsheet Gesundheitsförderliche Telearbeit im Kontext der Covid-19-Pandemie	14
Betriebliche Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt 4.0	15
Ankündigung: Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2021	15
Ankündigung: 6. ÖPGK-Konferenz	15
Ankündigung: 25. ONGKG-Konferenz	16
Internationales	
Ankündigung: 28. Internationale HPH Konferenz	16
Veranstaltungshinweise	17
Impressum	17

Psychosoziale Gesundheit am Arbeitsplatz

Im April und Mai 2021 fanden zwei virtuelle Workshops der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen zu diesem Themenschwerpunkt statt.

Beim Spezialworkshop, am 21. April 2021, lag der Fokus auf Grundlagen und Handlungsoptionen. Entlang von Fachinputs und praktischen Beispielen wurde veranschaulicht, auf welchen individuellen und organisationalen Ressourcen aufgebaut werden kann, um die psychosoziale Gesundheit zu schützen und zu stärken. Dr. Peter Nowak, Leiter der Abteilung Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung, Gesundheit Österreich GmbH, eröffnete den Workshop mit einer praktischen Anleitung zu einem **Achtsamkeitstraining**. Anschließend stellte er das **Konzept der Salutogenese als Grundlage psychosozialer Gesundheit** vor. Mag.^a Hilde Wolf, MBA, Leiterin des FEM Süd Frauengesundheitszentrums, lieferte in ihrem Beitrag einen Überblick über **Grundlagen, Herausforderungen und Ressourcen** – mit einem spezifischen Augenmerk auf die aktuellen Belastungen bedingt durch die Pandemie. Mag.^a Claudia Stangelmaier, Leiterin des Psychologischen Teams des Gesundheits- und Vorsorgezentrums der KFA im Sanatorium Hera und Leiterin der Organisations- und Arbeitspsychologie der KFA, berichtete über **praktische Umsetzungserfahrungen zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit am Arbeitsplatz**. Die Präsentationsfolien stehen Ihnen hier zum [Download](#) zur Verfügung.

Am 11. Mai 2021 fand im Rahmen eines virtuellen Austauschworkshops die Auseinandersetzung mit der Thematik eine Fortsetzung. In diesem Workshop wurden verschiedene präventive und gesundheitsfördernde Umsetzungsinitiativen dreier Allianzpartner/-innen vorgestellt. Nicole Kunzer-Ristl und Michaela Zmaritz-Kukla, BA, von der Stabsstelle Qualitätsmanagement des AUVA Traumazentrums und Rehabilitationszentrums Wien Meidling, berichteten über **Hits und Flops zum Thema Stressreduktion & Co** im Kontext Betrieblicher Gesundheitsförderung. Ursula May, Leiterin der Abteilung Gesundheitsförderung, Wiedereingliederung und Diversität des Kuratoriums Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP), stellte **Umsetzungsbeispiele zur psychischen Entlastung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus dem KWP** vor. Den Abschluss machte OMRⁱⁿ Mag.^a phil. Ursula Haider, MSc, von der Stabsstelle Personalentwicklung & Ausbildung des Wiener Gesundheitsverbands (WIGEV), mit einem Einblick in die Maßnahmensetzung im WIGEV hinsichtlich der **Resilienzstärkung für Führungskräfte des mittleren Managements**. Die Präsentationsfolien sowie weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Bei beiden Workshops hatten die Teilnehmer/-innen in Kleingruppen sowie im Plenum Gelegenheit sich zu eigenen Erfahrungen auszutauschen und themenspezifische Fragestellungen zu diskutieren. Dabei wurde deutlich, dass Maßnahmen zur Förderung der psychosozialen Gesundheit nicht allein auf der Ebene des Verhaltens ansetzen sollten, sondern dass auch eine gezielte Entwicklung der Rahmenbedingungen in den Einrichtungen erforderlich ist.

Competence Centre for Health Promotion in Hospitals and Health Care
an der Gesundheit Österreich GmbH
kontakt@allianz-gf-wien.at

Individuelle Beratung fördert die Gesundheitskompetenz bei Herz-Kreislaufkrankungen

Weltgesundheitstag am 7. April 2021

Herz-Kreislauf-Erkrankungen und ihre Folgen zählen zu den häufigsten Todesursachen der westlichen Welt. Diese können sich akut zeigen, beispielsweise durch einen Herzinfarkt, Herzstillstand oder einen Schlaganfall. Durch moderne Behandlungsmethoden können diese lebensbedrohlichen, plötzlich eintretenden Ereignisse immer häufiger abgemildert werden. Patientinnen und Patienten fehlt jedoch in der wichtigen ersten Phase nach einem solchen akuten Ereignis oftmals die Krankheitswahrnehmung. Im Universitätsklinikum AKH Wien zeigt das Projekt "Kardiologisches Beratungsgespräch – Pflege für Patientinnen/Patienten und Angehörige", wie ein individuelles Beratungs- und Informationsangebot zu einer Steigerung der Gesundheitskompetenz der Patientinnen und Patienten und zum Therapieerfolg beitragen kann. Während ihres stationären Aufenthaltes wird den Patientinnen und Patienten der Klinischen Abteilung für Kardiologie ein Einzelgespräch von Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten angeboten.



Foto: AKH Wien, 2018

Nach einem plötzlich auftretenden lebensbedrohlichen Ereignis wie einem Herzinfarkt, Herzstillstand oder einem Schlaganfall befinden sich Patientinnen und Patienten oftmals in einem Schockzustand. Überforderung, Unsicherheit und Angst, dass sich das Ereignis wiederholen könnte, sind zu beobachten. Aber auch eine fehlende Krankheitseinsicht hemmt bei manchen Patientinnen und Patienten die weitere Therapie, für deren Erfolg es oftmals zusätzlich zu regelmäßigen kardiologischen Kontrolluntersuchungen und Rehabilitation auch eine Änderung des Lebensstils braucht. Gerade bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist ein gesundheitsförderndes Verhalten wie regelmäßige körperliche Aktivität, gesunde Ernährung und der Verzicht auf Nikotin und Alkohol unmittelbar nach einem akuten Ereignis für den weiteren Therapieerfolg wichtig.

Gezielte Informationen helfen Betroffenen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen dabei, die Auswirkungen ihrer Erkrankung im Alltag zu bewältigen und die eigene Gesundheitskompetenz zu stärken. Um für stationäre Patientinnen und Patienten der Klinischen Abteilung für Kardiologie und ihre Angehörigen ein entsprechendes Angebot zu schaffen, startete auf Initiative von Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten 2018 das Projekt "Kardiologisches Beratungsgespräch – Pflege für Patientinnen/Patienten und Angehörige" im AKH Wien. Über 220 Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen haben das Beratungsangebot bereits in Anspruch genommen.

Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten informieren und beraten Patientinnen und Patienten im Einzelgespräch

Bisher werden vorrangig Gruppensettings, in denen verschiedene Berufsgruppen über Herz-Kreislauf-Erkrankungen informieren, als Angebot für Patientinnen und Patienten gesetzt. Im AKH Wien entschied man sich für einen neuen Weg: Während ihres stationären Aufenthaltes wird den Patientinnen und Patienten der Klinischen Abteilung für Kardiologie und ihren Angehörigen ein Einzelgespräch von Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten angeboten.

"Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen das Beratungsangebot besonders gut annehmen, wenn es in einem Einzelsetting und von Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten gesetzt wird", so Pflegeexpertin Hong Qin, die das Projekt von Beginn an begleitet und selbst kardiologische Beratungsgespräche im AKH Wien führt. *"Den eigenen Lebensstil kritisch zu beleuchten, ist bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen besonders wichtig. Wir gehen auf die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten ein und besprechen mit ihnen, was sie selbst im Alltag zum Therapieerfolg beitragen können und welche weiteren Schritte nach der Entlassung wichtig sind."*

Die Patientinnen und Patienten erhalten beim kardiologischen Beratungsgespräch umfassende Informationen über Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Rehabilitation und begleitende Informationsmaterialien von den Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten. Das Einzelgespräch bietet für die Patientinnen und Patienten auch einen Rahmen, in dem sie ihre individuellen Fragen stellen und Unsicherheiten thematisieren können.

"Der Gesprächsrahmen ist breit und reicht vom Informieren über Rehabilitation bis hin zur Stressbewältigung. Einen lebensbedrohlichen Vorfall zu erleben, braucht Zeit zum Verarbeiten. Das sprechen wir auch an und bieten hier den Patientinnen und Patienten ein geschütztes Setting, in dem sie über das Erlebte sprechen können", so Qin.

Wenn sich im Gespräch zeigt, dass die Patientinnen/Patienten psychologische Unterstützung beim Bewältigen brauchen, zeigen die Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten weiterführende Unterstützungsmöglichkeiten von Psychologinnen und Psychologen auf. Auf Wunsch können auch die Angehörigen am Gespräch teilnehmen.

Vom Projekt zum dauerhaften Beratungsangebot

Das Projekt "Kardiologisches Beratungsgespräch – Pflege für Patientinnen/Patienten und Angehörige" wurde im Zeitraum von Ende April 2019 bis September 2020 evaluiert. Insgesamt 182 stationäre Patientinnen und Patienten der Universitätsklinik für Innere Medizin II mit einem Durchschnittsalter von rund 60 Jahren wurden in diesem Zeitraum beraten. 90 Prozent der Patientinnen und Patienten waren sehr zufrieden mit dem Beratungsgespräch, das in den meisten Fällen zwischen 30 und 60 Minuten gedauert hat. Die Bandbreite der besprochenen Themen ist groß und reicht von der Einnahme der Medikamente und der Funktion des Herzens bis hin zu gesundheitsförderndem Verhalten und dem Erarbeiten einer Strategie in einer Notfallsituation. Inzwischen ist das Projekt als fixes Angebot im AKH Wien etabliert. Über 220 Patientinnen und Patienten wurden bereits beraten.

DGKP Hong Qin, MSc und Mag.^a Silvia Samhaber
Universitätsklinikum AKH Wien
hong.qin@akhwien.at

Reden wir drüber! Essstörungen erkennen und ansprechen!

Online-Workshop für Einrichtungen / Vereine in der Jugendarbeit

Immer mehr Mädchen und Burschen sind von Essstörungen betroffen. Denn gerade in der Pandemie stehen vielen Jugendlichen herkömmliche Bewältigungsstrategien nicht zur Verfügung. Sie leiden unter sozialer Distanz, wenig Strukturen, fehlendem Umgang mit Gefühlen etc. Dies kann die Entstehung einer psychischen Erkrankung, wie eben auch einer Essstörung fördern. Aber wie erkennt man eine Essstörung? Wie spricht man das Thema an? Und wann müssen die Eltern eingeschaltet werden?

Unterstützung für Menschen, die mit Jugendlichen arbeiten

Menschen, die mit Jugendlichen arbeiten, sind zunehmend mit dem Thema konfrontiert. Oft stehen sie der Situation hilflos und ohnmächtig gegenüber. Unterstützung bietet ein kostenloses Online-Workshop-Angebot der Hotline für Essstörungen der Wiener Gesundheitsförderung. Neben grundlegenden Informationen zum Thema Essstörungen wird vermittelt, wie man Menschen, die möglicherweise an einer Essstörung erkrankt sind, bestmöglich helfen kann.

Hotline für
Essstörungen
ESSSTÖRUNGEN – WAS TUN?
Online-Workshops für MultiplikatorInnen

Weiterführende Informationen sind unter www.wig.or.at („Gesundheit hat ein Geschlecht“ → „Hotline für Essstörungen“) abrufbar. Online-Termine sind Dienstag- oder Donnerstagsvormittag zwischen 9 und 11 Uhr möglich. Terminvereinbarungen per E-Mail unter ursula.knell@wig.or.at oder gabriele.haselberger@wig.or.at.

Die Hotline für Essstörungen – seit 1998 mehr als ein Telefon

Die Hotline für Essstörungen 0800 20 11 20 wurde 1998 vom Wiener Programm für Frauengesundheit gegründet und 2009 in die Wiener Gesundheitsförderung übernommen. Das kostenlose und anonyme Angebot bietet Betroffenen sowie Angehörigen von Menschen mit Essstörungen professionelle Beratung, Information und Hilfe.

Hotline für Essstörungen

kostenlos – anonym – bundesweit

Tel.: 0800 20 11 20, Mo. bis Do., von 12-17 Uhr (ausgenommen Feiertage)

E-Mail-Beratung: hilfe@essstoerungshotline.at

Wiener Gesundheitsförderung – WiG
office@wig.or.at

Neues vom Wiener Programm für Frauengesundheit

Die Auswirkungen von Corona und Digitalisierung auf die Frauengesundheit, der Umgang mit psychosozialen Belastungen von Kinderwunsch-Paaren oder die Wissensvermittlung über die weibliche Intimzone, Verhütung und Schwangerschaftsabbruch sind aktuelle Schwerpunkte des Wiener Programms für Frauengesundheit.

Neben „klassischen“ Gesundheitsthemen wie Schwangerschaft, Geburt oder Gewalt gegen Frauen greift das Wiener Programm für Frauengesundheit regelmäßig neue gesellschaftliche Entwicklungen auf. Die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie auf Frauen- und Mädchen-gesundheit etwa wurden in einem äußerst lesenswerten Sammelband breit analysiert. Die Beiträge aus Wissenschaft und Praxis verfassten 47 Expertinnen aus dem Gesundheits-, Sozial-, Bildungs-, und Wirtschaftsbereich. Link: [Frauengesundheit und Corona](#)

30. September 2021: Konferenz „#frauengesundheit 4.0. Chancen, Herausforderungen“

Dass die Pandemie ein rasanter Motor für die Digitalisierung in vielen Sektoren ist, ist kein Geheimnis. Welche Folgen die Digitalisierung für die Frauengesundheit hat, thematisiert die interdisziplinäre Konferenz des Wiener Programms für Frauengesundheit am 30. September 2021. Unter dem Titel „#frauengesundheit 4.0. Chancen, Herausforderungen“ sind spannende Vorträge und Inputs zu erwarten, die Einblick in die Digitalisierung von heute und ihren Einfluss auf Frauengesundheit von morgen geben; Die Vortragenden befassen sich mit Gendergaps bei Künstlicher Intelligenz und Robotik in Medizin und Pflege, bei digitalen Gesundheitsanwendungen und Gesundheitskompetenz. Das Programm wird zeitnahe bekannt gegeben. Web: www.frauengesundheit-wien.at



Wiener Programms für Frauengesundheit: Neue Materialien

Konsensuspapier zur psychosozialen Gesundheit bei Kinderwunsch

Fortpflanzungsmedizinische Angebote sind bei unerfülltem Kinderwunsch oft die letzte Hoffnung ein eigenes Kind zu bekommen. Da der Fokus darauf liegt, eine Schwangerschaft zu ermöglichen, bleiben die physischen und psychischen Belastungen oft zu wenig bedacht. Ein im Mai vorgestelltes Konsensuspapier für Gynäkologinnen/Gynäkologen,

Psychologinnen/Psychologen und Psychotherapeutinnen/-therapeuten rückt die psychosoziale Gesundheit in den Mittelpunkt. Die Fachempfehlungen hat das Wiener Programm für Frauengesundheit mit Expertinnen/Experten und Fachgesellschaften erarbeitet. Download: [Psychosoziale Gesundheit bei der assistierten Reproduktion](#)

Wissenswertes über Verhütung und die weibliche Intimzone

Um erfüllte Sexualität leben zu können, sollte man nicht nur wissen, wie man sich vor einer ungewollten Schwangerschaft schützt. Es braucht einen wohlwollenden Blick auf den eigenen Körper und die Kenntnis, wie die weiblichen Geschlechtsorgane funktionieren. Die neu überarbeitete Broschüre des Wiener Programms für Frauengesundheit „Wir haben Lust drauf – aber sicher!“ liefert Wissen und entkräftet hartnäckige Mythen rund um Vulva, Klitoris und Hymen. „Beschämende Bezeichnungen wie ‚Schamhaare‘, ‚Schamlippen‘ – zusammengefasst als ‚die Scham‘, haben wir bewusst aus dem Text verbannt und durch neutrale Begriffe ersetzt. Denn Scham ist ein hartnäckiges und lusthemmendes Gefühl“, sagt Kristina Hametner, Leiterin des Wiener Programms für Frauengesundheit. Download: [Wir haben Lust drauf - aber sicher!](#)

Informationen für ungewollt Schwangere

Eine ungewollte Schwangerschaft medizinisch sicher und legal abbrechen zu können ist ein wichtiger Beitrag zur Frauengesundheit. Schwangerschaftsabbruch ist immer noch ein Tabu und ideologisch umkämpft, dem möchte die Stadt Wien mit Informationen entgegenhalten. Ausgehend davon, dass der Wille einer ungewollt schwangeren Frau zu respektieren ist, informiert der neue Folder „Meine Entscheidung: Schwangerschaftsabbruch in Wien“ über Methoden, Fristen, Kosten und ausgewählte Beratungsangebote. Download: [Meine Entscheidung: Schwangerschaftsabbruch in Wien](#)

Alle Materialien können Sie kostenlos bestellen:

Telefonisch unter: 01 4000 84 200 oder per E-Mail an: frauengesundheit@ma24.wien.gv.at

Mag.^a Alexandra Grasl-Akkilic,
Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele
alexandra.grasl-akkilic@wien.gv.at

Rasche Hilfe bei Covid-19-Spätfolgen

Evangelisches Krankenhaus eröffnet Spezialambulanz für Betroffene mit neurologischen Folgeerkrankungen.

80 Prozent (!) aller Covid-19-Erkrankten leiden unter teils schwerwiegenden Folgebeschwerden. Das fördert eine heimische, kurz vor Publikation im renommierten Fachmagazin *Journal of the Neurological Sciences* stehende Studie*) zutage: „Betroffen sind dabei

gleichermaßen stationär aufgenommene Patienten wie jene, welche die Akutphase der Krankheit zuhause verbracht“, berichtet Studienleiter Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko, Neurologievorstand am Evangelischen Krankenhaus.



Den Großteil der Post-Covid-Symptome machen, so die in Kooperation mit einigen Niederösterreichischen Spitälern durchgeführte Patientenstudie, neurologische Folgeerkrankungen aus: Am häufigsten berichtet wurde über abnorme, bis zur Erschöpfung gehende Müdigkeit, Kopfschmerzen und Störungen des Geruchs- und Geschmacksinns.

Der Zeitpunkt, ab dem neurologische Folgen auftreten, ist dabei sehr unterschiedlich. Studienleiter Doz. Zifko: „Manche Patienten leiden bereits ab dem ersten Tag nach der Diagnose an starken Kopfschmerzen. Bei anderen treten Symptome wie Neuropathien, Muskelschmerzen, Gedächtnislücken oder Gefühlsstörungen an Händen und Füßen erst-mals fünf Wochen nach „Genesung“ auf.“ Ähnliche Erfahrungen macht der Neurologe in seiner täglichen Praxis.



Foto: Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko; ©EKH/C. Richter

Der Leidensdruck ist enorm und oft anhaltend: Die meisten Betroffenen fühlen sich in ihren Alltagsaktivitäten stark eingeschränkt und nicht selten ist ihre Arbeitsfähigkeit auf Wochen oder Monate vermindert.

Neuro-Covid-Ambulanz: Startschuss schon am 1. Juni 2021

Um Patientinnen und Patienten mit den beschriebenen Symptomen rasch und unbürokratisch zu helfen, eröffnete das Evangelische Krankenhaus bereits mit 1. Juni eine Neuro-Covid-Ambulanz. Die persönliche Betreuung, sämtliche Untersuchungen und Tests und auch die Therapieeinleitung erfolgen ausschließlich durch erfahrene Fachärzte.

Eine ärztliche Überweisung ist dafür nicht nötig, jedoch die telefonische Anmeldung. Mitgenommen werden müssen lediglich der Nachweis der Aufhebung des Absonderungsbescheids sowie derzeit noch eine FFP2-Maske. Die neue Neuro-Covid-Ambulanz kann von Patientinnen und Patienten aus Wien und auch aus anderen Bundesländern aufgesucht werden.

Nähere Informationen über Termine und Anmeldung:

Evangelisches Krankenhaus Wien

Tel.: 01 40422 2802, 0664 54 45 800 www.ekhwien.at

*) Udo Zifko, Theresa Schmiedlechner et al.: "Covid-19: Involvement of the nervous system. Identifying neurological predictors defining the course of the disease"; Science Direct, Journal of the Neurological Sciences; Volume 425, 15 June 2021, 117438, www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022510X21001325

Mag.^a Karin Hönig-Robier
ConsumED Marketing und Public Relations e.U.
k.hoenig@consumed.at

Sport vor Ort mit Fitnesstrainerin Christin Jeske



Für uns in der CS Caritas Socialis ist es wichtig die physische und psychische Gesundheit unserer Mitarbeiter/-innen zu stärken. Die Arbeit in der stationären Pflege ist körperlich anstrengend. Daher ist die Gesundheitsförderung, das Lernen von Entspannungs-, Entlastungs- und Bewegungsübungen sehr wichtig für die Erhaltung der Gesundheit.

Ziel der Gesundheitsförderung

Ziel des Projekts ist eine in den Alltag integrierte Mobilitätsförderung für Mitarbeiter/-innen (inkl. Ehrenamtliche), Bewohner/-innen und Angehörige, die gerade vor Ort sind. Nach unseren Erfahrungen in der Vergangenheit haben Sport- und Bewegungsangebote, die nach der Arbeit angeboten werden bzw. als separates Angebot zur Mittagszeit, wenig bis keinen Zulauf. Da wir überzeugt sind, dass es wichtig ist, immer wieder auch Bewegungs-, und Entspannungsimpulse zu setzen, um die Mobilität zu steigern und die Gesundheit zu fördern, haben wir im Februar 2020 mit „Sport vor Ort“ begonnen.

Sport vor Ort

Das Neue und Innovative ist, dass die Trainerin für kurze Sporteinheiten direkt in den Wohnbereich der Pflegeheime vor Ort kommt. Die Mitarbeiter/-innen nehmen gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern an der Bewegungseinheit teil. Dadurch haben sie auch kein schlechtes Gewissen, wenn sie „nur etwas für sich tun“. Sie erleben sich selbst als wirksam und freuen sich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern darüber, sinnvoll und mit viel Spaß etwas Gutes für ihren Körper zu tun.

Gesundheitsförderung
SPORT VOR ORT

Nehmt euch eine kurze Auszeit:
Bewegungsimpulse und Spaß für euch und alle die gerade da sind!

Fit mit Christin
Direkt bei Dir im Wohnbereich

Erdgeschoss:	10:30 – 10:45
1.Obergeschoss:	10:50 – 11:05
2.Obergeschoss:	11:10 – 11:25

www.cs.at

Auch organisatorisch ist es einfach. Man braucht keinen fixen Raum, wo man etwas vorbereiten muss, sondern alle, die gerade da sind, sind eingeladen mitzumachen: Mitarbeiter/-innen, Bewohner/-innen, Ehrenamtliche, Angehörige. Die Sporteinheiten dauern ca. 15 bis 20 Minuten. Jede und jeder macht so lange mit, wie sie/er kann und möchte.

Wir erleben „Sport vor Ort“ als sehr nachhaltige Gesundheitsförderung, da die kurzen Übungen und Impulse auch in den Tagen danach immer wieder zwischendurch von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchgeführt werden.

Ablauf „Sport vor Ort“

Die Fitnesstrainerin kommt einmal pro Woche direkt in den Aufenthaltsbereich der jeweiligen Wohnbereiche. Es braucht keine spezielle Kleidung oder sonstige Sportgeräte. Alles was gerade da ist, wird genutzt. Durch ihre direkte motivierende Art und die angenehme Musik geht es dann auch gleich los. Die frische, gute Laune steckt an und so machen dann sehr viele mit und die Stimmung ist sehr gut.

Das Tolle ist, dass es sich bei den Übungen um sehr kurze Einheiten handelt: Entspannungsimpulse, kurze Entlastungsübungen für den hinteren Rücken, die Schultern, den ganzen Körper. Jede Woche hat andere Übungen.

Pause und Fortsetzung während der Covid-Pandemie

Von März 2020 bis Februar 2021 wurde „Sport vor Ort“ wegen Covid-19 unterbrochen. In diesem Zeitraum starteten wir mit Online-Sprechstunden und Sportvideos von unserer Fitnesstrainerin zu Gesundheitsförderung, Stärkung sozialer Kontakte und Resilienz. Die Mitarbeiter/-innen der gesamten CS konnten an den Zoom-Sprechstunden zu verschiedenen Themen innerhalb ihrer Arbeitszeit teilnehmen. Es entstand Raum und Zeit für soziale Interaktion: Man konnte einfach mal mit Kolleginnen und Kollegen plaudern, sich fachlich austauschen oder sich professionelle Unterstützung durch die CS Arbeitspsychologinnen holen.

Seit Februar 2021 geht unser Gesundheitsprojekt „Sport vor Ort“ nun weiter. Aufgrund des großen Erfolgs und der Beliebtheit findet es nun regelmäßig in allen drei Pflegeheimen in sämtlichen Wohnbereichen statt.

Rückmeldungen

Nicht nur die fröhlich-frische Art der Trainerin begeistert, so dass man einfach gerne mitmacht: „Man muss sich nicht umziehen und irgendwohin fahren. Man macht einfach mit, wenn man da ist und Zeit hat“, erzählt eine Pflegeassistentin begeistert. Eine Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin der Veitingergasse berichtet: „Ich habe tatsächlich jetzt schon etwas verändert. Das hätte ich nie geglaubt. Ich gehe jetzt immer eine Bushaltestelle zu Fuß. Mir hat das sehr geholfen, dass ich jetzt weiß, dass kleine Veränderungen auch schon reichen und was bewirken.“ Die Pflegedienstleitung des CS Rennweg merkt an: „In all den Jahren wo wir so vieles mit Bewegung, Sport und Gesundheit ausprobiert haben, ist das das mit Abstand Sinnvollste, das wirklich sehr gut bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ankommt.“

Ein großer Vorteil der „Sport vor Ort“ Mobilitätsförderung ist, dass es alle Mitarbeiter/-innen und Bewohner/-innen gleichermaßen erreicht. Egal welches Alter, welche soziale Herkunft, welche Berufsgruppe. Alle sind gleichermaßen angesprochen und machen genauso mit, wie und wo sie gerade sind. Es gibt keine Notwendigkeit für Sportkleidung oder -geräte, keine Anfahrt oder sonstiges. Einfach gemeinsam Spaß an der Bewegung haben 😊.

Dipl.-Kffr. Sonja Schrey, MSc,
Leitung Qualitätsmanagement, CS Caritas Socialis
sonja.schrey@cs.at

Bewegung für Klein & Groß im Park

Die Wiener Gesundheitsförderung – WiG bietet in neun Wiener Bezirken ein kostenloses Bewegungsangebot

Raus an die frische Luft und gemeinsam mit anderen aktiv werden, das ist das Ziel von Klein & Groß im Park, einer Aktion des Projekts „Klein & Groß – Bewegt & Gesund“ der WiG. Es gilt das eigene Wohlbefinden mit kompetenter Anleitung von erfahrenen Trainingspersonen zu stärken. Die Einladung richtet sich an alle Generationen und die Aktion findet von Juni bis Oktober 2021 in den Bezirken 3, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 17 und 23 in ausgewählten Parks jeweils zweimal pro Woche statt.

Bewegung für alle Generationen

Ob Groß oder Klein, Jung oder Alt, mit oder ohne Vorerfahrung im Sport – alle können mitmachen. Die Bewegungsaktivitäten reichen von sanfter Ismakogie und Yoga über spielerisches Konditionstraining bis zu Line-dance und Dance Moves. Gemeinsam werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Geschicklichkeit gefördert.



Klein und Groß; © Fred Froese

Die Trainings finden bei jedem Wetter statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Vorbeikommen und Spaß an der Bewegung haben, egal ob als Senior/-in, Eltern mit Kindern oder Jugendliche!

Termine und Änderungen – aufgrund von COVID-19-Vorgaben – finden Sie unter wig.or.at/KLEINundGROSS oder fragen Sie bei der ASKÖ-Hotline nach ☎ 0664 85 213 32 (Montag bis Freitag 9 bis 13 Uhr).

Wer sich gerne eine Bild machen möchte, kann in den [Facebook-Beitrag](#) reinschnuppern.

Über das Projekt

„Klein & Groß – Bewegt & Gesund“ wird von der Wiener Gesundheitsförderung umgesetzt und aus Mitteln des Landesgesundheitsförderungsfonds finanziert. Dieser wurde von der Österreichischen Gesundheitskasse (ehem. WGKK) und der Stadt Wien im Zuge der Gesundheitsreform eingerichtet. Die operative Durchführung obliegt dem [ASKÖ WAT Wien](#), unterstützt durch den [Allgemeinen Sportverband Österreichs – Landesverband Wien](#) und die [SPORTUNION Wien](#).

Wiener Gesundheitsförderung – WiG
office@wig.or.at

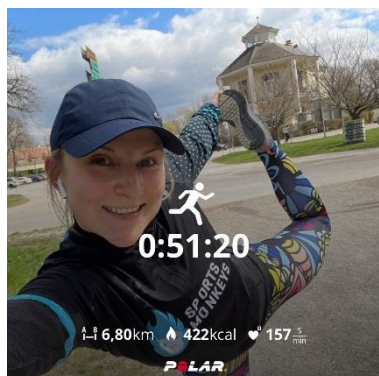
Haus der Kilometer

Wo wir gemeinsam Großartiges bewegen.

Normalerweise nimmt das Haus der Barmherzigkeit jährlich beim Österreichischen Herzlauf in Wien teil und bietet so allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einen organisierten Firmenlauf. Schon zum zweiten Mal wurde der Herzlauf jedoch aufgrund der Corona-Pandemie abgesagt. Nichtsdestotrotz wollten wir uns gemeinsam bewegen und damit gesund, motiviert und fit in den Frühsommer starten.



Deshalb fiel Ende März der Startschuss für unsere diesjährige Lauf-Challenge, erneut unter dem Label #HBläuft. Eine Initiative die bereits im Vorjahr ins Leben gerufen wurde und damals durch einen virtuellen Firmenlauf – der eine Strecke von 394,2 Kilometer umfasste und so einer Runde an allen HB und HABIT Standorten vorbei entsprach – mit einer unglaublichen Schlussbilanz von 1.553,25 erreichten Kilometern, nicht nur weit über dem gesetzten Ziel lag, sondern auch großen Zuspruch bei allen Sportlerinnen und Sportlern im HB fand.



In diesem Jahr wollten wir uns gemeinsam für unsere Bewohner/-innen im Haus der Barmherzigkeit und unsere Kundinnen und Kunden bei HABIT bewegen und setzten uns zum Ziel, für jede betreute Person einen Kilometer zurückzulegen. So entstand das gemeinsame Strecken-Ziel von 1.680

Kilometern. Im Aktionszeitraum riefen wir unsere Mitarbeiter/-innen dazu auf, nicht nur fleißig Kilometer beizusteuern, sondern dabei auch Impressionen von den schönsten Lauf-Routen, Walking-Strecken oder Lieblings-Spazierwegen einzusenden – gerne auch mit Details versehen, wie Start- und Endpunkte, Höhenmeter oder Infos über den Schwierigkeitsgrad der gewählten Pfade. Ganz nach dem Motto: Der Weg ist das Ziel, jeder Kilometer zählt.

Erneut dürfen wir uns über eine riesige Beteiligung bei unserer Lauf-Challenge freuen – mit einem sensationellen Ergebnis von 2097 km gesammelten Kilometern. Damit haben wir unser gesetztes Strecken-Ziel auch in diesem Jahr mehr als erfüllt und blicken voller Stolz auf unsere erfolgreiche Gesundheits-Initiative zurück. Gemeinsam bewegen wir Großartiges im Haus der Barmherzigkeit!

Unser herzlicher Dank geht an alle Teilnehmer/-innen von #HBläuft2021: Danke für eure Motivation, euren sportlichen Einsatz und euren Zusammenhalt!

Mag.^a Claudia Sebunk
Haus der Barmherzigkeit
claudia.sebunk@hb.at

Kursana: Pflege vor den Vorhang zum „Internationalen Tag der Pflege“

Empathie, Engagement und Durchhaltevermögen – seit über einem Jahr leisten alle Menschen in Pflegeberufen herausragende Arbeit.

Am „Internationalen Tag der Pflege“, am 12. Mai, wurde ihr unermüdlicher Einsatz wieder in den Fokus gerückt. Auch in der Kursana Residenz Wien-Tivoli sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der herausfordernden Corona-Pandemie über sich hinausgewachsen und sorgen täglich unter Einhaltung der strikten Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen professionell und gleichzeitig herzlich für das Wohlergehen der Bewohnerinnen und Bewohner. Kursana sagt daher einmal mehr DANKE, ist stolz auf ein Team mit viel Frauen-Power und forciert kreative pflegerische Aktivitäten wie die Gartentherapie.

Geballte Frauenpower

Pflegeberufe sind meist von Frauen besetzt, auch bei Kursana ist die Pflege eindeutig weiblich, selbst in Führungspositionen: 85 Prozent der Mitarbeiter/-innen sind Frauen und vier der fünf Stationen werden von starken Frauen geleitet. Ein herausragendes Beispiel ist Stationsleiterin Kornelia Viskocova. Schweren Herzens verabschiedet sie sich nun nach 18 Jahren unermüdlichen Einsatzes in der Residenz mit 65 Jahren in den wohlverdienten Ruhestand. Es war ihr eine Herzensangelegenheit, auch über das eigentliche Pensionsantrittsalter hinaus im Pflegedienst aktiv zu bleiben und hier vor allem mit ihrer Lebenserfahrung und jahrelangen Praxis jüngere Mitarbeiter/-innen zu inspirieren.



Die Pflege ist bei Kursana eindeutig weiblich: 85% des Teams sind weiblich, vier der fünf Stationen befinden sich unter der starken Leitung von Frauen. Foto: © Kursana

Mit der Heilkraft des Gartens

Die Kursana Pflegemitarbeiter/-innen setzen sich engagiert und mit vielfältigen Angeboten für das Wohlergehen der Bewohner/-innen ein. Körperliche Betätigung an der frischen Luft und die verantwortungsvolle Beschäftigung mit „etwas Lebendigem“ wirken sich nachweislich positiv auf den Gesundheitszustand aus. Zu Beginn der wärmeren Jahreszeit wenden die Seniorenbetreuer/-innen daher Gartentherapie an. Sie legen im Mai für die Bewohner/-innen ein Hochbeet in der weitläufigen Grünanlage der Residenz an. Beim „Garteln“ werden die verschiedenen Sinne der Bewohner/-innen angeregt, die Gemeinschaft und soziale Kontakte werden gefördert und Bewegungsabläufe trainiert. Die Kursana Residenz forciert innovative pflegerische Aktivitäten wie die Gartentherapie und dankt ihren Pflegekräften für deren Einsatz immer wieder auch mit Goodies, die zur Entspannung beitragen, wie Kaffeehäfeln oder Anti-Stressbällen.

Mag.^a Beate Wohlschlager,
Zowack PR & Communications
beate.wohlschlager@zowack.com

Gesundheitsförderung mit temperierten Ölkompresen bei chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten

In der Pflege Leopoldstadt wurde 2016 die Aromapflege implementiert und immer wieder mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen ergänzt. Das neueste Projekt wurde auf Station Riesenrad geplant und ist seit Anfang Mai 2021 in der Umsetzung. Die Forschungsfrage dieses interdisziplinären Projektes lautet: Kann das Schmerzempfinden bei chronischen Gelenksbeschwerden durch Anwendungen mit temperierten Ölkompresen mit dem Muskel- und Gelenköl reduziert werden?

Das Projektziel ist zu erfassen, ob temperierte Ölkompresen mit dem Muskel- und Gelenköl (Zusammensetzung: Mandelöl, Tonkaöl, Süßorangenöl, Zedernholzöl, Lavendelöl und Cajeputöl) eine Verbesserung der Schmerzqualität bieten und es dadurch zu einer Reduktion der angeordneten Schmerzmedikation und deren Kosten kommt.

In Zukunft muss sich das Gesundheitssystem in zunehmendem Maße mit den speziellen Erfordernissen der schmerzmedizinischen und pflegerischen Versorgung von hochbetagten und älteren Personen beschäftigen. Chronisch-schmerzhafte Erkrankungen nehmen im Alter zu. Repräsentative Umfragen zeigen, dass bei Personen über 65 Jahren 41,7 Prozent unter mäßigen Schmerzen, 25,6 Prozent unter starken Schmerzen und 20,7 Prozent unter sehr starken oder unerträglichen Schmerzen leiden. Untersuchungen zufolge haben 80 Prozent der Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen chronische Schmerzen, die Schmerzhäufigkeit steigt mit Nähe zum Lebensende. Schmerzen im Alter gehen oft mit Immobilität einher und setzen häufig einen Teufelskreis in Gang. Der Verlust der Muskelmasse wird gefördert, wodurch sich Sturzrisiko und Immobilität verstärken. Dadurch werden andere Begleiterscheinungen von chronischen Schmerzen wie Inkontinenz, Appetitlosigkeit und kognitiver Abbau gefördert, die Autonomie der Alltagsaktivitäten bedroht. Es besteht eine hohe ethische Verantwortung die bestmögliche Schmerztherapie unter Berücksichtigung der Besonderheiten des Alters zu ermöglichen.

Das teilnehmende Team setzt sich aus drei Ärzten, sechzehn Pflegepersonen, einer Physiotherapeutin und klinischer Pharmazeutin zusammen, die regelmäßig über die wöchentlichen Evaluierungen der Schmerzskalen (ECPA und NRS) informiert werden. Die Pflegepersonen wurden von Mitarbeiterin Sonja Girsch, Absolventin der Weiterbildung §64 „Komplementär Pflege – Aromapflege“ in der Durchführung der temperierten Ölkompresen unterrichtet. Von der Mitarbeiterin Marina Jon, Absolventin der Weiterbildung „Schmerzmanagement“, wurden für die Pflegepersonen eine Kurzinfo über die Wirkstoffe/Indikationen der bestmöglichen Schmerzmedikamente erstellt, um darüber besser informiert zu sein. Der Schmerzmedikamentenverbrauch der Station Riesenrad wird in regelmäßigen Zyklen von der zuständigen klinischen Pharmazeutin berechnet. Die teilnehmenden Ärzte verordneten am Pflegemaßnahmen-Blatt bei chronischen Schmerzpatientinnen und Schmerzpatienten das Muskel- und Gelenköl. Mit der stationszuständigen Physiotherapeutin wurde die bestmögliche Lokalisation der Schmerzpunkte besprochen.

Selbstverständlich sind die teilnehmenden Bewohnerinnen und Bewohner einverstanden und über die Vorgehensweise informiert. Das Projekt findet nur mit dem Muskel- und Gelenköl statt, welches in der Anstaltsapotheke freigegeben ist. Die Wärmekissen entsprechen den Hygienestandards des Klinikalltags. Zum Projekt sind Bewohnerinnen und Bewohner eingeladen, welche im vorgegeben Untersuchungszeitraum chronische Gelenksbeschwerden aufweisen, keine Allergie gegen das Muskel- und Gelenköl aufweisen und mit der Teilnahme einverstanden sind. Der Projektzeitraum ist von Anfang Mai bis Ende Oktober 2021, doch bei großem Erfolg wird eventuell eine Verlängerung in Aussicht genommen. Schon nach einer Woche kamen von den Bewohnerinnen und Bewohnern sehr positive Feedbacks über die Anwendung der temperierten Ölkompresen.

Fachbereichskoordination Pflege Sonja Girsch
Pflege Leopoldstadt
sonja.girsch@gesundheitsverbund.at

Reststart in den neuen Arbeitsalltag

Exit-Strategien bei den Wiener Sozialdiensten Alten- und Pflegediensten.

Die Welt hat sich in den vergangenen Monaten stark verändert und damit auch der Arbeitsalltag in vielen Unternehmen. Auch bei den Wiener Sozialdiensten Alten- und Pflegediensten GmbH hat sich die Arbeitswelt durch Covid-19 transformiert. Mit dem Start der Covid-19 Schutzimpfungen zu Beginn dieses Jahres und den Sonderimpfaktionen für den Bereich der mobilen Pflege und Betreuung, scheint eine Entspannung für den Pflege- und Betreuungsalltag zunehmend realistisch. Gleichzeitig stellt sich damit aber die Frage, wie sich der neue Arbeitsalltag in den nächsten Monaten verändern wird.



Durchschnittlich leisten die Mitarbeiter/-innen der Wiener Sozialdienste Alten- und Pflegedienste rund 3.800 Einsätze pro Tag, um die 5.900 Klientinnen und Klienten zuhause professionell zu versorgen.

Dazu arbeiten verschiedene Professionen interdisziplinär in enger Abstimmung zusammen. Gesteuert und koordiniert von Einsatzleitung und Casemanagement.

Die Verbreitung von Sars-CoV-2 machte es unumgänglich, schnell auf die neuen Herausforderungen zu reagieren und die operativen Abläufe den veränderten Rahmenbedingungen anzupassen, um letztendlich die Pflege und Betreuung der Menschen in ihrer gewohnten Umgebung weiterhin gewährleisten zu können. Denn über allem steht stets der Anspruch: Die Pflege und Betreuung muss hochprofessionell und lückenlos weitergehen.

Feste Strukturen und klare Anweisungen sind die Basis für die Handlungsfähigkeit eines jeden Unternehmens. Neue gesetzliche Bestimmungen und rasant verändernde Inzidenz-Werte haben es in den vergangenen Monaten unerlässlich gemacht, von den gewohnten strukturorganisatorischen Konzepten abzuweichen beziehungsweise diese immer wieder neu anzupassen.

Im Frühsommer 2021 richtet sich der Blick bei den Alten- und Pflegediensten sukzessive in die Zukunft. Die Rückführung in eine „verantwortbare Normalität“ mittels einer fein abgestuften Exit-Strategie ist das Ziel. Koordiniert und geleitet wird die aufwändige Umstellung auf den „neuen Arbeitsalltag“ aus dem im Februar 2020 gegründeten internen Krisenstab heraus. Bis heute steht dieser in beständigem intensiven Austausch mit den Gesundheitsbehörden der Stadt Wien sowie dem Fonds Soziales Wien (FSW) als Fördergeber und gewährleistet intern, dass der Betrieb sowie die Pflege und Betreuung in vollem Umfang aufrechterhalten bleiben. Dazu wird jede neue Handlungsanweisung eng zwischen den neun Mitgliedern des Krisenstabes, welcher interdisziplinär zusammengesetzt ist, abgestimmt. Auf diese Weise können die Alten- und Pflegedienste als Unternehmen umgehend und umfassend auf unterschiedlichste Problemstellungen reagieren und die Handlungsfähigkeit des Unternehmens ist gewährleistet.

Im Kontext der Exit-Strategie wird jeder Prozess einzeln überprüft um diesen – bis zur vorläufig angedachten Auflösung des Krisenstabes im Herbst 2021 – nach und nach in den neuen Arbeitsalltag zu integrieren und an die jeweiligen Bereiche/Akteure (zurück) zu übergeben. Die Thematiken sind divers und reichen von der bedachten Rückkehr zu Präsenz-Veranstaltungen, über neue Homeoffice-Regelungen bis hin zur angepassten internen Kommunikation aufgrund weiterer Digitalisierung operativer Prozesse. Immer mit der grundsätzlichen Zielsetzung, bis Herbst 2021 alle Prozesse wieder vollständig in das operative Tagesgeschäft integrieren zu können. Möglich wird dies durch ein fein abgestimmtes Maßnahmenkonzept, ein effizientes Präventionskonzept, der Präzision im strategischen Management sowie der erfolgreichen Leitung durch den Krisenstab.

„Gemeinsam gehen wir gestärkt aus der Krise“, diesen Leitgedanken vertreten die Wiener Sozialdienste Alten- und Pflegedienste seit Beginn der Pandemie. Mit dem Frühsommer 2021 scheint er langsam realistisch zu werden.

Mag.^a Anne Frankenberg-Freimann
Wiener Sozialdienste Alten- und Pflegedienste GmbH
anne.frankenberg-freimann@wiso.or.at

BGF ist ONLINE

NEUE WEGE der Betrieblichen Gesundheitsförderung im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser.

Betriebliche Gesundheitsförderung im Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP) blickt auf eine langjährige Tradition mit vielen Erfahrungswerten und Erkenntnissen zurück.

Begonnen hat alles 2012 mit den damaligen Schwerpunkten „Gesundheit kennt kein Alter“, „Gesundes Senior*innenwohnaus“, „Generationen bewegen“ als auch mit der Implementierung der Gesundheitszirkel in allen 30 Häusern zum Leben und der Ausbildung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu Ergonomielotsinnen/-lotsen.

2021 wurde die Abteilung **miteinander** im Human-Ressource-Bereich des Unternehmens implementiert. Zur Abteilung **miteinander** gehören die Themenschwerpunkte Diversitäts- und Eingliederungsmanagement sowie Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF).

Ziel ist es, gesundheitsfördernde Angebote und Maßnahmen für Mitarbeiter/-innen im KWP zu entwickeln und deren Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu unterstützen.

Schwerpunkt der BGF aufgrund der Pandemie 2020/2021 war die Umstellung von Präsenzveranstaltungen auf BGF-Online-Formate. Die Mitarbeiter/-innen schätzen daran, dass sie ohne Anfahrtsweg und dadurch mit weniger Zeitaufwand an den Veranstaltungen teilnehmen können.

NEUE Angebote der Betrieblichen Gesundheitsförderung im Überblick
Xund im KWP Angebote werden von Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern für Mitarbeiter/-innen gestaltet.

Vorhandene Ressourcen, Ideen und Kompetenzen von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern fließen in die Betriebliche Gesundheitsförderung mit ein und bereichern diese mit neuen Impulsen. Webinare und Seminare der BGF sind fixer Bestandteil des Bildungsangebotes im KWP, die Teilnahme ist größtenteils in der Dienstzeit möglich.

Xund im KWP Workshops, z. B.

- Yoga Erleben
- Achtsamkeit Survival Kit – Übungen für stressige Zeiten
- Qi Gong
- Body Percussion
- Salsa Cubana

Neue Webinarangebote ergänzen das Fortbildungsprogramm, z. B.

- Gesundheit in Balance- Kraftquellen für den (Berufs)Alltag
- Self care – gesund durch den beruflichen Alltag
- Gesund Führen in herausfordernden Zeiten
- Mit mentaler Stärke durch den beruflichen Alltag
- Gesundheitskompetenz und Gesprächsqualität im Team uvm.

Aufgrund der Pandemie und der Umstellung auf Online-Angebote wurden Präsenz-Seminare wie z. B. „Mit Lachyoga Kraft tanken“ oder „Mit mentaler Stärke durch den beruflichen Alltag“ auf Herbst 2021 verschoben.

Gut vernetzt: Im KWPedia-Intranet des KWP erscheint monatlich ein Beitrag zu einem gesundheitsrelevanten Thema, welcher von internen Fachexpertinnen und Fachexperten erstellt wird. Bis jetzt sind Beiträge in Kooperation mit folgenden Abteilungen erschienen: Psychologie: „Psychologische Tipps für den Umgang mit Dauerbelastung“, Sozialarbeit: „Tipps der Sozialarbeit im Umgang mit der Corona Krise“, Human-Ressource-Personalentwicklung: „Resilienz – die innere Widerstandskraft in herausfordernden Zeiten“.

Achtsamkeits-Postkarten: Pro Quartal erscheint eine Achtsamkeits-Postkarte für alle Mitarbeiter/-innen. Die Mitarbeiter/-innen und Führungskräfte werden dadurch für die Bedeutsamkeit psychischer Gesundheit sensibilisiert. Ziel ist es, zwischendurch Kraft zu tanken, um Batterien (wieder) aufladen zu können. Achtsamkeitsübungen können auch gemeinsam mit dem Team (z. B. vor einer Teambesprechung) in die Praxis umgesetzt werden.



Achtsamkeitskarte Nr. 2, ein Beispiel für den beruflichen Alltag!

Im JETZT zur Ruhe finden!

So geht's: Richte Deine Aufmerksamkeit bewusst auf die Umgebung, atme dabei ein und aus. Und beantworte für Dich folgende Fragen:

- Was höre ich – welche Geräusche aus meinem Umfeld nehme ich wahr?
- Was sehe ich – welche Farben, Muster, Motive, Menschen?
- Welchen Geruch, welchen Duft nehme ich wahr?
- Wofür bin ich gerade jetzt, in diesem Moment dankbar?
- Was fühle ich in diesem Moment der Achtsamkeit?

Tipp: Führe diese Übung an verschiedenen Orten durch!

Aktuelle BGF-Themen aus dem Bereich Diversität

Im April 2021 wurde KWP-weit die Kampagne „es reicht“ gestartet. Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ist kein Kavaliärsdelikt! Ein neuer Leitfaden "Umgang mit sexueller Belästigung am Arbeitsplatz", Videos und Flyer sowie weitere Sensibilisierungsmaßnahmen zum Thema sind geplant und werden laufend umgesetzt. Sie bieten Unterstützung für Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen sowie Betroffene.

Aktuelle BGF-Themen aus dem Bereich Eingliederungsmanagement

Das (Wieder-)Eingliederungsmanagement wird von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie von Führungskräften als wertvolle Unterstützungsmaßnahme beim Wiedereinstieg (z. B. nach einem Langzeitkrankenstand) wahrgenommen. Beratung findet in enger interner Vernetzung mit allen relevanten Schnittstellen, als auch mit externen Kooperationspartnerinnen/-partnern, wie z. B. ibi und WIN, statt.

Ursula May und Lore Wehner
Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
miteinander@kwp.at

Health Angels: Betriebliche Gesundheitsförderung bei HABIT

Das Haus der Barmherzigkeit Integrationsteam (HABIT) hat es gewagt, mitten in der Pandemie im November 2020 ein BGF-Projekt zu starten. Und diese Entscheidung war goldrichtig!

HABIT 

Haus der Barmherzigkeit
Integrationsteam

HABIT steht für qualitativ hochwertige Betreuung von Menschen mit schweren Behinderungen. 430 Mitarbeiterinnen und

Mitarbeiter begleiten und fördern in 15 Wohngemeinschaften, fünf Tageszentren, in einem Garconnierenverbund und in der Mobilien Begleitung insgesamt 400 Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf in einem integrierten Lebensumfeld.

Ziel des durch die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) geförderten BGF-Projekts war neben der Erarbeitung von bedarfsgerechten Maßnahmen, der Aufbau eines Multiplikatorinnen-/Multiplikatoren-Systems: Ein Health Angel in jeder HABIT-Betriebsstelle, um Gesundheitsförderung nachhaltig zu verankern. „Besonders wichtig war uns die Einbeziehung von Kolleginnen und Kollegen aller Betriebsstellen und aller drei Leistungsbereiche, um der dezentralen Struktur von HABIT und den unterschiedlichen Anforderungen der Bereiche Wohnen, Tagesstruktur und Mobile Begleitung gerecht zu werden“, betont Geschäftsführer Andreas Kauba.

Vier Gesundheitszirkel und über 50 Vorschläge

Im Rahmen von vier Gesundheitszirkeln, moderiert durch die externe Expertin Birgit Pichler gemeinsam mit Projektleitung Claudia Grabner, haben insgesamt 29 Vertreterinnen und Vertreter aller Bereiche mehr als 50 Maßnahmenvorschläge für eine gesundheitsgerechte Arbeitsgestaltung gemacht. Die Vorschläge sind vielfältig und betreffen unterschiedliche Themenfelder. Zusätzlich zu ganz konkreten Gesundheitsangeboten geht es auch darum, Wissensdefizite auszugleichen oder den Kolleginnen/Kollegen Best-Practice-Beispiele anderer Betriebsstellen zugänglich zu machen. Die Vorschläge reichen von alternativer Pausen- und Dienstplangestaltung über die Anschaffung von angepasstem Gehörschutz und zusätzlichen Laptops, bis hin zu einem finanziellen Zuschuss für Kolleginnen und Kollegen, die etwas für ihre Gesundheit tun. Die ersten Maßnahmen und Veränderungen werden bereits ab Juni umgesetzt. Von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Gesundheitszirkel besonders geschätzt wurde der betriebsstellenübergreifende Austausch, der im letzten Jahr aufgrund der Covid-19 Schutzmaßnahmen eingeschränkt war.

Gesundheitsengel sorgen dafür, dass die BGF ankommt.

24 Kolleginnen und Kollegen stehen für ihr Team als Multiplikatorinnen/Multiplikatoren für die Betriebliche Gesundheitsförderung zur Verfügung. Die Health Angels sind die ersten Ansprechpartner/-innen für ihre Kolleginnen und Kollegen zum Thema Gesundheitsförderung, informieren über Angebote und motivieren, bei gesundheitsfördernden Aktivitäten mitzumachen. Außerdem haben bereits einige Health Angels die Webinare "Mitarbeiter/-innen bewegen Mitarbeiter/-innen" und „MindGuard“ der ÖGK absolviert und können somit selbst Bewegungsangebote anleiten und Übungen zur mentalen Stärkung an ihre Kolleginnen und Kollegen weitergeben.

Die Health Angels bringen auch eigene Kompetenzen und Zusatzqualifikationen im Bereich der Gesundheitsförderung im Rahmen des Projekts ein.



Die Resonanz aus den Teams ist bisher sehr positiv. Nach den coronabedingt sehr anstrengenden letzten Monaten freuen sich die Kolleginnen und Kollegen, dass HABIT verstärkt etwas für die Gesundheit seiner Mitarbeiter/-innen tut.

Das Projekt läuft bis Ende 2022 und HABIT hofft, dann mit dem BGF-Gütesiegel ausgezeichnet zu werden.

Mag.^a Claudia Grabner
HABIT – Haus der Barmherzigkeit Integrationsteam GmbH
claudia.grabner@hb.at

Wir sind bunt! – Stark durch Vielfalt

Das Evangelische Krankenhaus fühlt sich allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gegenüber verantwortlich und verbunden. Um diese Wertschätzung auszudrücken, entstand Mitte 2019 die Idee, das gute Miteinander der verschiedenen Berufsgruppen noch weiter zu verstärken.

In Zusammenarbeit mit dem Ärztlichen Direktor, der PfarrerIn Dr. Margit Leuthold, der Seelsorge, dem Besuchsdienst sowie dem Verein der Freunde des Evangelischen Krankenhauses wurde diese Aktion gegen Ausgrenzung ins Leben gerufen. Dabei möchten wir auf das gute Miteinander der unterschiedlichen Berufsgruppen aus verschiedensten Herkunftsländern, Religionszugehörigkeiten oder Besonderheiten hinweisen, die sich einfühlsam und fachlich kompetent um jede Patientin und jeden Patienten kümmern. Ohne diese bunte Mischung an

Kolleginnen und Kollegen wäre der erfolgreiche Betrieb unseres Krankenhauses nicht möglich. Unser Anliegen, das Gemeinsame zu stärken, stößt auf viel Begeisterung und Unterstützung. Allein das Bewusstwerden für ein wertschätzendes Miteinander hat in kürzester Zeit den Teamgeist gestärkt und motiviert, aufeinander zuzugehen. Besonders freuen wir uns über die vielen positiven Reaktionen wertschätzender Patientinnen und Patienten, denen der positive Impuls im Haus nicht entgangen ist. Diese positive Arbeitsatmosphäre stärkt nicht nur das Wohlbefinden der Mitarbeiter/-innen, sondern wird vielfach an die Patientinnen und Patienten weitergegeben. Fröhliche, gutgelaunte Spitalsmitarbeiter machen positive Stimmung und verbessern nebenbei noch den Genesungsverlauf der Patientinnen und Patienten.

Phase 1: Vorstellung der Kampagne und Sammeln von Statements

Im ersten Schritt wandte sich das Projektteam an Kolleginnen und Kollegen mit ausländischen Wurzeln, um in Erfahrung zu bringen, wie sehr sie sich in der neuen Heimat willkommen fühlen und was das Evangelische Krankenhaus dazu beigetragen hat. Bemerkenswert war zu beobachten, dass der freundschaftliche Umgang in der Kollegenschaft den Eingliederungsprozess einzelner neuer Mitarbeiter/-innen sehr unterstützte. Diese Erfahrungen haben wir in Form kurzer Statements (mit Portrait und Herkunftsland) festgehalten. Ein paar Beispiele dafür:

„Natürlich vermisse ich das südländische Flair und Temperament. Durch meine Familie und viele herzliche Kolleginnen und Kollegen ist mir Österreich aber schnell ans Herz gewachsen.“, Carlos (Spanien).

„Meine anfängliche Sprachbarriere war beruflich kein Hindernis. Durch die familiäre Atmosphäre habe ich mich sehr leicht eingelebt und schnell eine zweite Heimat gefunden.“, Isaganie (Philippinen).

„Als ich vor 18 Jahren nach Wien kam, dachte ich, ich bin hier alleine. Durch die Arbeit im EKH habe ich ein zweites Zuhause und eine zweite Familie gefunden!“ Vladimir (Montenegro).

Insgesamt haben wir fünfzig Statements zusammengefasst, die in Verbindung mit lebensgroßen Portraits samt Landesflagge des Herkunftslandes zu einer Ausstellung im Foyer und den Stiegenhäusern aufbereitet wurden. Die Strahlkraft der freundlich lächelnden Gesichter bewirkt eine große Sympathie bei den Betrachterinnen/Betrachtern. Gepaart mit den emotionalen Aussagen – „Dabei erlebt man ganz unwillkürlich ein Gefühl nach Unterstützung und eine Wärme des Wohlwollens“. Die Portraitserie wurde auch auf all unseren Social-Media-Kanälen und in unserem Patienten-TV gezeigt. Ferner wurde diese Initiative auch an die zahlreichen Leser/-innen unseres Print- und Digital-Newsletters kommuniziert.

Phase 2: Kurzfilme

In der zweiten Phase wurden fünf Kurzvideos für diverse soziale Medien und unsere Website gedreht, um die Begeisterung der Mitwirkenden und den mitreißenden Effekt dieser Kampagne noch deutlicher nach außen zu tragen. Bedient wurden neben unseren internen Kommunikationsmöglichkeiten wie Intranet, Aushänge, Patienten-TV und Newsletter (print und digital) auch unsere Website, Facebook, Instagram, Youtube, Xing sowie LinkedIn.

Phase 3: Personalanwerbung

In einem weiteren Schritt erfolgte die Entwicklung eines Jobportals unter dem Leitmotiv „Wir sind bunt! – Stark durch Vielfalt.“. Dadurch wird

bereits bei der Ausschreibung von offenen Stellen für die Bewerber/innen deutlich, welche Werte das Evangelische Krankenhaus lebt, die auch im Leitbild festgeschrieben sind. Zwei Kolleginnen bringen diese Werte auf den Punkt:

„Solidarität und Verbundenheit sind in unserem Team keine leeren Worte, sondern wir leben es und unterstützen uns gegenseitig.“, Fatma (Türkei).

„In meinem beruflichen Umfeld spüre ich nicht nur fachliche Anerkennung, ich fühle mich als Person geachtet und geschätzt.“, Nedeljka (Serbien)



Phase 4: Mitarbeiterumfrage

Zur Initiative wurde eine Mitarbeiterumfrage entwickelt und analysiert. Ergebnis: Mehr als 90 Prozent der Rücksendungen zeigen, dass die Mitarbeiter/innen die Aktion kennen und sich angesprochen fühlen. Ein hoher Prozentsatz will auch aktiv mitwirken bzw. sieht die positiven Effekte.

Phase 5: Tradition trifft Farbe

Anlässlich des 120-jährigen Bestehens des Evangelischen Krankenhauses wurde die Kampagne unter dem Motto „Tradition trifft Farbe“ weiterentwickelt. Hier möchten wir ausdrücken, wie wir als bunte Einheit auch unsere gemeinsame Geschichte (Tradition) präsentieren können. Wir laden herzlich zur Ausstellung im Haus ein!

Phase 6: Vielfalt geht durch den Magen

Aktuell sammeln wir die Lieblingsrezepte unserer Kolleginnen und Kollegen aus aller Welt. Ziel ist eine abwechslungsreiche Rezeptsammlung mit persönlichen Tipps und Geschichten.

Neben diesen einzelnen Projektschritten greifen wir das Thema auch im Alltag auf. So hängen wir z. B. bei uns im Spital im Advent Weihnachtsgrüße in den Muttersprachen aller Kolleginnen und Kollegen im Design von „Wir sind bunt!“ auf. Auch ein Printsujet wurde entwickelt, das beispielsweise für ein Kirchenliederbuch verwendet wurde.

Mag.^a Martina Schwarz
Evangelisches Krankenhaus Wien
m.schwarz@ekhwien.at

Ausgezeichnetes Generationenmanagement im Universitätsklinikum AKH Wien

Die Initiativen der Betriebsabteilung und des zentralen OP-Bereichs des Universitätsklinikums AKH Wien wurden vom Sozialministerium mit dem Gütesiegel NESTOR^{GOLD} als altersgerechte österreichische Organisation gewürdigt.

Mit dem Pilotprojekt „Generationen im AKH“ haben sich der Zentral-OP und die Betriebsabteilung des Universitätsklinikums AKH Wien das Ziel gesetzt, ein umfassendes Generationenmanagement in ihren Bereichen zu etablieren. Im Dezember 2018 fand unter der Leitung von Jasminka Godnic-Cvar, Professorin für Arbeitsmedizin, die konstituierende Sitzung einer berufsgruppenübergreifend zusammengesetzten Steuerungsgruppe statt und schon im ersten Halbjahr 2019 wurden mehrere Statusworkshops in den Pilotbereichen durchgeführt. Dabei wurde nicht nur der Ist-Stand zu den Arbeitsbedingungen erhoben, sondern auch Handlungsimpulse für eine altersgerechte Gestaltung des Arbeitsumfeldes identifiziert. Dies war die Basis für die Erstellung eines wirkungsorientierten Maßnahmenplans, der in weiterer Folge in die Tat umgesetzt wurde.

In der Betriebsabteilung, der größten Organisationseinheit der Technischen Direktion des AKH Wien, sind die Mitarbeitenden für die Erbringung von unterstützenden bzw. Servicetätigkeiten in der Patientenversorgung zuständig. Hier wurde als eine der vielen Maßnahmen der „Treffpunkt Reinigung“, eine monatliche Veranstaltung für alle Basismitarbeiter/-innen der Eigenreinigung, initiiert. Diese dient der Informationsweitergabe und dem niederschweligen Austausch zwischen Führungskräften sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aller Generationen und Lebensphasen und hat sich als sehr förderlich erwiesen. Auch wurden neue ergonomischere Transportsessel für Mitarbeiter/-innen des Patiententransportdienstes angeschafft. „Diese sind wegen der kleineren Reifen wendiger und daher für die Mitarbeiter/-innen nicht nur besser handhabbar, sondern auch rückschonender“, freut sich Gerhild Katz, die Leiterin der Betriebsabteilung. Ganz wesentlich waren auch die Risikomanagement-Workshops, bei denen Mitarbeiter/-innen verschiedener Altersgruppen, Neueinsteiger/-innen sowie kurz vor der Pension Stehende als auch Basismitarbeiter/-innen und Führungskräfte mitwirkten. Als Schwerpunkte wurden hier die Themen Arbeitssicherheit und Belastungen am Arbeitsplatz behandelt.

Im zentralen OP-Bereich (hier finden Operationen und Eingriffe statt) wurde ein Newsletter etabliert, der vier Mal im Jahr erscheint. Mit diesem werden Mitarbeiter/-innen aller Generationen adressatengerecht angesprochen und über Themen informiert, die über die tägliche Routinekommunikation hinausgehen. Der Newsletter ist in elektronischer Form abrufbar, steht aber auch ausgedruckt zur Verfügung, um unterschiedlichen Präferenzen der Informationsaufnahme gerecht zu werden. Weiters fanden zahlreiche Fortbildungen für Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen statt, etwa zu den Themen „Vier Generationen in der Arbeitswelt“, „Regeneration und Pausengestaltung“ sowie „Gut durch die Nacht – Umgang mit Nachtarbeit“. Die Vorträge wurden während der Dienstzeit angeboten und es fanden mehrere Durchgänge statt.

„So nahmen 90 Prozent aller Führungskräfte und mehr als die Hälfte aller Mitarbeitenden an den Vorträgen teil“, fasst Ingrid Ernst die Initiativen, die sie und ihr Team umgesetzt haben, zusammen.



© AKH Wien/ Mallich-Pötz

Die Förderung des Generationendialogs und -managements in Organisationen ist das erklärte Ziel der vom Sozialministerium initiierten Initiative NESTOR^{GOLD}. Dabei soll das Bewusstsein für den besonderen Wert aller Generationen in den Blickpunkt gerückt werden. Im Rahmen von Assessmentworkshops im Sommer und im Herbst 2020 wurden die im AKH Wien etablierten Maßnahmen von den externen Assessorinnen Dr.ⁱⁿ Irene Kloimüller und Mag.^a Renate Czeskleba unter die Lupe genommen und in Form eines Berichts an das Sozialministerium übermittelt. Im Frühjahr 2021 erhielten Ingrid Ernst und Gerhild Katz, die mit ihrem außerordentlichen Engagement ganz wesentlich zum Gelingen dieses Projekts beigetragen haben, das NESTOR^{GOLD} Gütesiegel als altersgerechte österreichische Organisation postalisch übermittelt. Die feierliche Verleihung im Bundesministerium ist für den Herbst 2021 angesetzt. Das Leitungsteam des Universitätsklinikums AKH Wien ist stolz auf die am Projekt mitwirkenden Kolleginnen und Kollegen und sieht die gesetzten Aktivitäten als Ansatzpunkt für weiterführende Maßnahmen in Bezug auf altersgerechte Arbeitsbedingungen im AKH Wien.

BLP Ingrid Ernst, Gerhild Katz, MSc, Dr.ⁱⁿ Katharina Mallich-Pötz, MSc
Universitätsklinikum AKH Wien
katharina.mallich-poetz@akhwien.at

Vorausschauend planen unterstützt die Klientinnen/Klienten und die Mitarbeiter/-innen

Ein Pilotprojekt in Wien, 1. Februar 2021 bis 30. Juni 2023

Wir vier Träger, Arbeiter Samariter Bund Wien, die Caritas der Erzdiözese Wien, die CS Caritas Socialis und die Volkshilfe Wien haben von 2015 bis 2018 gemeinsam mit Hospiz Österreich in unseren Organisationen im Pilotprojekt [HPC Mobil](#), Hospizkultur und Palliative Care in der mobilen Pflege und Betreuung integriert und führen seitdem das Thema konsequent und nachhaltig fort. Es ist uns sehr wichtig, dass wir auf diese Weise unsere Mitarbeiter/-innen in deren Arbeit mit

Newsletter 33, Juli 2021

schwerkranken und sterbenden Menschen unterstützen können. Die Klientinnen und Klienten können, wenn sie das wollen, nicht nur zuhause betreut werden, sondern es kann eher möglich gemacht werden, dass sie auch zuhause versterben können. Am 18.9.2017 wurde HPC Mobil von der damaligen Wiener Stadträtin für Soziales, Gesundheit und Frauen, Sandra Frauenberger, und dem Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung, Dennis Beck, mit dem 3. Platz des Wiener Gesundheitspreises in der Kategorie „Gesund in Einrichtungen und Organisation“ ausgezeichnet. Am 3.3.2021 wurde HPC Mobil Nachhaltigkeit mit dem 1. Platz des Hildegard-Teuschl-Preises ausgezeichnet.

Wenn man als Träger eine gute Hospizkultur integriert hat und in allen seinen Prozessen und Abläufen umsetzt und nachhaltig lebt, dann ist die vorausschauende Planung der nächste logische Schritt. Es ist eine weitere essenzielle Unterstützung für die Betreuenden. Das bringt Entlastung sowie Sicherheit im Handeln, und das bedeutet auch eine bessere Arbeitsfähigkeit. Die Betreuenden kennen meist die Wünsche der Klientinnen und Klienten und wollen in Krisensituationen danach handeln. Das gelingt nur, wenn es eine gut dokumentierte vorausschauende Planung gibt. Der [VSD Vorsorgedialog](#)[®], der gemeinsam mit der österreichischen Ärztekammer, der BAG Pflege und vielen weiteren Expertinnen und Experten u. a. aus dem [Beirat HPC in der Grundversorgung](#) entwickelt wurde, ist hierfür das geeignete Instrument, denn er ist MEHR als ein Notfallblatt. Er ermöglicht den Gesprächsprozess über diese herausfordernden Themen zu strukturieren und dokumentieren. Der VSD ist im Erwachsenenschutzgesetz als Instrument (§ 239 Abs. 2 ff., ABGB), verankert. Ebenso ist dieser in den Erläuterungen zur Regierungsvorlage der Novelle zum Patientenverfügungs-Gesetz (S. 3, zu Z 5 § 8 – Voraussetzungen) festgehalten. Der VSD entspricht rechtlich einer anderen Patientenverfügung. Wenn die Prozessschritte des VSD Vorsorgedialogs[®] in der gültigen Fassung umgesetzt sind, dann bietet er Rechtssicherheit für die Betreuenden und unterstützt die Klientinnen und Klienten in der Wahrung und Umsetzung ihrer Wünsche.



Die Herausforderungen rund um die Covid-19-Pandemie, in der vermehrt Krisensituationen auftreten, zeigen noch einmal stärker, dass eine vorausschauende Planung wie sie im VSD Vorsorgedialog[®] festgehalten wird, sehr wichtig ist. Auf diese Weise werden Klientinnen und Klienten in ihrem Selbstbestimmungsrecht umfassend gestärkt. Es geht um die Wünsche für ein gutes Leben zu Hause, für Krisensituationen und wenn das Versterben nah ist.

Der VSD Vorsorgedialog[®] hat im ersten Schritt 2017 in den Alten- und Pflegeheimen begonnen, doch mit diesem Wiener Projekt wird es österreichweit eine erste Pilotierung in der mobilen Pflege und Betreuung in Abstimmung und Vernetzung mit der Wiener Rettung und

weiteren zentralen Stakeholdern geben. Univ. Prof. Dr. Ralph Grossmann begleitet das Projekt aus Sicht der Organisationsentwicklung. Die Evaluierung des Projekts wird vom Institut NPO Kompetenzzentrum für Nonprofit-Organisationen und Social Entrepreneurship der Wirtschaftsuniversität Wien durchgeführt. Das Pilotprojekt wird anteilig vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) gefördert und aus Eigenmitteln der teilnehmenden Organisationen und von Hospiz Österreich finanziert. Es ist eine Investition in die Zukunft der Menschen.

Wenn Personen in Österreich gefragt werden, wo sie ihre letzten Lebensstage verbringen möchten, so nennen sie oft ihr Zuhause. Derzeit sterben aber in Österreich rund 70 Prozent in Institutionen. Als mutige und erprobte Pioniere und Pionierinnen stellen wir es uns zur Aufgabe, den Klienten und Klientinnen den VSD anzubieten.

Der VSD Vorsorgedialog wird von Entscheidungsträgern sehr befürwortet und unterstützt, aber derzeit gibt es leider noch keine Finanzierung. Im Pilotprojekt evaluieren wir die Umsetzungserfolge des VSD in der mobilen Pflege und Betreuung. Wir teilen unsere Erfahrungen sehr gerne mit allen Interessierten.

Autorinnen und Autoren:

- Dr.ⁱⁿ Beyer, Sigrid, Bereichsleitung HPC in der Grundversorgung, Hospiz Österreich
- Csengel, Susanne DGKP, Pflegedienstleitung, Caritas der Erzdiözese Wien
- Eibl, Maria BSc MA MBA, Projektkoordination HPC in der Grundversorgung, Hospiz Österreich
- Freitag, Hermine DGKP, Fachbereichsleitung Pflege, Arbeiter Samariterbund Wien
- Mag.^a (FH) Hintermayer, Christine Mitarbeiterin CS Caritas Socialis Privatstiftung
- Mag. Tobolski, Tomasz MSC (Palliative Care), Palliativbeauftragter, Volkshilfe Wien

Dr.ⁱⁿ Mag.^a Sigrid Beyer
Hospiz Österreich
sigrid.beyer@hospiz.at

Tag der Selbsthilfe im Freien

Die Wiener Gesundheitsförderung informiert rund um das Thema **Selbsthilfe in Wien – am 26. September 2021 von 10 bis 17 Uhr im Wiener Rathaus.**

Unter dem Motto „Wir haben Luft zum Atmen – der Tag der Selbsthilfe im Freien“ lädt die Wiener Gesundheitsförderung am Sonntag, 26. September 2021, zum Tag der Selbsthilfe ins Wiener Rathaus ein. Im neu gestalteten überdachten Arkadenhof des Wiener Rathauses findet der Tag der Selbsthilfe heuer erstmalig im Freien statt. Präsentiert werden die zahlreichen Leistungen der Wiener Selbsthilfegruppen und ihre engagierte Arbeit – gerade in Zeiten der Pandemie.

TAG DER SELBSTHILFE 2021

im Arkadenhof des Wiener Rathauses

Sonntag, 26. September 2021

10 bis 17 Uhr

Die Sicherheit der Aussteller/-innen und Besucher/-innen hat beim Tag der Selbsthilfe oberste Priorität. Wir sind optimistisch, dass die Veranstaltung wie geplant stattfinden kann. Allerdings sind die Entwicklung der Corona-Infektionszahlen in den nächsten Monaten und die gültigen Verordnungen des Gesundheitsministeriums dafür ausschlaggebend.



Weitere Informationen finden Sie unter: www.tagderselbsthilfe.at

Wiener Gesundheitsförderung – WiG
office@wig.or.at

Factsheet Gesundheitsförderliche Telearbeit im Kontext der Covid-19-Pandemie

Österreichische Unternehmen mussten durch die Covid-19-Pandemie rasche Lösungen für die Fortführung der Arbeit – von zu Hause aus – finden. So stellten viele Betriebe auf Telearbeit um. Diese Umstände und ein im Jahr 2019 entwickelter „Leitfaden für gesundheitsförderliche Telearbeitsplätze“ von Kappel & Hofer-Fischanger waren Anlass für den Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) das Institut Gesundheits- und Tourismusmanagement der FH JOANNEUM mit einem Forschungsprojekt zu beauftragen.



© FGÖ/adobe stock

Die vorliegende angewandte Forschungsarbeit zeigt, dass viele der befragten Personen/Betriebe „Telearbeit“ oder „Home-Office“ überwiegend mit technischen oder rechtlichen Aspekten verknüpfen. Weniger wird Telearbeit im Sinne eines ganzheitlich gesundheitsförderlichen Zugangs verstanden, bei dem die Umgebungsbedingungen am Telearbeitsplatz (aus ergonomischer Sicht, soziale Einflussfaktoren, physische Bedingungen wie Licht und

Raumtemperatur etc.) fokussiert werden oder persönliche Kompetenzen und Fähigkeiten (Zeit- und Selbstmanagement bei Arbeitsaufgaben, Konzentrationsfähigkeit) einbezogen werden.

Die abgeleiteten Handlungsempfehlungen für Telearbeit können als Hinweise bzw. „erste Schritte“ zur Annäherung an das ganzheitliche Leitprinzip einer modernen Betrieblichen Gesundheitsförderung und zur kontinuierlichen Qualitätsentwicklung dieser herangezogen werden.

Das Factsheet zum Leitfaden ist unter dem Link https://fgoe.org/BGF_Telearbeit auf der FGÖ-Website zu finden.

Dr. Gert Lang
Fonds Gesundes Österreich
fgoe@goeg.at

Betriebliche Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt 4.0

Hauptergebnisse und Handlungsempfehlungen aus den Projekten des BGF-Projektcalls 2018.

Ein Effekt der Pandemie ist eine rasante Beschleunigung von Digitalisierung und virtueller Kooperation. Obwohl der FGÖ-Projektcall noch vor der Covid-19-Pandemie konzipiert und umgesetzt wurde, haben sich viele Maßnahmen und Schwerpunkte gerade in dieser herausfordernden Zeit bewährt. Viele beteiligte Unternehmen konnten an diesem Punkt ihre im Projekt gesammelten Erfahrungen und die bereits aufgebauten Strukturen sofort nutzen, um den Herausforderungen der Corona-Krise zu begegnen.



© FGÖ/adobe stock

Hauptergebnisse und Handlungsempfehlungen aus den Projekten des BGF-Projektcalls 2018 wurden in einem Factsheet zusammengefasst.

Auf der FGÖ-Website ist ein Wissenspool rund um den BGF-Projektcall mit weiterführenden Informationen und einer Materialsammlung zusammengestellt und unter dem Link https://fgoe.org/ergebnisse_bgf_projektcall_2018 zu finden.

Dr. Gert Lang
Fonds Gesundes Österreich
fgoe@goeg.at

Ankündigung: Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2021

Unter dem Motto „Gesund leben in Corona-Zeiten“ am 14. September 2021 – erstmalig auch online!



Die Corona-Pandemie hat auch die Gesundheitsförderung vor noch nie dagewesene Herausforderungen gestellt. Projekte und Aktivitäten, die auf den direkten Kontakt mit den Menschen ausgerichtet waren, konnten nicht mehr wie geplant umgesetzt werden.

Dass Gesundheitsförderung wichtig ist wie selten zuvor und unter den aktuellen Umständen trotzdem wirkt, soll die Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2021 zum Thema „Gesund leben in Corona-Zeiten“ zeigen. Internationale Referentinnen und Referenten zeigen neue Zugänge und Ansätze auf und wollen so für die Praxis der Gesundheitsförderung inspirieren. Erstmals wird es heuer möglich sein, die Konferenz auch virtuell zu verfolgen – Details dazu sowie zum Programm auf www.wig.or.at.

Verleihung Wiener Gesundheitspreis 2021

Im Rahmen der Wiener Gesundheitsförderungskonferenz wird auch die feierliche Verleihung des Wiener Gesundheitspreises 2021 – u. a. zum Jahresschwerpunkt „Gesund leben in Corona-Zeiten“ – stattfinden. Die Verleihung gibt interessante Einblicke in die Vielfalt der Gesundheitsförderungsprojekte in Wien.

Dienstag, 14. September 2021, 9 bis 17 Uhr

In den Festräumen des Wiener Rathauses und online
kostenlose Online-Teilnahme, bei Teilnahme vor Ort: 30 Euro
Konferenzgebühr

Wiener Gesundheitsförderung – WiG
office@wig.or.at

Ankündigung: 6. ÖPGK-Konferenz

Gesundheitskompetenz messen: Impulse für Praxis, Politik und Forschung. 12. Oktober 2021 (virtuell)

Wie auch andere Länder hat Österreich in Sachen Gesundheitskompetenz noch Luft nach oben. Zu diesem Ergebnis kam der 2011 durchgeführte European Health-Literacy-Survey (HLS-EU). Nun, zehn Jahre später, liegen Daten aus der zweiten europäisch-vergleichenden Gesundheitskompetenz-Befragung HLS19 vor. Die 6. Konferenz der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz

wird vor dem Hintergrund dieser neuen Daten Impulse für die Stärkung der Gesundheitskompetenz in Praxis, Politik und Forschung geben.



SAVE the DATE

6. ÖPGK-Konferenz

Gesundheitskompetenz messen:
Impulse für Praxis, Politik
und Forschung

12.10.21

virtuell



SAVE the DATE: <https://oepgk.at/save-the-date-6-oepgk-konferenz/>

Koordinationsstelle der ÖPGK

oepgk@goeg.at

Ankündigung: 25. ONGKG-Konferenz

Gewalt in Gesundheitseinrichtungen: Prävention und Deeskalation als Gesundheitsförderung. 11. November 2021 (virtuell)

Gewalt in Gesundheitseinrichtungen ist ein immer größer werdendes Problem, das in Zeiten der Pandemie noch zusätzliche Brisanz erfährt. Von den verschiedenen Ausprägungen von Gewalt, die von herausforderndem Verhalten und Aggressionen bis hin zu tätlichen Übergriffen reichen, sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aller Berufsgruppen betroffen. Die Folgen der Gewalt beeinträchtigen nicht nur deren Leistungsfähigkeit, sondern auch die Effizienz der Organisation als Ganzes und wirken sich letztlich auf die Qualität der Pflege und Versorgung aus. Ein weiterer Aspekt, der in Gesundheitseinrichtungen zunehmend an Bedeutung gewinnt, ist die Frage nach der Sensibilisierung im Umgang mit Opfern von Gewalt.



© Fotomontage: beast.com (Trout55 - istockphoto/ Haze - stock.adobe.com)

Umgang mit Gewalt in Gesundheitseinrichtungen – Herausforderungen und Strategien

Während die Beschäftigten einen berechtigten Anspruch auf einen Arbeitsplatz ohne Angst und Gefährdungen haben, ist für Patientinnen und Patienten eine stabile Umgebung, in der sie unterstützt werden und sich sicher fühlen, wesentlich. Die ärztliche und pflegerische Ethik verlangt, auch mit herausfordernden Patientinnen und Patienten einen

therapeutisch verantwortlichen, ethischen und sicheren Umgang zu finden.

Partnerschaften gegen Gewalt: Standards, Praxis und Facetten des Opferschutzes

Gesundheitseinrichtungen sind aber auch eine zentrale Anlaufstelle für Opfer von Gewalt. Die Einnahme dieses Blickwinkels wirft die Frage nach dem qualifizierten Umgang und der Versorgung von gewaltbetroffenen Patientinnen und Patienten auf.

Programme und Maßnahmenpakete zur Sicherheit im Gesundheitswesen sowie zum Opferschutz, stehen in hohem Einklang mit Konzepten zur Gesundheitsförderung. Entlang von personal-, organisations- und patientenbezogenen Ansätzen, werden im Hauptprogramm der Konferenz verschiedene konzeptuelle und praktische Beispiele zur Gewaltprävention und Deeskalation sowie zum Gewaltopferschutz aufgezeigt werden.

Weitere Programmunkte bieten die Möglichkeit, sich zu diesen und zu weiteren Themen der Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen auszutauschen und zu vernetzen.

Beitragseinreichung offen

Bis 2. September 2021 besteht noch die Möglichkeit Beiträge für die Konferenz einzureichen. Nähere Informationen zur Beitragseinreichung sowie zum Konferenzprogramm finden sie unter: www.onkgk.at/konferenzen

Competence Centre for Health Promotion in Hospitals and Health Care
an der Gesundheit Österreich GmbH
ongkg@ongkg.at

Ankündigung: 28. Internationale HPH-Konferenz

Development of health-oriented health care management systems – How can health promotion optimize health gain and create more sustainable and equitable health systems?

Unter diesem Titel findet die 28. Internationale Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen (Internationale HPH-Konferenz) am 12. Oktober 2021 erstmals als virtuelle Veranstaltung mit Liveübertragung aus Paris statt. Teilnehmer/-innen haben nachträglich noch 15 Tage lang Zugriff auf sämtliche Konferenzbeiträge und die Möglichkeit sich mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie Vortragenden via Chat auszutauschen und zu vernetzen.



Das Internationale HPH-Netzwerk wurde gegründet, um die Umsetzung des fünften strategischen Handlungsfeldes der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung (1986) – die Reorientierung der

Gesundheitsdienste – zu unterstützen. Damit sollte erreicht werden, dass Gesundheitssysteme durch die Anwendung von Qualitätsphilosophie und -methoden, Techniken des organisatorischen Veränderungsmanagements sowie evidenzbasierten Verfahren besser auf neue Gesundheitsbedürfnisse in sich schnell verändernden Gesellschaften reagieren können.

Mehr als dreißig Jahre später ist die Vision der Reorientierung von Gesundheitsdiensten noch immer aktuell und wichtig. Dennoch sind die meisten Gesundheitssysteme nach wie vor krankheitsorientiert und werden auf eine Art und Weise gesteuert, die eher auf kurzfristige wirtschaftliche Ergebnisse und nicht auf ethische, nachhaltige und gerechte Gesundheitsgewinne ausgerichtet ist.

Das Internationale HPH-Netzwerk hat in seiner Globalen Strategie für 2021 bis 2025 als Vision definiert, dass Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen ihre Steuerungsmodelle, Strukturen, Prozesse und Kultur so ausrichten, dass sie die Gesundheitsgewinne von Patientinnen/Patienten, Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern und der Bevölkerung in der Region optimieren und nachhaltige Gesellschaften unterstützen. Um diese Reorientierung von Gesundheitsdiensten zu ermöglichen, müssen auch Governance-Modelle, Vergütungs- und Monitoringsysteme verändert werden.

Gesundheitsorientierung von Gesundheitsdiensten durch Managementsysteme – was und warum?

In der ersten Plenareinheit wird beleuchtet, was Gesundheitsorientierung von Gesundheitsdiensten durch Managementsysteme bedeutet und warum Governance-Modelle gesundheitsorientiert sein sollten und gesundheitliche Ergebnisse, ethische und ökonomische Aspekte ausbalancieren sollten. Bei der Beantwortung dieser komplexen Frage werden verschiedene Perspektiven berücksichtigt: Gesundheitsbedürfnisse in der Gesellschaft, Gesundheitssystemforschung, Gesundheitsmanagement, Bedürfnisse und Werte der Beteiligten und der versorgten Bevölkerungsgruppen, wie Patientinnen/Patienten, Angehörige und Mitarbeiter/-innen, sowie die Vision der Gesundheitsförderung.

Gesundheitsorientierung von Gesundheitsdiensten durch Managementsysteme – wie? – Modelle und Standards für gute Praxis

In der zweiten Plenareinheit wird skizziert, wie Gesundheitsorientierung von Gesundheitsdiensten durch Managementsysteme anhand von Standards und Modellen guter Praxis umgesetzt werden kann.

In den Parallel- und Postereinheiten bietet die Konferenz Raum für Präsentationen und Diskussionen zu einer Reihe von Themen im Zusammenhang mit den neuen 2020 Standards für gesundheitsfördernde Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen sowie zu Themen der verschiedenen HPH Arbeitsgruppen.

Nähere Informationen zur Konferenz und zur Anmeldung finden Sie hier: www.hphconferences.org/paris2021

Competence Centre for Health Promotion in Hospitals and Health Care
an der Gesundheit Österreich GmbH
conference-secretariat@hphconferences.org

Veranstaltungshinweise

Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2021

14. September 2021, Rathaus, Wien

www.wig.or.at

pflgekongress21

16. und 17. September 2021, Austria Center Vienna, Wien

www.pflgekongress.at/

Tag der Selbsthilfe 2021

26. September 2021, Rathaus, Wien

www.wig.or.at

European Health Forum Gastein 2021

27. September bis 1. Oktober 2021, virtuelle Veranstaltung

www.ehfg.org/

Tagung der Österreichischen Plattform Patientensicherheit

8. Oktober 2021, Klinik Floridsdorf, Wien

www.plattformpatientensicherheit.at/

6. ÖPGK-Konferenz

12. Oktober 2021, virtuelle Veranstaltung

oepegk.at/save-the-date-6-oepegk-konferenz/

28th International Conference on Health Promoting Hospitals and Health Services

12. Oktober 2021, virtuelle Veranstaltung

www.hphconferences.org/paris2021

high noon? Gewalt und Deeskalation in Sozial- und Gesundheitseinrichtungen

14. und 15. Oktober 2021, Schloss Wilhelminenberg, Wien

www.pflegenetz.at/tagungen/high-noon-2021/

25. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen

11. November 2021, Klinik Floridsdorf, Wien

www.ongkg.at/konferenzen

Impressum:

Herausgeberin des Newsletters

Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG
Treustraße 35–43, 1200 Wien

Redaktion

Ursula Hübel (WiG)

Birgit Metzler, Benjamin Kölldorfer (CC-HPH an der GÖG)

Redaktionelle Assistenz

Lisa Mayer (CC-HPH an der GÖG)

Kontakt

kontakt@allianz-gf-wien.at

www.allianz-gf-wien.at

Die im Newsletter der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen wiedergegebenen Artikel entsprechen nicht notwendigerweise der Meinung von Redaktion und Herausgeberin. Jede Autorin / jeder Autor trägt die Verantwortung für ihren/seinen Beitrag.