

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Inhalt

Editorial

Aktuelles von den Allianzpartnern

- ÷ „Darf es ein bisschen bequemer sein?“ – Ergonomietage im SMZS – Kaiser-Franz-Josef-Spital
- ÷ Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in der KAV-Informationstechnologie
- ÷ 5 Jahre Mediterrane Kost im Sozialmedizinischen Zentrum Ost
- ÷ Projekt: „SPORT macht SCHLAU“ Pensionisten-Wohnhaus TAMARISKE

GF in Wien - Beispiele aus der Praxis

- ÷ Ernährung, die bewegt - für Mutter und Kind
- ÷ „Gesund arbeiten ohne Grenzen“ 2 - Interkulturelle und geschlechtssensible betriebliche Gesundheitsförderung
- ÷ Fitness für MitarbeiterInnen in Pflegeeinrichtungen
- ÷ Tagung: Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung

Nationales

- ÷ Länger arbeiten - Müssen, können oder wollen?! Erhalt von Arbeitsfähigkeit über die gesamte Berufsdauer durch das Programm „Fit für die Zukunft – Arbeitsfähigkeit erhalten“
- ÷ 14. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen

Internationales

- ÷ 17. Internationale HPH-Konferenz auf Kreta

Hinweise & Veranstaltungen

Weiterführende Informationen

÷ Editorial

Sehr geehrte Damen und Herren!

Im ersten Teil des Newsletters stellen wir Ihnen Gesundheitsförderungsprojekte aus Einrichtungen der Allianzpartner vor. Das SMZS – Kaiser-Franz-Josef-Spital veranstaltete mit der Unterstützung von ExpertInnen der AUVA Ergonomietage. Vom Wiener Krankenanstaltenverband wird diesmal ein umfassendes Gesundheitsförderungs-Projekt für die 350 MitarbeiterInnen der KAV-Informationstechnologie vorgestellt. Ein weiteres Beispiel aus dem Bereich des KAV ist der Erfahrungsbericht des SMZ Ost zu fünf Jahren Mediterraner Kost. Das Pensionisten-Wohnhaus Tamariske des KWP berichtet, wie BewohnerInnen mit Fitness-Stationen auf den Gängen zu Übungen für eine bessere physische und psychische Gesundheit animiert werden. Darüber hinaus werden auch Ernährungsvorträge und Kreativprogramme angeboten.

Unter der Rubrik „Gesundheitsförderung in Wien“ finden Sie zwei Initiativen des Instituts für Frauen- und Männergesundheit. Das Frauengesundheitszentrum FEM stellt ein Programm für Lebensstiländerung von übergewichtigen Müttern mit übergewichtigen Kindern unter Einbeziehung der LebenspartnerInnen vor. Aus dem FEM Süd stammt das interkulturelle und genderspezifische betriebliche Gesundheitsförderungsprojekt „Gesund arbeiten ohne Grenzen“. Mit betrieblicher Gesundheitsförderung beschäftigt sich auch die Maßnahme „HB-fit-club – ein Fitnessangebot“ im Haus der Barmherzigkeit. Ende Dezember fand im Hauptverband die Tagung „Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung – Perspektiven für die Entwicklung von Pflegeheimen, Altenwohneinrichtungen und mobiler Betreuung“ statt. Berichtet wird von den Ergebnissen dieser Tagung sowie von weiteren geplanten Schritten zu diesem Thema.

Ende 2008 startete das österreichweite Benchmarking- und Interventionsprojekt „Fit für die Zukunft – Arbeitsfähigkeit erhalten“. Mit Hilfe des Programms, das von der Pensionsversicherungsanstalt und der AUVA finanziert wird, soll der Erhalt bzw. die Förderung von Arbeitsfähigkeit bei Berufstätigkeiten, besonders von beanspruchenden Branchen wie beispielweise dem Gesundheitsbereich, unterstützt werden.

Linz ist 2009 nicht nur Kulturhauptstadt Europas, sondern vom 18.-19. Juni auch Veranstaltungsort der 14. Österreichischen Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen. Die Konferenz des Internationalen Netzwerkes findet diesmal schon von 6.-8. Mai auf Kreta statt. Nähere Informationen zu den beiden Konferenzen finden Sie in der Rubrik „Nationales“ bzw. „Internationales“.

Zum Abschluss, ein Hinweis in eigener Sache: Anfang März nimmt die neu gegründete *Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH* ihre Tätigkeit auf. In dieser Gesellschaft werden nunmehr alle bisherigen Bereiche der Gesundheitsförderung des Gesundheits- und Sozialressorts der Stadt Wien neu organisiert. Eigentümerin der *Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH* ist die Stadt Wien. Die bisher von der Bereichsleitung für Strukturentwicklung betreute Koordinationsstelle der Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen wird daher ab März von der *Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH* übernommen. Als Ansprechperson stehe ich Ihnen auch in der neuen Organisationsform unverändert zur Verfügung.

Wir hoffen, auch diesmal interessante Informationen und Anregungen für Sie zusammengestellt zu haben.

Mag.^a Ursula Hübel
(Gesundheitsförderung, Bereichsleitung für Strukturentwicklung)

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

÷ Aktuelles von den Allianzpartnern

÷ „Darf es ein bisschen bequemer sein?“ – Ergonomietage im SMZS – Kaiser-Franz-Josef-Spital

Unter dem Motto „Darf es ein bisschen bequemer sein?“ fanden am 20. und 21.11.2008 im Sozialmedizinischen Zentrum Süd - Kaiser-Franz-Josef-Spital mit Gottfried von Preyer'schem Kinderspital und Geriatriezentrum Favoriten Ergonomietage statt.

Die Veranstaltung wurde von Frau Dr. Bettina Kinschner, der Ärztin des Arbeitsmedizinischen Dienstes des Kaiser-Franz-Josef-Spitals, organisiert. Es gelang ihr, in Kooperation mit der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt AUVA und unterstützt durch die Firma ACP IT Solutions, ein Programm zusammenzustellen, in dem die Schwerpunkte Hebe- und Trageergonomie und Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz ausführlich behandelt wurden. Tatkräftige Unterstützung bekam Frau Dr. Kinschner durch das hauseigene Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation.

Die primären Zielgruppen waren Verwaltungspersonal, Technisches Personal, Personal der Hausaufsicht, Anstaltsgehilfinnen und KüchenmitarbeiterInnen, aber auch interessierte MitarbeiterInnen aus allen anderen Berufsgruppen waren herzlich eingeladen. Beworben wurden die Ergonomietage im Intranet, weiters wurden in allen Bereichen des Hauses Plakate ausgehängt.

An beiden Tagen wurde jeweils ein vierstündiges Programm angeboten: zwischen den Vorträgen „Nimm's leicht!“ (Kurzfilm und Vortrag von Frau Dr. Kinschner zum Thema Ergonomie am Arbeitsplatz), „Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz“ (Ing. Robert Presslmayer, AUVA), „Heben und Tragen am Arbeitsplatz“ (ebenfalls Ing. Robert Presslmayer, AUVA) und „Arbeitsbedingte Muskel- und Skeletterkrankungen“ (Prim. Univ.Prof. Dr. Michael Quittan, Vorstand des Instituts für Physikalische Medizin und Rehabilitation) fand sich ausreichend Zeit, die zahlreichen Informationsstände zu besuchen, wo man die Möglichkeit zur aktiven Beteiligung hatte.

Hier die Informationsstände im Detail:

Wirbelsäulen-Belastungsbewertung mit der Methode APALYS, durchgeführt durch MitarbeiterInnen der AUVA. Dabei wurde mittels Videoanalyse eines Hebe-Aktes, durch digitale Bildverarbeitung unter Zuhilfenahme eines vereinfachten biomechanischen Rechenmodells, die Druckkraft auf die Bandscheiben näherungsweise berechnet. Die errechneten Werte wurden zur Unterstützung der individuellen Beratungsgespräche über Aspekte der Hebetchnik und die Verbesserung etwaiger fehlerhafter Angewohnheiten genutzt.

Gleichgewichtstraining mit dem Balancekreisel, unterstützt durch MitarbeiterInnen der AUVA. Der Balancekreisel steuerte dabei einen Cursor, mit dem auf einem Bildschirm Geschicklichkeitsaufgaben zu lösen waren. Auf spielerische Weise konnten so video-unterstützt die eigenen koordinativen Fähigkeiten getestet und trainiert werden. Die erreichten Punkte wurden in einer Rangliste angezeigt, was den Ehrgeiz einiger MitarbeiterInnen beflügelte. Dieser Informationsstand war sehr begehrt, für entsprechende Unterhaltung war gesorgt!

Mit Hilfe einer Sprungmessplatte aus dem Repertoire der AUVA wurde die Belastung der Kniegelenke bei verschiedenen Schritt- oder Sprungtechniken aus gleicher Höhe veranschaulicht. Für die TeilnehmerInnen war sehr lehrreich, dass ein mangelhaft abgefederter Sprung aus geringer Höhe die Kniegelenke mit dem vierfachen Körpergewicht belasten kann!

Weiters hatten die MitarbeiterInnen Gelegenheit, unter Anleitung von Frau Birgit Fugger, Physiotherapeutin am Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation, Ausgleichsübungen am Arbeitsplatz kennen zu lernen. Gemeinsam wurden Übungen zur Vorbeugung

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

von Überlastungen des Stütz- und Bewegungsapparates durchgeführt, die leicht in das tägliche Arbeitsleben integriert werden können. Tipps zur allgemeinen Vermeidung von Rückenbeschwerden rundeten das Angebot ab. Anfänglich waren manche TeilnehmerInnen nicht leicht zum Mitmachen zu motivieren, wurden jedoch bald von der positiven Gruppendynamik erfasst.

An einem Musterbildschirmarbeitsplatz, aufgebaut und betreut von MitarbeiterInnen der AUVA, bestand die Möglichkeit, die ergonomisch richtigen Einstellungen eines Bildschirmarbeitsplatzes kennenzulernen und selbst auszuprobieren, um in der Folge den eigenen Arbeitsplatz optimal justieren zu können.

Herr Bernd Diekers von der Firma ACP IT Solutions vermittelte unter dem Titel „Flimmern und Co.“ Informationen zur ergonomisch richtigen und augenschonenden Einstellung von Monitoren.

Als besonderes Service wurde von Dr. Bettina Kinschner persönlich eine Augenscreening-Untersuchung angeboten, durch die Überprüfung der Sehschärfe mit Hilfe eines Sehtestgerätes gemäß der Bildschirmarbeitsverordnung zum ArbeitnehmerInnenschutzgesetz blieb auch der rechtliche Rahmen des ArbeitnehmerInnenschutzes nicht unerwähnt.

Insgesamt konnte durch diese gelungene Veranstaltung gezeigt werden, dass das Thema Ergonomie am Arbeitsplatz neben seiner Bedeutung für den ArbeitnehmerInnenschutz auch wichtige Aspekte der Gesundheitsförderung für MitarbeiterInnen abdeckt.

Es darf jedoch nicht verschwiegen werden, dass sich trotz umsichtiger Planung und flächendeckender Ankündigung die TeilnehmerInnenzahlen in Grenzen hielten. Möglicherweise hätte ein gezieltes Ansprechen der Dienststellenleitungen im Vorfeld ermöglichen können, die Veranstaltung bei der Gestaltung der Dienstpläne zu berücksichtigen und MitarbeiterInnen dafür „freizuspielen“. Bei der Planung ähnlicher Veranstaltungen in der Zukunft wird dieser Aspekt sicherlich zu berücksichtigen sein.

Erfreulicherweise lässt sich abschließend berichten, dass neben MitarbeiterInnen der primären Zielgruppen auch MitarbeiterInnen aus Medizin und Pflege an den Ergonomietagen im Kaiser-Franz-Josef-Spital teilnahmen, das Feedback der TeilnehmerInnen war durchwegs positiv.

*Dr. Mario Földy
Assistent der Ärztlichen Direktorin
SMZ Süd – Kaiser-Franz-Josef-Spital mit Gottfried von Preyer'schem Kinderspital
und Geratriezentrum Favoriten
mario.foeldy@wienkav.at*

÷ Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in der KAV-Informationstechnologie

Die rund 350 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der KAV-Informationstechnologie (KAV-IT) sind für die Verfügbarkeit der IKT-Grundausstattung, Standardservices für IKT-Arbeitsplätze, die Verfügbarkeit von Software-Produkten, Dienstleistungen rund um IT und Telekommunikation in den Spitälern und Pflegehäusern der Stadt Wien mit Ausnahme des AKH (Allgemeines Krankenhaus) verantwortlich und stehen im Schichtbetrieb 24 Stunden an sieben Tagen der Woche für die IKT-Anliegen im Wiener Krankenanstaltenverbund (KAV) zur Verfügung.

Im Rahmen der Gesundheitsförderung im KAV wurde auch in der KAV-IT ein Schwerpunkt Gesundheitsförderung gesetzt. Die Projektverantwortlichen für Gesundheitsförderung in der KAV-IT haben im Jahr 2008 mehrere Aktivitäten für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter organisiert.

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Bei Veranstaltungen im KAV-IT Gebäude wurden individuelle Untersuchungen und Beratungen angeboten sowie praxisnahe Kenntnisse und Anregungen vermittelt:

- Allergieberatung und Prick-Tests
- Nichtraucherberatung
- Augenscreening
- Vorsorgeuntersuchungen
- Erste Hilfe Kurse
- Vortrag und Schnupperstunden in Shiatsu und Traditioneller Chinesischer Medizin

Informationen zu Gesundheitsthemen wurden allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zugänglich gemacht:

- die Broschüre zum Thema „Arbeitsplatz Bildschirm“ wurde verteilt
- eine Mappe zur Gesundheitsförderung (mit verschiedenen Broschüren) wurde verteilt
- eine Vorsorge- und Gesundheitsecke wurde im Bürogebäude eingerichtet
- Informationen rund um die Gesundheit stehen im Intranet zur Verfügung

„Den Stein ins Rollen bringen!“- das Motto der Kick-off-Veranstaltung zur Gesundheitsförderung im KAV wird in der KAV-IT bereits gelebt. Die positiven Rückmeldungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer geben dem Gesundheitsförderungs-Team neuen Schwung. Durch Planung und Umsetzung weiterer Maßnahmen im Jahr 2009 werden das Gesundheitsbewusstsein der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiter gestärkt, gesunde Lebensbedingungen und gesunde Lebensweisen unterstützt und angeregt.

Andrea Halwachs

Wiener Krankenanstaltenverbund, Informationstechnologie

Medizinisch/Pflegerische Prozesse/Patientenorientierte Querschnittssysteme

andrea.halwachs@wienkav.at

÷ 5 Jahre Mediterrane Kost im Sozialmedizinischen Zentrum Ost

Rückblick

Anlässlich der Überarbeitung des Kostformenkataloges wurde im Frühjahr 2004 erstmals für ein österreichisches Krankenhaus die Einführung einer Mediterranen Kostform angedacht. Die größte Herausforderung war es, Rezepte mediterraner Speisen zu finden, die in einer Großküche zubereitet und möglichst ohne Qualitätsverlust warm gehalten werden konnten. Hier zeigten sich die MitarbeiterInnen der Küche und der Küchenverwaltung sowie die Diätologinnen besonders engagiert und schon bald konnten einzelne Speisen im Mitarbeiterrestaurant angeboten werden. Angeregt durch das durchwegs positive Echo wurde kurz darauf die Mediterrane Kost als Wahlkostform in das Speisenangebot für PatientInnen aufgenommen.

Konzept

Die Mediterrane Kost, auch Kreta-Diät oder Mittelmeerküche, gilt auf Grund der Inhaltsstoffe der verwendeten Lebensmittel seit den 1960er Jahren nach der „Sieben-Länder-Studie“ von Keys als besonders gesund und scheint die Häufigkeit von Gefäßerkrankungen zu vermindern. Es handelt sich dabei um eine ausgewogene Mischkost, die jedenfalls gut als Dauerernährung geeignet ist. Die gewünschte Zusammensetzung wird durch folgende Maßnahmen erreicht:

- täglich Obst und Gemüse
- reichlich frische Kräuter
- vermehrt Getreideprodukte, Brot und Hülsenfrüchte
- häufig Fisch



mediterrane Ernährungspyramide

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

- selten Fleisch
- mäßig Milchprodukte
- keine gesüßten Lebensmittel
- reichlich Olivenöl für Salate und wenig erhitzte Speisen
- Einsatz von Rapsöl für stärker erhitzte Speisen

Ergebnisse

Nach mittlerweile fünf Jahren kann die Mediterrane Kost im Sozialmedizinischen Zentrum Ost für PatientInnen und MitarbeiterInnen als gut etablierte und akzeptierte Wahlkostform gesehen werden. Etwa 25% der PatientInnen ohne besondere Diätbedürfnisse wählen im Krankenhaus täglich das Mediterrane Menü, wobei als Zielgruppe hier die Altersgruppe < 60 Jahre zu sehen ist. An einigen Stationen, als Beispiele seien hier die Abteilungen für Orthopädie, Augenheilkunde oder Hals-, Nasen-, Ohrenerkrankungen genannt, beträgt der Anteil bis zu 50% der Wahlmenüs. In den beiden Mitarbeiterrestaurants ist täglich zumindest ein Menü nach den Richtlinien der Mediterranen Kost zubereitet und für die KonsumentInnen deutlich gekennzeichnet. Wie bei allen Speisen ist der Kaloriengehalt ausgewiesen. Hier liegt der Anteil an den verkauften Menüs bei stabilen 22%, er ist wie auch bei den PatientInnen jedoch deutlich abhängig vom übrigen Angebot des Tages. Ein frisches Salatbuffet mit verschiedenen Sprossen, Keimen und Ölen rundet das Angebot ab.

Resümee

Das Angebot von gesundem Essen, das den heutigen präventivmedizinischen Erkenntnissen entspricht, ist eine wichtigen Maßnahme zur Gesundheitsförderung. Die Einbindung einer Mediterranen Kost in die Versorgung von PatientInnen und MitarbeiterInnen kann aus heutiger Sicht als durchaus geglückt angesehen werden.

*Gabriele Brazda
Leitende Diätologin, Sozialmedizinisches Zentrum Ost
gabriele.brazda@wienkav.at*

÷ Projekt: „SPORT macht SCHLAU“ Pensionisten-Wohnhaus TAMARISKE

Bewegung spielt eine bedeutende Rolle bei der Entwicklung des Gehirns. Auch die Ernährung ist wichtig!

Bereits zehn Minuten Training täglich reichen, um die Merkfähigkeit und Konzentrationskraft zu verbessern. Das Erfolgsgeheimnis ist die ideale Kombination aus Bewegung und Denksport-, Sinnes- und Erinnerungsübungen. Aus diesem Grund wurden im Sommer 2008 in den Gängen des Pensionisten-Wohnhauses Fitness-Stationen eingerichtet. Bei gemeinsamen Gymnastikeinheiten in den Stockwerken wurden die Übungen von der Animatorin (Fr. Ing.ⁱⁿ Zacherl) vorgestellt. Sofort konnte man zur Tat schreiten und jede einzelne Station vor Ort ausprobieren. Ein großer Vorteil dieser Fitness-Stationen ist jedenfalls, dass die BewohnerInnen und das Personal die Gelegenheit haben, zu jeder gewünschten Tages- und Nachtzeit die für sie am besten geeignete Übung durchzuführen.

Weiters wurde zu einem Ernährungsvortrag (Ernährungsberaterin Fr. Mag.^a Heisler) zum Thema BRAINFOOD mit Verkostung eingeladen. Geistige Fitness wird nicht nur mit speziellen Gedächtnisübungen und körperlicher Betätigung trainiert, sie ist auch abhängig vom täglichen Speiseplan. Als Brainfood-Regeln entpuppten sich aber nicht nur eine gezielte Lebensmittelauswahl und die richtige Zusammensetzung der Nahrung, sondern auch kleine Portionen und die konstante tröpfchenweise Versorgung des Gehirns mit den notwendigen Nährstoffen.



Beispiele: „Fitness-Stationen“

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009



„Dritte Säule“: Kreativangebote

Als dritte Säule fanden zusätzliche Kreativangebote (Malen, Schnitzen) statt.

Bei der Abschlussveranstaltung im September konnten die BewohnerInnen ihre Lieblingsstation am Auswertungsbogen (Feedbackbogen) bekannt geben und Smovey-Ringe sowie Brainfood-Pakete gewinnen.

Beispiele aus der Übungspalette der FITNESS-STATIONEN:

- Übungen für die Wirbelsäule, Anti-Stress, Rätsel und Reime, Radfahren, Handgelenksübungen und Humor zum Thema Geist und Körper.
- In den Stockwerken können die BewohnerInnen und das Personal Augenübungen machen, etwas für die Schultern tun oder sich selbst im Spiegel anlächeln.
- Bei Balanceübungen sowie Kraftübungen (mit und ohne Gewichten) wird Sturzprävention und Osteoporosevorbeugung betrieben.
- An einem Fingerübungsbrett klopfen die Finger im Rhythmus oder laufen im Slalom, weiters gibt es Übungen zur Koordination, mit dem Schaumstoffball und für den Atem.

Von den AnimatorInnen werden viele Gemeinschaftsaktivitäten angeboten (Sitzgymnastik, Tänze im Sitzen, Seniorentanz, Denksport, Gymnastik, Theaterspiel, Chor, kreatives Werken etc.). Diese Gruppen erreichen aber nicht alle Zielpersonen – viele möchten alleine turnen oder finden aufgrund von Terminen erst zu einem anderen Zeitpunkt die Gelegenheit, Bewegung zu machen. Weiters hat das Personal oft nicht die Möglichkeit, Ausgleichsgymnastik durchzuführen – hier ergibt sich zwischendurch die Gelegenheit dazu.

*Ing. Andrea Zacherl
Vermittlung von externen Kultur- und Seniorenbildungsangeboten
Fachbereich Animation / Stv. Leitung Animation /
Koordination ehrenamtlicher MitarbeiterInnen
Pensionisten - Wohnhaus TAMARISKE*

÷ Gesundheitsförderung in Wien – Beispiele aus der Praxis

÷ Ernährung, die bewegt - für Mutter und Kind

Ein Programm zur Gesundheitsförderung und Lebensstiländerung von übergewichtigen Müttern mit übergewichtigen Kindern unter Einbeziehung der LebenspartnerInnen und/oder anderen Bezugspersonen

Die Zahl an übergewichtigen Menschen in Österreich und weltweit ist weiterhin im Steigen begriffen. Die mit dem Übergewicht verbundenen gesundheitsschädigenden Risiken steigen damit ebenfalls. Österreichweit sind rund 30 Prozent der Frauen und 45 Prozent der Männer übergewichtig, dies spiegelt sich sowohl über alle Altersklassen hinweg als auch in allen Bundesländern wider (Statistik Austria, 2008). Die Adipositasrate ist sowohl bei Frauen als auch bei Männern von 9% auf rund 13% gestiegen.

Die alarmierenden Zahlen übergewichtiger Menschen in Österreich und die damit verbundenen Risiken von chronischen Erkrankungen machen deutlich, dass hier spezialisierte multiprofessionelle und auf die Bedürfnisse der Zielgruppe abgestimmte Programme vonnöten sind. Der Fokus muss hier auf Niederschwelligkeit, Zugänglichkeit, Verständlichkeit und einfache Maßnahmen gesetzt werden.

“Ernährung, die bewegt – für Mutter und Kind“ stellt ein umfassendes und ganzheitliches Programm zur Gesundheitsförderung und Lebensstilsänderung von übergewichtigen Müttern



Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009



Ernährungsvorträge, Koch- und Bewegungsevents für die ganze Familie

mit übergewichtigen Kindern unter Einbeziehung der LebenspartnerInnen und/oder anderer Familienangehöriger dar. Bevorzugt wurden Alleinerzieherinnen und soziale benachteiligte Familien. Die Maßnahmen werden dem derzeit wissenschaftlich favorisierten Programmkonzept gerecht, das multidimensional ist, d.h. es beinhaltet verhaltenstherapeutische Techniken, kognitive Maßnahmen, nutritive Edukation, Bewegungsprogramme und soziale Unterstützung sowie Strategien zur Rückfallsminimierung. Für die Kinder soll sich ein positives Ernährungs- und Bewegungsverhalten für ihr weiteres Leben manifestieren. Der Effekt soll über die Kursteilnahme und Vorbildhaltung der Mütter und der gemeinsamen Aktivitäten mit den Müttern und auch mit den Vätern / LebenspartnerInnen / Angehörigen eintreten.

Projektschwerpunkt sind ein 16-wöchiges Mütter- und ein parallel laufendes Kinderernährungsprogramm, in dem die erfolgreichen Methoden „Schlank ohne Diät“ und „Schlank ohne Diät für Kinder“ von Univ. Prof. Dr. Schoberberger, Mag.^a Dr.ⁱⁿ Kiefer und Univ. Prof. Kunze auf die Bedürfnisse von Mutter und Kind adaptiert wurden. Begleitend findet ein professionelles und bedürfnisorientiertes Bewegungsangebot und Training statt, sowie psychologisches Einzelcoaching für die Mütter und Selbstwerttraining der Kinder. Ernährungsvorträge, Koch- und Bewegungsevents für die ganze Familie machen Veränderungen für die TeilnehmerInnen lustvoll und positiv erlebbar und dienen der Nachhaltigkeit. Ein Nachbetreuungsangebot, das sich über weitere 6 Monate erstreckt, ist zur Etablierung der Verhaltensänderung gedacht.

Eine rege Vernetzung mit ÄrztInnen, Schulen, Kindergärten, Apotheken, etc. sowie eine groß angelegte Abschlussveranstaltung gewährleistet ein breites Bekanntmachen des Angebots und erleichtert den Familien den Zugang zum Programm. Ein Folder mit Tipps zu Ernährung und Umsetzung neuer Lernerkenntnisse rundet das Programm ab.

Zur Evaluation der Ergebnisse des Projekts und zum Nachweis der Wirksamkeit des Gesamtkonzepts wurden 3 Testzeitpunkte definiert bezogen auf die erhobenen Parameter: Ernährung bzw. Ernährungsumstellung, Bewegung / Bewegungsetablierung bzw. Bewegungssteigerung, Gewicht / Gewichtsreduktion der Mütter bzw. Gewichtsstabilisierung der Kinder, Wohlbefinden / Steigerung des subjektives Wohlbefindens sowie Selbstwert / Selbstwertsteigerung.

Finanziell ermöglicht wurde „Ernährung, die bewegt – für Mutter und Kind“ vom Wiener Programm für Frauengesundheit / Fonds Soziales Wien, dem Fonds Gesundes Österreich sowie der MA 38 / Wiener Lebensmittel- und Ernährungsservice. Wissenschaftlich begleitet wurden die Maßnahmen von der Arbeitsgemeinschaft Gesundheitserziehung.

Die Broschüre „Ernährung, die bewegt – für Mutter und Kind“ sowie der Projektabschlussbericht können unter T: 01/476 15-5771 angefordert werden.

Kontakt: Mag.a Daniela Kern, Mag.a Andrea Brinek
Frauengesundheitszentrum F.E.M.
T: 01/476 15-5771 | E: d.kern@fem.at

✦ „Gesund arbeiten ohne Grenzen“ 2 - Interkulturelle und geschlechtssensible betriebliche Gesundheitsförderung

Das Frauengesundheitszentrum FEM Süd führt seit Mai 2006 das erste explizit interkulturelle und genderspezifische Projekt der betrieblichen Gesundheitsförderung in Österreich durch. „Gesund arbeiten ohne Grenzen“ richtet sich an Hausarbeiterinnen (Reinigungskräfte) in Krankenhäusern des Wiener Krankenanstaltenverbundes, eine sehr interkulturelle Gruppe, die bisher v.a. aus sprachlichen Barrieren kaum Zugang zu Projekten der betrieblichen Gesundheitsförderung hatte.



Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Eckdaten des Projekts:

FördergeberInnen:
Fonds Gesundes Österreich
Wiener Gebietskrankenkasse
dieSie – Wiener Programm für
Frauengesundheit

Projektlaufzeit:
September 07 – Februar 09

Projektleitung:
Mag.^a Huberta Haider



Vorträge über gesunde Ernährung
und Stress, Entspannungsübungen
und Kommunikationskurse



zweisprachige und kostenlose
Gymnastikkurse

Ausgangslage

Steigende Belastungen am Arbeitsmarkt, Druck und psychosoziale Belastungen sowie die damit verbundenen vermehrten Krankenstände führen dazu, dass betriebliche Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz immer breiteren Raum einnimmt und auch seitens der ArbeitgeberInnen unterstützt wird. Unter dem Gesichtspunkt der zunehmenden Diversität im Arbeitskontext ist es wesentlich, frauen- und kulturspezifische Aspekte in die betriebliche Gesundheitsförderung zu integrieren. Bislang gibt es kaum Projekte, die explizit die Bedürfnisse von Frauen unter Einbeziehung ihres Migrationshintergrundes adressieren. Bei herkömmlichen Gesundheitsförderungsprojekten haben viele MigrantInnen aufgrund geringer Sprachkenntnisse meist keinen Zugang. Dies betrifft insbesondere Frauen in Niedriglohnbranchen. Wissenschaftliche Studien weisen hier die höchsten psychosozialen Belastungen nach.

Das Projekt

Von September 2007 bis Februar 2009 wurde „Gesund arbeiten ohne Grenzen“ 2 in folgenden Häusern durchgeführt:

- Kaiserin Elisabeth Spital
- Serviceeinheit Wäsche und Reinigung
- Krankenhaus Hietzing mit Neurologischem Zentrum Rosenhügel

Im Zuge der Projektlaufzeit kam es zu Ausweitungen auf mehreren Ebenen:

- Ausweitung der Zielgruppe auf Frauen und Männer – in Kooperation mit dem Männergesundheitszentrum MEN
- Ausweitung der Sprachen – angeboten werden Deutsch, Bosnisch, Kroatisch, Serbisch, Englisch und Türkisch
- Ausweitung des Settings von Krankenhäusern auf Betriebe
- Wesentlicher Bestandteil war eine kultursensible Adaptierung angewandter Instrumente der betrieblichen Gesundheitsförderung

Maßnahmen

- Erhebung des gesundheitlichen Lebensstils und der Arbeitsbedingungen der Zielgruppe
- Durchführung von muttersprachlichen und genderspezifischen Gesundheitszirkeln
- Planung und Umsetzung der erarbeiteten Lösungsvorschläge
- Ausbildung einer Person zur „Gesundheitsbeauftragten“ pro Institution
- Gesundheitscoaching für Führungskräfte
- Adaptierung der Erhebungsinstrumente sowie mehrsprachige Übersetzung
- Entwicklung eines Manuals für gender- und kultursensible betriebliche Gesundheitsförderung

Ergebnisse

Erhebungsinstrumente: Die Instrumente der betrieblichen Gesundheitsförderung wurden im Hinblick auf ihre Anwendbarkeit für die Zielgruppe untersucht. Unter Einbeziehung unterschiedlicher Kriterien wie Verständlichkeit, Vollständigkeit und geringer Aufwand zur Durchführung wurde schließlich der IMPULS-Test (HerausgeberInnen: AUVA, WKO, AK, IV, ÖGB; Redaktion: humanware, Institut für Gesundheit, Sicherheit und Ergonomie im Betrieb) als geeignetes Verfahren herangezogen. Um frauenspezifische gesundheitliche Belastungsfaktoren (Doppel- und Mehrfachbelastung, pflegende Angehörige, psychische Belastungen...) zu erheben, entwickelte das FEM Süd einen zusätzlichen Fragebogen. Somit ist der erste Schritt in Richtung einer gender- und kultursensiblen Testbatterie der betrieblichen Gesundheitsförderung getan.

Gesundheitsförderung für MitarbeiterInnen: Die Hauptbelastungsfaktoren für MitarbeiterInnen aller Häuser sind Stress, Probleme mit der Wirbelsäule und Kopfschmerzen. Rheuma und Allergien wurden bei den chronischen Erkrankungen oft genannt. Weitere „Krankma-

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

cher“ v.a. für Hausarbeiterinnen waren Doppel- und Mehrfachbelastungen, Bezeichnung als „Putzfrau“ und die Arbeit am untersten Ende der Hierarchie. Neben innerbetrieblichen Veränderungen fanden vielfältige zweisprachige und kostenlose Gesundheitsangebote statt, wie etwa Gymnastikkurse (Wirbelsäulengymnastik, Tanzgymnastik, Pilates), Vorträge über gesunde Ernährung und Stress, Entspannungsübungen und Kommunikationskurse.

Mag.^a Huberta Haider
Projektleiterin
huberta.haider@wienkav.at

÷ Fitness für MitarbeiterInnen in Pflegeeinrichtungen

Die MitarbeiterInnen der Gesundheitsbranche verzeichnen ein hohes krankheitsbedingtes Ausscheiden aus dem Berufsleben. Die ersten gesundheitlichen Probleme können bei Pflege- und Betreuungspersonen schon ab einem Alter von 35 Jahren auftreten. Um dem entgegen zu wirken, eröffnete das „Haus der Barmherzigkeit“ im Oktober 2008 für seine MitarbeiterInnen den ersten „HB-fit-club“.

Warum betriebliche Gesundheitsförderung?

Die betriebliche Gesundheitsförderung spielt eine wichtige Rolle für die Entwicklung „gesunder Unternehmen“. Der wirtschaftliche Erfolg ist besonders von gesunden, qualifizierten und motivierten ArbeitnehmerInnen abhängig. Betriebliche Gesundheitsförderung hilft allen, den ArbeitnehmerInnen, ArbeitgeberInnen sowie dem gesamten Unternehmen: Die einen möchten gesund bleiben und sich wohl fühlen, die anderen möchten mit gesunden und damit leistungsfähigen MitarbeiterInnen im Wettbewerb bestehen. Der Nutzen von betrieblicher Gesundheitsvorsorge hat Auswirkungen auf den / die MitarbeiterIn (Arbeitszufriedenheit steigt, Gesundheitsbeschwerden sinken, Wohlbefinden steigt), das Unternehmen (Arbeitsqualität steigt, Produktivität steigt, Krankenstände sinken, Fluktuation sinkt) und im weitesten Sinne auch auf die Gesellschaft (Krankenbehandlungs- und Medikamentenkosten sinken, krankheitsbedingte vorzeitige Pensionierungen sinken, Arbeitskosten (Fehlzeiten,...) sinken, qualifizierte Arbeitskräfte bleiben erhalten.)

Räumlichkeiten und Betreuung

Der Fitnessraum am Standort des geriatrischen Pflegekrankenhauses Seeböckgasse (Wien - Ottakring) soll im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung Anreiz für sportliche Betätigung, aber auch Entspannung bieten. Das Angebot umfasst einen 55 m² großen Gymnastikraum, wo Yoga-, Musikgymnastik- und Rückenschulegruppen angeboten werden. Diese werden in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Ottakring und der Sportuniversität Wien abgehalten. Im anschließenden 45 m² großen Raum stehen Ausdauer- und Kraftgeräte zum individuellen Training zur Verfügung. Es befinden sich in diesem Bereich noch ein Ruheraum und ein Massageraum. Die Garderoben sind mit Duschen ausgestattet. Ausgebildete MitarbeiterInnen machen die Geräteerschulungen. Gemeinsam mit MitarbeiterInnen der Volkshochschule Ottakring und der Sportuniversität Wien werden verschiedene Programme, wie Yoga, Musikgymnastik und Rückenschule angeboten.

Der Zugang zu diesem Fitnessbereich ist für registrierte MitarbeiterInnen offen. Als symbolische Benutzungsgebühr werden 10 € monatlich eingehoben.

Erste Erfahrungen

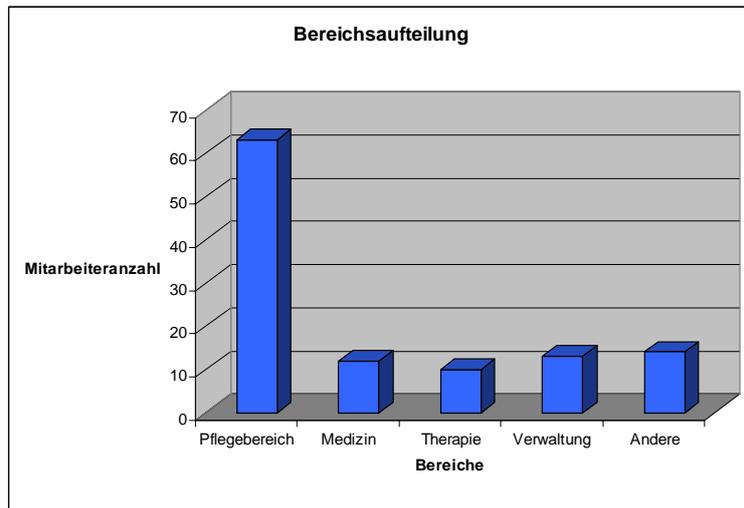
Seit in Betriebnahme am 1. Oktober 2008 haben sich 112 MitarbeiterInnen eingeschrieben. 85 % der registrierten MitarbeiterInnen sind am Standort Seeböckgasse tätig, die Hälfte kommt aus dem Pflegebereich.



Fitnessangebot wird von den MitarbeiterInnen angenommen

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009



Ein Drittel der MitarbeiterInnen nutzen den Fitnessbereich mehrmals wöchentlich, ein Drittel 2-3 mal monatlich.

Schlussfolgerung

Das Angebot eines eigenen Fitnessbereichs nur für MitarbeiterInnen hat hohe Akzeptanz, obwohl damit auch geringfügige Kosten für den / die MitarbeiterIn verbunden sind. Unsere ersten Erhebungen zeigten, dass zwei Drittel der registrierten MitarbeiterInnen das Angebot auch tatsächlich oft nutzen. Wir sind über die Nutzung des Fitnessangebotes in den ersten vier Monaten sehr erfreut und werden uns bemühen, in Zukunft noch mehr MitarbeiterInnen für diese gute Idee zu gewinnen.

*Mag.^a Karin Zettl-Wiedner
Physiotherapeutin, Klin.- & Gesundheitspsychologin, Leitende Therapeutin &
Koordination der ehrenamtl. MA
karin.zettl-wiedner@hausderbarmherzigkeit.at*

÷ Tagung „Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung“

Demografische und epidemiologische Entwicklungen, gesellschaftlicher Wandel, personelle und monetäre (sektorale) Ressourcenknappheit, ein neues Qualitätsverständnis und -bewusstsein bzw. wachsende Ansprüche, soziale Ungleichheit und neue bzw. gewandelte Gruppen von NutzerInnen / BewohnerInnen führen dazu, dass Gesundheitsförderung für ältere Menschen mit Langzeitpflegebedarf vermehrte Aufmerksamkeit zukommt.

Dieses wichtige Themenfeld wurde am 3. Dezember 2008 vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger im Rahmen der Tagung „Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung“ beleuchtet – veranstaltet gemeinsam mit der Bereichsleitung für Strukturentwicklung der Stadt Wien, dem Fonds Gesundes Österreich, dem Verein für Prophylaktische Gesundheitsarbeit und dem Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research. Dabei ging es um Perspektiven für die Entwicklung von Pflegeheimen, Altenwohneinrichtungen und mobiler Betreuung zu gesundheitsfördernden Lebenswelten. Eingebracht wurden Sichtweisen von ExpertInnen aus Pflegewissenschaft, Gesundheitsförderungsforschung, Soziologie und Ökonomie, und vor allem auch eine Fülle von Praxisbeispielen, in denen Ent-

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

wicklungen in Richtung gesundheitsförderlicher Lebenswelten für NutzerInnen (KlientInnen, BewohnerInnen), Angehörige und MitarbeiterInnen dargestellt wurden. Im Rahmen von Initiativen oder Projekten wird versucht, der verbliebenen Gesundheit älterer Menschen mit pflegerischem Unterstützungsbedarf verstärkte Aufmerksamkeit zu schenken. Die zentralen Fragen lauten: Wie können verbliebene Gesundheitsressourcen mobilisiert bzw. gefördert werden? Wie kann in Richtung größtmögliches gesundheitliches Wohlbefinden, größtmöglicher Autonomie und Lebensqualität, trotz und mit bestehenden Erkrankungen und Einschränkungen, gearbeitet werden?

Gerade der Fokus auf Gesundheit und Lebensqualität der NutzerInnen verlangt auch nach Aufmerksamkeit für die Personalsituation. Der zu beobachtende rapide Anforderungswandel (HeimbewohnerInnen werden immer älter, tendenziell kränker, auch dementer und generell pflegebedürftiger) erhöht die Gefahr von Gesundheitseinbußen, Stress, Burn-Out Syndrom etc. Ohne Unterstützung droht auch Gefahr für Arbeitsmotivation und Arbeitszufriedenheit, mittelfristig auch Personalknappheit bzw. eine Negativselektion in diesen Bereich hinein. Einige Konzepte werden hier bereits umgesetzt (z.B. im Rahmen von Organisations- oder Personalentwicklungsprozessen). Ebenso nicht zu unterschätzen ist die Bedeutung der Gesundheit der Angehörigen für die Situation der NutzerInnen. Im Rahmen der mobilen Betreuung sind Maßnahmen zum Erhalt der Gesundheit und Leistungsfähigkeit der informell Betreuenden bzw. Pflegenden zentral, z.B. in Form von kurzfristigen Entlastungsmöglichkeiten oder durch den Zugang zu zielgerichteter, relevanter Information (health literacy). Auch im Kontext der stationären Altenpflege fungieren sie häufig als wichtige Koproduzenten von Gesundheit der zu Pflegenden.

In einer abschließenden Podiumsdiskussion diskutierten VertreterInnen aus Verwaltung, Interessenvertretung und Trägereinrichtungen den Status-quo von Langzeitbetreuung und Gesundheitsförderung in diesem Setting, sowie mögliche Handlungsoptionen. Eine Forcierung einer systematischen – das heißt über Einzelmaßnahmen hinausgehenden – und nachhaltigen Implementierung einer präventiven und gesundheitsförderlichen Gesamtperspektive in allen Einrichtungen der Langzeitbetreuung wurde durchwegs als sinnvoll und wichtig gesehen.

Das große Interesse des Feldes, das sich durch die gut besuchte und positiv evaluierte Tagung zeigte, aber auch die referierten Darstellungen der aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen und der Herausforderungen für die Politik zeigen die Aktualität und Relevanz des Themas. Das Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research wird im Rahmen der Programmlinie „Gesundheitsförderung in der Langzeitbetreuung“ in den nächsten Jahren einen wissenschaftlichen Beitrag zur Weiterentwicklung leisten .

*Mag.^a Roswitha Müller, Univ.DoZ. Dr. Karl Krajic
(Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research)
roswitha.mueller@lbihr.lbg.ac.at*

÷ Nationales

÷ Länger arbeiten - Müssen, können oder wollen?!

Erhalt von Arbeitsfähigkeit über die gesamte Berufsdauer durch das Programm „Fit für die Zukunft – Arbeitsfähigkeit erhalten“

Wir leben heute länger als noch vor wenigen Jahrzehnten. Das ist eine der großen Erfolgsgeschichten der letzten 100 Jahre. Verantwortlich für diese positive Entwicklung sind die gesellschaftliche und wirtschaftliche Entwicklung der Industriestaaten, die Errungenschaften der Medizin, die Gesundheitssicherung und die Verbesserungen bei den Arbeitsbedingungen. Längeres Leben bei höherer Qualität ist also auch eine Erfolgsgeschichte der Arbeit. Dies spiegelt sich auch in den Altersstrukturen von Belegschaften wider.

Ein Projekt der



Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Die steigende Lebenserwartung kombiniert mit der Abnahme der Geburtenrate verändern die altersspezifische Zusammensetzung unserer Gesellschaft und der erwerbstätigen Bevölkerung. Im Jahr 2006 waren zwar 43,5% der EU-Bevölkerung zwischen 55 und 64 Jahre noch erwerbstätig, in Österreich allerdings lag die Erwerbsquote der 55-64 Jährigen bei 35,5% und Österreich damit an 19. Stelle unter den 27 EU-Mitgliedstaaten. Und, nur 15,3% der ÖsterreicherInnen zwischen 60 und 64 Jahren waren noch im Erwerbsleben im Vergleich zu 28% in der EU. 2006 gingen die ÖsterreicherInnen im Schnitt mit 58 Jahren in Pension. Die Verlängerung der Lebensarbeitszeit als politische Konsequenz ist ein heißes Thema und der demografische Umbau in Österreich erfordert ein Umdenken auf allen Ebenen, auf Ebene der UnternehmerInnen, der Führung, der Betroffenen und der Politik.

Aber ist es uns überhaupt möglich, länger zu arbeiten, ohne einen höheren Verschleiß oder Verschlechterung in Gesundheit? Kann Gesundheit und Arbeitsfähigkeit über die Berufsdauer erhalten bleiben, in welchen Berufsgruppen und durch welche Unterstützungsmaßnahmen?

Alle Untersuchungen zeigen deutlich, dass Arbeit alleine die Arbeitsfähigkeit nicht auf einem gleich guten Niveau erhält. Projekte in verschiedenen Unternehmen beweisen aber auch, dass alle Generationen und Menschen bis ins höhere Alter produktiv sein können, wenn die Arbeitsbedingungen entsprechend den Bedürfnissen wie Stärken in den einzelnen Lebensphasen gestaltet werden.

Mit Hilfe des Programms „Fit für die Zukunft - Arbeitsfähigkeit erhalten“ soll der Erhalt bzw. die Förderung von Arbeitsfähigkeit bei Berufstätigkeiten in besonders beanspruchenden Branchen wie bspw. dem Gesundheitsbereich unterstützt werden. Das Programm wird von PVA und AUVA getragen und zu 100% von diesen Trägern finanziert.

Im Gesundheitscluster nehmen die Caritas Socialis, das Haus der Barmherzigkeit, die Humanomed Gruppe, das Haus der Barmherzigen Schwestern (Vinzenzgruppe), die KAGES Stmk, das Rehabzentrum Großmain und das Unfallkrankenhaus Salzburg teil. Insgesamt wurden 22 Betriebe als Pilotbetriebe für das Programm gewonnen.

Das Programm verbindet wirtschaftliche Interessen mit gesundheitlichen und Lebensqualitäts-Interessen der ArbeitnehmerInnen. Denn Erhalt von Arbeitsfähigkeit bedeutet bessere Gesundheit, höheres Wohlbefindungsinteresse, positive Herausforderung und gute Lebensqualität und wirkt damit unmittelbar in den Berufs- wie Privatbereich. Jedes Jahr, das Menschen nicht in Erwerbsunfähigkeit verbringen müssen, ist ein persönlicher wie volkswirtschaftlicher Gewinn.

Unter starker Einbindung der MitarbeiterInnen der Einrichtungen mittels Interviews, Befragung mit dem Arbeitsbewältigungsindex Plus™, Gruppengesprächen und durch Arbeitsplatzanalysen wird untersucht, welche Faktoren in den Unternehmen Arbeitsfähigkeit behindern und fördern.

ExpertInnen entwickeln gemeinsam mit der Unternehmens-Projektsteuergruppe auf Basis der Analysen Maßnahmen zur Förderung von Arbeitsfähigkeit. Die Interventionen bzw. Unterstützungsmaßnahmen auf betrieblicher Seite setzen an Unternehmenskultur, Strukturen und Abläufen an und müssen so zielsicher sein, dass es gelingt, dass ArbeitnehmerInnen in ihren ganz spezifischen Arbeitsumgebungen (verschiedenen Tätigkeiten) gesund und arbeitsfähig bleiben können. Die gesetzten Maßnahmen werden im Laufe des vierjährigen Projektes zweimal evaluiert und gegebenenfalls entsprechend adaptiert. MitarbeiterInnen der Betriebe werden in den Pilot-Projekten auch erfahren, was sie selber tun können, um ihre Gesundheit und Arbeitsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern.

Insgesamt soll das Ziel von Erhaltung und Förderung von Arbeitsfähigkeit durch ein aktives und ganzheitliches Gesundheits- und Arbeitsfähigkeitsmanagement erreicht werden. Das bedeutet, dass Gesundheit, gesundes Älterwerden und Arbeitsfähigkeit zur strategischen Aufgabe von Führung wird, und dass an Verhältnissen wie Betriebskultur, Abläufen, Organi-

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

sation von Arbeit, Inhalten, Arbeitszeitmodellen gleichermaßen wie an individuellem Verhalten und Einstellungen angesetzt und gearbeitet wird.

Das Programm hat in den Betrieben Ende 2008 begonnen und die Gesamtergebnisse inklusive dem validierten Arbeitsbewältigungsindex Plus™ werden 2012 veröffentlicht werden und sollen dann als Standardprogramm Verbreiterung finden. Die 22 Pilotbetriebe sollen anderen Unternehmen in ihren Branchen Vorbild sein, Mut machen und zeigen, dass es sich lohnt in den Erhalt von Arbeitsfähigkeit zu investieren.

Weitere Informationen zum Programm:
Dr.ⁱⁿ Irene Kloimüller
irene.kloimueller@auva.at

÷ 14. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen (ONGKG)

Die 14. ONGKG-Konferenz, die zugleich auch die 3. Österreichische Konferenz Rauchfreier Gesundheitseinrichtungen ist, trägt heuer den Titel „Gesundheitsförderung für unterschiedliche Lebensphasen und kulturelle Bedürfnisse: Beiträge des Gesundheitswesens“ und findet vom 18.-19. Juni 2009 im Medizinisches Ausbildungszentrum am Allgemeinen Krankenhaus der Stadt Linz statt. Das Programm thematisiert Beiträge des Gesundheitswesens für die Gesundheitsförderung in unterschiedlichen Lebensaltern – von der frühen Kindheit und Jugend über die Erwerbsphase bis zum Alter. Besonderes Augenmerk wird dabei auf maßgeschneiderte Angebote für Personen mit spezifischen sozialen und kulturellen Bedürfnissen gelegt.

Gesundheitsförderung für Säuglinge, Kinder und Jugendliche

In der Schwangerschaft, bei der Geburt und während der Kindheit werden zentrale Weichen für die spätere Gesundheit gestellt. Wie können Gesundheitseinrichtungen Eltern und deren Nachwuchs in der bestmöglichen Gesundheitsentwicklung unterstützen? Wie müssen Angebote beschaffen sein, um an unterschiedliche kulturelle Bedürfnisse anschlussfähig zu sein? Und wie können sich Gesundheitseinrichtungen wirksam für Nichtraucherchutz und Rauchprävention im frühen Lebensalter engagieren?

Gesundheitsförderung für Menschen im Erwerbsalter

Während Säuglinge, Kinder und Jugendliche vielfach systematisch mit dem Gesundheitssystem in Kontakt kommen, nutzen Erwachsene Gesundheitseinrichtungen oft nur im Anlassfall. Welche Chancen für Gesundheitsförderung und Primärprävention ergeben sich daraus? Wie können Lebensstilinterventionen in die – oft kurzen – Kontakte mit Gesundheitseinrichtungen integriert werden? Wie könnten Kooperationen von Gesundheitseinrichtungen z.B. mit Betrieben und Freizeiteinrichtungen zusätzlich für eine breitere Wirksamkeit genutzt werden? Wie können die Angebote kultur- und gendersensibel gestaltet werden und auch soziale Randgruppen erreichen?

Gesundheitsförderung für SeniorInnen und Pflegebedürftige

Die immer älter werdende Bevölkerung und die abnehmenden sozialen und familiären Netzwerke lassen die Betreuung älterer Menschen zu einer immer größeren Herausforderung werden. Wie können Gesundheitseinrichtungen zur Erhaltung von Gesundheit, Selbständigkeit und Lebensqualität dieser Zielgruppe beitragen? Was ist für die Pflege von Menschen mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen wichtig? Und wie können Nichtraucherchutz und Rauchstopp-Interventionen in der Langzeitbetreuung umgesetzt werden?



14. Konferenz im AKh Linz

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Einführungs-Workshop im Vorfeld

Wie in den Vorjahren gibt es auch 2009 wieder die Möglichkeit, im Vorfeld der Konferenz einen Einführungs-Workshop zu Konzept und Umsetzung von Gesundheitsförderung in und durch Gesundheitseinrichtungen zu besuchen. Dieser Workshop richtet sich besonders an Personen, die zum ersten Mal eine ONGKG-Konferenz besuchen und / oder an Personen, die über eine intensivere Umsetzung von Gesundheitsförderung oder Rauchfreiheit in ihrer Einrichtung nachdenken. Bereits bei der Anmeldung besteht die Möglichkeit, spezifische thematische Interessen anzugeben.

Zielgruppen

Die Konferenz richtet sich wie jedes Jahr an VertreterInnen aller Gesundheitsberufe und aller Gesundheitseinrichtungen, an GesundheitspolitikerInnen und -verwalterInnen, an Gesundheitsförderungs- und QualitätsexpertInnen, OrganisationsberaterInnen und WissenschaftlerInnen mit Interesse an Konzept und Praxis der Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen. Das wissenschaftliche Programm und der begleitende soziale Rahmen bieten die Möglichkeit zum Kennenlernen neuer Ansätze und von Modellen guter Praxis, zum fachlichen Austausch, zur Präsentation eigener Projekte und Erfahrungen und zum Knüpfen persönlicher Netzwerk-Kontakte.

Beiträge, Anmeldung und aktuelle Programminformationen

Sie können bis 30. März 2009 ein Abstract einreichen. Für die Konferenz anmelden können Sie sich noch bis 11. Mai 2009. Weitere Informationen sowie die Onlineformulare für die Einreichung Ihres Abstract und der Link zur Online-Registrierung für die Konferenz finden Sie auf der Website des Österreichischen Netzwerkes Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen: www.ongkg.at

ONGKG-Geschäftsstelle
geschaeftsstelle@ongkg.at

÷ Internationales

÷ 17. Internationale Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen auf Kreta

Für alle, die Wissensaustausch und Netzwerken gerne mit einer angenehmen Umgebung verbinden, stellt die 17. Internationale Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen ein besonderes „Schmankerl“ dar: Die Konferenz wird vom **6.-8. Mai 2009** in **Hersonissos, Kreta**, stattfinden.

Die Konferenz mit dem Titel „Health Promoting Hospitals and Health Services without Walls: New services, new partnerships, new challenges for health promotion“ widmet sich der auch aus Gesundheitsförderungsperspektive steigenden Notwendigkeit koordinierter Kooperation zwischen unterschiedlichen Akteuren des Gesundheitswesens.

Programmschwerpunkte sind unter anderem

- Modelle gesundheitsfördernder Kooperation für bestimmte Zielgruppen
- Organisatorische Aspekte gesundheitsfördernder Kooperation zwischen Leistungserbringern
- Politische und ökonomische Voraussetzungen für eine gesundheitsfördernde Leistungserbringung.

Weitere Themen sind u.a. Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche in Gesundheitseinrichtungen, kulturelle Kompetenz in Gesundheitseinrichtungen und Rauchfreie Gesundheitseinrichtungen.

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

Beitragseinreichungen für die Konferenz sind leider keine mehr möglich. Sie können sich aber noch zur Konferenz anmelden, bis Mitte März sogar zum Frühbuchertarif. Alle Informationen zum Programm und zur Anmeldung finden sich im Internet unter:

<http://www.univie.ac.at/hph/creta2009/>

WHO Collaborating Centre for Health Promotion in Hospitals and Health Care
am Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research
hph.soc-gruwi@univie.ac.at

÷ Hinweise & Veranstaltungen

÷ Fachtagung: ArbeitsLeben ohne Sucht – Integration von Personen mit Suchterkrankung in den Arbeitsmarkt.

Eine Veranstaltung von AMS Österreich, Abt. Arbeitsmarktforschung und Berufsinformation, Caritas Österreich und abif am 20. März, 9-13.30h, in Wien. Programminhalte sind folgende:

- Sucht und Arbeitsmarkt: Ein Überblick in Zahlen - Mag.a Franziska Haydn, abif.
- Einmal süchtig, nie mehr Arbeit? Von den ersten Schritten einer langen Reise - DSA Wolfgang Kramer, Verein Dialog, Needles or Pins, Wien.
Alkohol im Rahmen der Arbeitsmarktintegration - Dr. Herbert Mayrhofer, MSc, Ärztlicher Leiter der Drogenberatungsstelle H.I.O.B. in Feldkirch.
- Podiumsdiskussion zum Thema

Anmeldung:
abif - analyse beratung und interdisziplinäre forschung
<http://www.abif.at/deutsch/anmeldung/formular.asp>

÷ Konferenz „Gesundheit fördert Beschäftigung“

Die Konferenz findet im Rahmen des Projektes (f)itworks am **24. März 2009** von 9.00-16.00h im Wappensaal des **Wiener Rathauses** statt.

Eröffnet wird die Konferenz von Mag. Albert Trattner (Geschäftsführer ÖSB Consulting GmbH – Veranstalterinstitution der Konferenz), Mag. Christoph Hörhan (Leiter Fonds Gesundes Österreich) und Mag.^a Sonja Wehsely (Stadträtin für Gesundheit und Soziales)

Im Rahmen der Konferenz werden folgende Aspekte beleuchtet und diskutiert:

- Gesundheitliche Beeinträchtigungen Arbeit suchender Menschen: Ursache oder Wirkung?
- Die gesundheitliche Situation langzeitbeschäftigungsloser Menschen in Wien
- Gesundheitsförderung im arbeitsmarktpolitischen Setting: Ansätze und Herausforderungen
- Möglichkeiten der Verzahnung von Gesundheits- und Beschäftigungsförderung
- Vernetzung als langfristige Strategie

Die Teilnahme an der Konferenz ist kostenlos, um Anmeldung, bis spätestens 15. März 2009, wird gebeten.

Anmeldung bei Maria Wiesinger, ÖSB Consulting GmbH
maria.wiesinger@oesb.at
Fax 0043-1-33 168 101

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

÷ 11. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz des Fonds Gesundes Österreich

„Wie gesund ist Österreich? Fakten und Folgerungen für die Gesundheitsförderung“
am Montag, 4. Mai 2009, im Congress Innsbruck

Die jährliche Gesundheitsförderungskonferenz des Fonds Gesundes Österreich, die jeweils im Frühsommer rotierend in einem anderen Bundesland abgehalten wird, hat sich mittlerweile als eines der zentralen Vernetzungsmeetings für Österreichs GesundheitsförderInnen etabliert.

Der Titel „Wie gesund ist Österreich?“ fragt einerseits nach dem Gesundheitszustand der ÖsterreicherInnen, stellt aber auch die Frage nach den Lebensbedingungen in Österreich im Sinne von „Wie gesund macht Österreich?“. Es geht also neben den Daten zu Gesundheit auch um Fakten zu den Gesundheitsdeterminanten, jenen Faktoren, welche die Gesundheit maßgeblich beeinflussen.

Schließlich wird es auch darum gehen, welche Strategien und Aktivitäten man daraus für die Gesundheitsförderung und (Gesundheits)-Politik ableiten kann und wie die relevanten Politikbereiche bereits in die Gesundheitsberichterstattung und die darauffolgenden Planungsprozesse einbezogen werden können.

Zu folgenden Themenbereichen werden Berichte, Studien und Daten(lücken) vorgestellt und daraus resultierende Empfehlungen diskutiert:

- Bedingungen zum Aufwachsen
- Soziale Sicherheit und Gesundheit
- Arbeitsbedingungen und arbeitsweltbezogene Gesundheitsberichterstattung
- Gute Rahmenbedingungen für gesunde Ernährung
- Gebaute Umwelt und Bewegung
- Impulse aus ausgewählten Gesundheitsberichten
- Integrierte Gesundheitsberichterstattung

*Fonds Gesundes Österreich
Homepage: www.fgoe.org*

Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen

Newsletter 10, 02 / 2009

÷ Weiterführende Informationen

- Allianz für Gesundheitsförderung in Wiener Spitälern, Pflegeeinrichtungen und Seniorenwohneinrichtungen: <http://www.allianz-gf-wien.at>
- Österreichisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen – ONGKG: <http://www.ongkg.at>
- WHO-Kooperationszentrum für Gesundheitsförderung in Krankenhaus und Gesundheitswesen, Wien: <http://www.hph-hc.cc>
- Deutsches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser: <http://www.dngfk.de>
- Schweizerisches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser: <http://www.healthhospitals.ch>
- Europäisches WHO-Regionalbüro für Integrierte Gesundheitsversorgung, Barcelona: <http://www.euro.who.int/healthpromohosp>
- Koordination des Internationalen Netzwerks Gesundheitsfördernder Krankenhäuser, WHO-Kooperationszentrum for Evidence Based Health Promotion in Hospitals, Kopenhagen: <http://www.healthpromotinghospitals.org>
- Internationale Arbeitsgruppe „Health promotion for children and adolescents in hospitals“: <http://who.collaboratingcentre.meyer.it>
- Internationale Arbeitsgruppe „Health promoting psychiatric health care services“: <http://www.hpps.net>
- Internationale Arbeitsgruppe „Migrant-Friendly Hospitals“: <http://www.mfh-eu.net>
- 18 Kernstrategien des Gesundheitsfördernden Krankenhauses – Dokument zum Herunterladen: <http://www.hph-hc.cc/Downloads/HPH-Publications/Working-Paper-HPH-core-strategies-draft041019.pdf>
- 5 Standards für Gesundheitsförderung im Krankenhaus: <http://www.euro.who.int/eprise/main/who/progs/hph/home>

IMPRESSUM:

Herausgeber:
Bereichsleitung für Strukturentwicklung, Wien

Redaktion:
÷ Mag.^a Ursula Hübel
÷ Hermann Schmied

Kontakt zur Redaktion:

gspwien.sociologie@univie.ac.at

www.allianz-gf-wien.at