

Newsletter 31, Juli 2020

Sehr geehrte Damen und Herren! Liebe Leserinnen und Leser!

Auch in dieser, für alle sehr herausfordernden Zeit, wollen wir Sie über aktuelle Informationen zu gesundheitsfördernden Aktivitäten und Veranstaltungen in und rund um Wien auf dem Laufenden halten.

Im Vorfeld der Erstellung des Newsletters haben wir dazu aufgerufen, für diese Ausgabe Erfahrungsberichte, Projekte und Informationen in Zusammenhang mit der Corona-Situation einzureichen. Wir waren uns zunächst nicht sicher, wie die Resonanz ausfallen würde. Angesichts der Vielzahl an unterschiedlichen Beiträgen die eingegangen sind, wurde schnell klar, dass die anfängliche zage Unsicherheit unbegründet war.

Viele der Beiträge, die Sie in dieser Ausgabe erwarten, zeigen auf, wie in den verschiedenen Einrichtungen mit der Situation umgegangen wurde und welche Lösungen für bis dato noch unbekannt Herausforderungen gefunden wurden. Aber auch Problemfelder werden sichtbar, die durch die Corona-Krise noch verstärkt werden.

Auch in der Wiener Allianz wurden situationsbedingt neue Wege beschritten und kurzerhand wurde ein virtueller Workshop geplant, um einen Austausch zu gesundheitskompetenter Kommunikation in Zeiten von Corona zu initiieren. In der Rubrik „Aktuelles aus der Allianz“ steht Ihnen eine Nachlese zum Workshop zur Verfügung.

Darüber hinaus erwartet Sie in diesem Newsletter eine ganze Bandbreite an verschiedenen Informationen zu laufenden und abgeschlossenen Initiativen und Projekten, bei denen mitunter Corona-bedingte Anpassungen erfolgt sind. Zum Abschluss finden sie eine Nachlese zur Wiener Selbsthilfe Konferenz, die dieses Jahr zum ersten Mal online stattfand sowie Hinweise zu weiteren interessanten Veranstaltungen.

Vielen Dank an alle, die mit Ihren Beiträgen diesen Newsletter ermöglicht haben!

Nun wünschen wir Ihnen 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	
Gesundheitskompetente Kommunikation in Zeiten von Corona	2
Gesundheitsförderung in Wien – Beispiele aus der Praxis	
Moderne Mitarbeiterkommunikation in Zeiten von Corona	2
Betriebliches Gesundheitsmanagement im AKH Wien	3
„Miteinander g'sund im Grätzel“	4
Plattform Demenzfreundliches Wien: Demenz geht uns alle an	5
„Gesund älter werden in Wien“	5
Gesundheitsförderung mit aromapflegerischen Interventionen	6
Angebote der PensionistInnenklubs für die Stadt Wien im Rahmen der Corona-Situation	7
Ein starker Partner an der Seite des KWP: Einbindung des Zu- und Angehörigenbeirates in die Krisenbewältigung	7
Corona-Krise als zusätzliche Last für Frauengesundheit	8
Nationales	
HB läuft 2020!	9
Möglichkeiten der Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung ohne physischen Kontakt	9
Betriebliche Gesundheitsförderung im Kontext der Arbeitswelt 4.0	10
Betriebliche Gesundheitsförderung der AUVA in Zeiten von Covid-19	11
ÖPGK-Checklisten Gute Gesundheitsinformationen	12
Covid-19-Informationsmaterialien für vulnerable Gruppen	13
Das Öffentliche Suizidpräventionsportal stellt sich vor	13
Magazin "Gesundes Österreich" neu erschienen!	14
Bericht: Wiener Selbsthilfe Konferenz 2020 erstmals online	14
Veranstaltungshinweise	15
Impressum	15



Gesundheitskompetente Kommunikation in Zeiten von Corona

Der erste virtuelle Austauschworkshop der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung fand am 26. Mai 2020 unter diesem Titel statt.

Gesundheitskompetenz und eine klare Kommunikation zwischen Angehörigen der Gesundheitsberufe sowie mit Patientinnen/Patienten, Bewohnerinnen/Bewohnern und deren Angehörigen sind eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit und für die Qualität der Gesundheitsversorgung. Die Situation rund um das Coronavirus stellte Gesundheitseinrichtungen – insbesondere auch in dieser Hinsicht – vor außergewöhnliche Herausforderungen.

Die Koordinationsstelle der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung nahm dies zum Anlass, kurzfristig einen virtuellen Austauschworkshop zu organisieren, um verschiedene Fragen zu dieser Thematik aufzugreifen und zu diskutieren. Neben fachlichen Inputs von Expertinnen und Experten gab es in Kleingruppen die Möglichkeit Inhalte zu vertiefen und eigene Erfahrungen auszutauschen.

Mit einer kurzen Präsentation zum Thema „**Gesundheitskompetenz und Kommunikation in Zeiten von Corona**“ führte Dr. Peter Nowak, Leiter der Abteilung Gesundheit und Gesellschaft an der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG), in das Hauptthema des Workshops ein.

In ihrem Beitrag zur „**Guten Gesundheitsinformation**“ erörtere Dr.ⁱⁿ Edith Flaschberger, die den gleichnamigen Schwerpunkt der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK) fachlich begleitet, was unter Guten Gesundheitsinformationen zu verstehen ist und welche Herausforderungen und Chancen sich daraus ergeben.

Als praktisches Beispiel für eine gut funktionierende Kommunikationslösung im Krankenhausalltag präsentierte Mag. Patrick Schlager die **Mitarbeiter-App** der Barmherzigen Brüder Wien (siehe auch den folgenden Beitrag im Newsletter).

In ihrem interaktiven Vortrag „**Gute Gesprächsqualität in der Krankenversorgung, Gesundheitsförderung und Prävention**“ gab Dr.ⁱⁿ Marlene Sator, fachliche Begleitung des ÖPGK-Schwerpunkts zur Guten Gesprächsqualität im Gesundheitssystem, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in kurzen Breakout-Sessions die Gelegenheit an das Gehörte anzuknüpfen und sich auszutauschen.

Als weiteres Praxisbeispiel berichtete Dr.ⁱⁿ Maria Kletečka-Pulker, Stv. Vorständin des Instituts für Ethik und Recht in der Medizin und Geschäftsführerin der Österreichischen Plattform Patientensicherheit, von „**Erfahrungen mit virtuellen Patientengesprächen: Videodolmetschen**“.

Was bei diesem sitz- und bildschirmlastigen Workshop-Format bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern besonders gut ankam, war die Körper und Geist aktivierende **Bewegungspause**, die von Christoph Wall, BA MA, Gesundheitsreferent der WiG, anschaulich angeleitet wurde.

Angela Kogler, die an der Medizinischen Universität Graz studiert und zu diesem Zeitpunkt ein Volontariat an der GÖG absolvierte, resümierte folgendermaßen: „*Der Workshop war unglaublich abwechslungsreich und spannend. Meine persönlichen Learnings aus dem Workshop waren, neben den generellen Informationen und aktuellen Herausforderungen betreffend Corona, dass Mitarbeiter/-innen und Patientinnen/Patienten gute Informationen und Gespräche brauchen, um die „Corona-Welt“*“
Newsletter 31, Juli 2020

zu verstehen. Zuhören, Information und Anleitung sind zentrale Aufgaben der Führung und aller Gesundheitsfachkräfte.“

Sämtliche Präsentationsfolien stehen zum Download auf der [Website der Wiener Allianz für Gesundheitsförderung](#) zur Verfügung.

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

Moderne Mitarbeiterkommunikation in Zeiten von Corona

Bereits seit November bietet das Bräuerkrankenhaus in Wien seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit der „BB2Go APP“ eine orts- und zeitunabhängige Kommunikationslösung an. Damit möchte das Krankenhaus mit ihrer auf mobile Endgeräte ausgerichteten Plattform gezielt bei der Mitarbeiterkommunikation während der Corona-Krise unterstützen. Ein eigener Covid-19-Kanal informiert rund 1.000 Mitarbeiter/-innen im Krankenhaus laufend und zeitnah über aktuelle Leitlinien und Sicherheitsbestimmungen.



Ein zentraler Kommunikationskanal hilft in der Krise

In den Zeiten von Schichtdiensten und Homeoffice ist schnelle, flexible und lückenlose Kommunikation wichtiger denn je. Alle hausinternen Entwicklungen und Entscheidungen rund um das Coronavirus bündelt die Mitarbeiter-App „BB2Go“ im Informationskanal „Corona-News“. Im Bereich „Infopoint“ gibt es zum Beispiel Informationen über aktuelle Leitlinien und Schulungsvideos. Änderungen am Dienstplan werden in Echtzeit mit allen geteilt und häufig gestellte Fragen mit der Community besprochen.

Schnelligkeit zählt

Ein wichtiger Vorteil der App „BB2Go“ ist die Möglichkeit, Push-Nachrichten zu versenden. Im Notfall erreichen besonders wichtige Informationen die Mitarbeiter/-innen auf ihrem Smartphone schneller als auf jedem anderen Kanal. Innerhalb der ersten Stunde lesen diese Nachrichten erfahrungsgemäß durchschnittlich 75 Prozent der Mitarbeiter/-innen.

In der aktuellen Situation ist unsere App ideal dazu geeignet, bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern den gleichen Informations- und Wissensstand sicherzustellen, da die Nachrichten schnell auf Mobiltelefone verteilt werden können, die jede/jeder bei sich trägt. Das beweist, wie wirksam die Informationsströme in Krisenzeiten mit App-Lösungen unterstützt werden können.

Nutzerzahl verdreifacht!

Die Corona-Krise hat der App in den vergangenen Tagen massiv Zulauf von Beschäftigten des Krankenhauses beschert: Gab es im Februar dieses Jahres rund 300 Nutzer/-innen, hat sich diese Zahl mittlerweile verdreifacht – Tendenz weiter steigend. Die Rückmeldungen der Kolleginnen und Kollegen aus den verschiedenen Berufsgruppen sind

mehr als positiv und auch die Mitarbeiter-Beteiligung ist extrem hoch. Die Aktivitäten unserer Mitarbeiter/-innen haben sich in dem kurzen Zeitraum seit Beginn der Pandemie verdreifacht. Mit der Einführung spezifischer Corona-Features haben wir sie in dieser schwierigen Zeit noch stärker unterstützen können.

Mag. Patrick Schlager
Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien
patrick.schlager@bbwien.at

Betriebliches Gesundheitsmanagement im AKH Wien – Medizinischer Universitätscampus im Zeichen der Corona-Pandemie

Als gemeinsames Zentrum des AKH Wien und der MedUni Wien setzen wir gezielte Maßnahmen, um Unfällen und Krankheiten vorzubeugen und die Gesundheit der Belegschaft bestmöglich zu erhalten und zu fördern.

Ein vielfältiges betriebliches Gesundheitsförderungsangebot zählt neben dem gesetzlichen Arbeitnehmer/-innenschutz und der Wiedereingliederung kranker Mitarbeiter/-innen zum Hauptfokus des Competence Centers für Arbeitssicherheit und Gesundheitserhaltung (CCAG), welches in der Direktion der Teilunternehmung AKH Wien angesiedelt ist. Zur Unterstützung unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter während der Corona-Pandemie haben wir unser vielfältiges Angebotsportfolio weiter ausgebaut und dieses innerhalb kürzester Zeit um eine IT-gestützte Variante der Beratung ergänzt.

Um die individuelle Gesundheitskompetenz zu stärken, werden seit Beginn der Pandemie in regelmäßigen Aussendungen wertvolle Gesundheitsinformationen für zwei definierte Zielgruppen, nämlich jenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vor Ort und jenen, die sich in Telearbeit befinden, zur Verfügung gestellt. Beide Zielgruppen sind mit unterschiedlichsten Herausforderungen konfrontiert und benötigen somit einen individuellen Input, um gut durch die Krise zu kommen (z. B. Unterstützung im Umgang mit Belastungen und Stress im Arbeitsumfeld, Gesundes Essen am Arbeitsplatz trotz Einschränkungen, Alternativen zu öffentlichen Verkehrsmitteln im Arbeitskontext, Tipps und Tricks rund um Homeoffice und den geänderten (Arbeits-)Alltag mit Kindern, Psychohygiene etc.)...

Um die in der Zeit von Corona entfallenen hausinternen (Gruppen-) Sportangebote bestmöglich zu kompensieren, wurde zudem ein Online-Sportangebot für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geschaffen (z. B. Rückenfit-Training, Yoga, Pilates, Total Body Workout etc.).

Im Bereich der Arbeitsmedizin und dem Schutz der Sicherheit und Gesundheit von Mitarbeiter/-innen wurden besondere Schwerpunkte auf die Hygienerichtlinien, die Ausstattung der Belegschaft mit Schutzausrüstung und den Mutterschutz gelegt. Es werden zahlreiche arbeitsmedizinische Begutachtungen von Arbeitsplätzen durchgeführt, mit dem Ziel der Verfassung von Stellungnahmen und Empfehlungen in diesen Bereichen.

Außerdem stehen Arbeitsmedizinerinnen und Arbeitsmediziner für Fragen rund um das Thema Grunderkrankungen und erhöhtes Risiko an

Covid-19 zu erkranken zur Verfügung. Durch ein niederschwelliges direktes Beratungsangebot können Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesundheitliche Belange besprechen, um in Zeiten großer Unsicherheit mehr Klarheit zu erlangen. Durch diese Maßnahmen hat die Arbeitsmedizin einen wesentlichen Beitrag geleistet, um Unsicherheiten in der Belegschaft in Bezug auf Covid-19 zu reduzieren und durch den arbeitsmedizinischen Input Handlungsanleitungen und Empfehlungen auszusprechen, die dem jeweils aktuellsten Wissensstand entsprechen.

Außerdem bearbeiten unsere Arbeitsmedizinerinnen und -mediziner als führende Expertinnen und Experten auch diverse fachliche Anfragen von Betriebsärztinnen und -ärzten anderer Unternehmen und geben entsprechend den Anforderungen ihr umfangreiches Know-how weiter.



© AKH Wien

Als weiterer Schwerpunkt wurde ein psychosoziales Beratungs- und Unterstützungsnetzwerk aufgebaut, welches sowohl von Bediensteten des AKH Wien, als auch von jenen der MedUni Wien in Anspruch genommen werden kann. Das breitgefächerte Angebot bietet unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern rasch und unbürokratisch vertrauliche Entlastungsgespräche durch Arbeitspsychologinnen, Klinische Psychologinnen und -psychologen und Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Da dieser Service je nach Bedarf und Möglichkeit telefonisch oder auch IT-gestützt in Anspruch genommen werden kann, steht das Angebot auch allen im Homeoffice befindlichen Kolleginnen und Kollegen zur Verfügung.

Vielfältige Themen wie z. B. der Umgang mit persönlichen Sorgen in Zusammenhang mit Covid-19, der professionelle Umgang mit Patientinnen und Patienten, oder auch Konflikte am Arbeitsplatz können so vertraulich und in einem professionellen Rahmen besprochen werden. Diese Gespräche verfolgen das Ziel der Entlastung und Begleitung durch die schwierige Zeit der Corona-Pandemie unter Berücksichtigung individueller Herausforderungen und Belastungen.

Darüber hinaus wurde die Möglichkeit zu psychotherapeutischer Krisenintervention für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und Angehörige in Form telemedizinischer Gespräche geschaffen. Durch eine enge hausinterne multiprofessionelle Vernetzung unter Beteiligung von CCAG, strategischer Personalentwicklung, Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie sowie der Universitätsklinik für Psychoanalyse und Psychotherapie konnte diese Initiative für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in kürzester Zeit ins Leben gerufen werden.

Ao.Univ.Prof. Dr.med.univ. Richard Crevenna, MSc MSc MBA
Competence Center für Arbeitssicherheit und Gesundheitserhaltung
post_akh_dtu_ccag@akhwien.at

„Miteinander g'sund im Grätzel“

Was brauche ich, damit ich mich wohlfühle? Wie wirkt sich ein gutes Miteinander auf meine Gesundheit aus? Was kann ich selbst tun, um mein Grätzel zu einem Wohlfühlort zu machen? Seit 2010 liefert das Programm „Gesunde Bezirke“ der Wiener Gesundheitsförderung auf derartige Fragen nicht nur Antworten, sondern motiviert auch zur Eigeninitiative.

Als Wohn-, Freizeit- und Arbeitswelten sind die Bezirke wesentlich für die Gesundheitschancen der Wienerinnen und Wiener. Einerseits gestalten die Rahmenbedingungen und die Lebensqualität der Bezirke andere Lebenswelten wie Schulen und Betriebe mit. Andererseits sind über Organisationen auf Bezirksebene Menschen erreichbar, zu denen es sonst kaum einen strukturierten Zugang gibt – denen aber aus gesundheitsbezogener Sicht besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden muss. Es sind dies z. B. ältere oder nicht erwerbstätige Personen, Kleinkinder oder Gruppen sozial Benachteiligter.

Für die Wiener Gesundheitsförderung gehört das kommunale Setting seit der Etablierung des Programms „Gesunde Bezirke“ im Jahr 2010 zu einem Schwerpunkt für die Umsetzung von Gesundheitsförderungsaktivitäten. Ziel des Programms ist, dass die Menschen in ihrem unmittelbaren Lebensbereich erleben und spüren, wie sie sich schon durch kleine Änderungen wohler und gesünder fühlen.

Gemeinsam mit Bezirksvorstehungen und Partnereinrichtungen setzt die Wiener Gesundheitsförderung in den Bezirken Leopoldstadt, Margareten, Mariahilf, Favoriten, Rudolfsheim-Fünfhaus, Ottakring, Brigittenau, Floridsdorf und Donaustadt gesundheitsfördernde Aktivitäten um – aktuell zu den Schwerpunkten „Gesunde Jugendliche“ und „Gesunde Nachbarschaft“.

Bei „Gesunden Jugendlichen“ ansetzen

Gesundheitsförderndes Verhalten muss bereits in jungen Jahren vermittelt werden. Beim Schwerpunkt „Gesunde Jugendliche“ wird daher für 12- bis 19-Jährige in sieben Bezirken die City Challenge, eine über die App Actionbound gestützte Tour zu den gesunden Seiten des Bezirks angeboten. Im Rahmen der Jugendgesundheitskonferenzen können sich Jugendliche in zwei Bezirken mit selbst gewählten Gesundheitsthemen beschäftigen und eigene Ideen entwickeln.



© WiG – Christopher Klettermayer 1

Soziales Netz in der „Gesunden Nachbarschaft“ stärken

Im Schwerpunkt „Gesunde Nachbarschaft“ soll das Miteinander am Wohnort gestärkt werden. Soziale Beziehungen und ein funktionieren-

des soziales Netz sind wichtig für die seelische und körperliche Gesundheit. Die Aktivitäten sollen die Gemeinschaft in der Nachbarschaft fördern und mehr Identifikation mit dem Wohnumfeld bringen.

Im Zuge der Corona-Pandemie wurde mit dem Grätzel-Telefon ein neues Angebot für die Bewohner/-innen in ausgewählten Grätzeln der Programmbezirke ins Leben gerufen. Es richtet sich insbesondere an Menschen, die stark zurückgezogen leben müssen und auf der Suche nach Unterstützung im nahen Wohnumfeld sind. Das Grätzel-Telefon dient auch als Drehscheibe für alle weiteren Angebote und Aktivitäten in der Stadt und bietet den Bewohnerinnen und Bewohnern eine gute Möglichkeit, mit dem Team der „Gesunden Nachbarschaft“ in Kontakt zu treten.

Mitmach-Angebote im Grätzel

„Gesundheit erleben – einfach mitmachen!“ ist ein neues Element des Programms und soll die breite Bevölkerung der Programmbezirke für die Schwerpunktthemen der Wiener Gesundheitsförderung – Bewegung, seelische Gesundheit und Ernährung – sensibilisieren. Den Beginn machen 2020 kostenlose Bewegungsangebote im öffentlichen Raum – für alle zugänglich.



© Caritas Stadtteilarbeit

Gesundheit aktiv mitgestalten und eigene Ideen fürs Grätzel umsetzen

Unter dem Motto „Ihre Gesunde Idee für den Bezirk!“ unterstützt die Wiener Gesundheitsförderung weiterhin Ideen, die zu einem gesünderen Grätzel beitragen. Es geht vor allem darum, die Bewohner/-innen zu begleiten, wenn sie selbst aktiv werden und kleine Projekte in den Bereichen gesunde Lebenswelten, Bewegung, Ernährung und seelische Gesundheit ins Leben rufen möchten.

Je nachdem wie umfassend die Idee ist und von wem sie eingereicht wird – zwei Privatpersonen oder einem Verein, einer Organisation – unterstützt die Wiener Gesundheitsförderung im Rahmen von Grätzel- und Kooperationsinitiativen bei der Umsetzung, auch durch die Finanzierung von Sachkosten. Mehr Information zum Programm „Gesunde Bezirke“ und zu den Möglichkeiten im Rahmen von „Ihre Gesunde Idee für den Bezirk!“ erhalten Sie hier: www.gesundebezirke.at oder www.gesunde-idee.at

Mag.^a Martina Roch, MA
Wiener Gesundheitsförderung – WiG
martina.roch@wig.or.at

Demenz geht uns alle an – Motto der Plattform Demenzfreundliches Wien

In Wien leben mehr als 30.000 Menschen mit Demenz – die Tendenz ist aufgrund der Alterspyramide steigend. Um den Bedürfnissen aller Wienerinnen und Wiener gerecht zu werden, hat die SeniorInnenbeauftragte der Stadt Wien, Dr.ⁱⁿ Susanne Herbek, gemeinsam mit ihrem Team bereits 2018 das Netzwerk Demenzfreundliches Wien ins Leben gerufen. Rund 50 Organisationen und 15 Wiener Bezirke stehen zur gemeinsamen Idee, Wien demenzfreundlicher zu machen. In der Zwischenzeit hat sich das Demenzfreundliche Wien zu einer starken Plattform entwickelt.



Mei Hirn is ned deppad



Demenz ist Teil unseres Alltags und überall anzutreffen: im Freundeskreis, in der Familie, in der Nachbarschaft und natürlich auf Ämtern und im Grätzel.

Durch die Bewusstseinsmachung, die Sensibilisierung der

Bevölkerung und auch die Schulung von Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern in öffentlichen Stellen lässt sich im täglichen Miteinander auf herausfordernde und ungewohnte Situationen passend reagieren.

Genau daran arbeiten seit 2018 Organisationen und Wiener Bezirke im Demenzfreundlichen Wien zusammen. Das Netzwerk ist mittlerweile auf 50 Organisationen und 15 Wiener Bezirke gewachsen und hat im Mai 2020 den Schritt zur Plattform vollzogen. Aufgrund der aktuellen Covid-19-Pandemie konnte das Büro der SeniorInnenbeauftragten der Stadt Wien die offizielle Feier zum Start der Plattform nicht wie geplant abhalten. Nichtsdestotrotz können Organisationen, Institutionen, Unternehmen, Bezirke und auch Personen ab sofort offiziell und kostenlos Mitglied im Demenzfreundlichen Wien werden. Die Plattform bietet ihren Mitgliedern Zugang zu Projekten und Angeboten, Informationen, und den Austausch zwischen demenzfreundlichen Initiativen.

Die Mitglieder treten zusammen stärker unter dem Dach Demenzfreundliches Wien nach außen auf, bekennen sich mittels Charta noch verbindlicher zu den gemeinsamen Visionen und Zielen.

Mit Sprüchen auf Postkarten und Aufklebern sorgt das Demenzfreundliche Wien für Aufmerksamkeit und Sichtbarkeit. Damit sollen Tabus gebrochen und der gesellschaftliche Dialog gefördert werden.

Großes Engagement in den Wiener Bezirken

Mit dabei beim Demenzfreundlichen Wien sind Betroffenen-, Angehörigen-, Pflege- und Betreuungsorganisationen und Bildungsinstitutionen, sowie öffentliche Stellen wie Wiener Linien, Wiener Wohnen, Universität Wien und Polizei. Auch mehr als die Hälfte aller Wiener Bezirke ist dabei und leistet mit einer Vielzahl an Aktivitäten im Grätzel einen wichtigen Beitrag. Eines der großen Vorhaben ist es, alle 23 Wiener Bezirke für die Plattform Demenzfreundliches Wien zu gewinnen.

Alle Informationen zur Plattform, umfassende FAQs und Wissenswertes zur kostenlosen Mitgliedschaft gibt es auf www.senior-in-wien.at/p/demenzfreundliches-wien.

Die Plattform Demenzfreundliches Wien in Zeiten von COVID-19

Gerade in Zeiten der COVID-19-Pandemie sind Netzwerkaktivitäten wie Kontakthalten mit den Plattformpartnerinnen und -partnern, Menschen und ihre Anliegen weiterzuvermitteln sowie relevante Informationen bereitzustellen, besonders wichtig. Auf die neuen Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen wurde umgehend reagiert und das Informations- und Serviceangebot digital und virtuell angepasst bzw. neu konzipiert.

- So gestaltet die Caritas etwa Webinare, individuelle Beratungen und telefonische Gruppentreffen.
- Der Verein Promenz organisiert Kontaktrufe, betreibt ein Online-Café und hält telefonische Gesprächsgruppen ab.
- Durch die digitale Umstellung kann auch ein praxisnaher Kurs rund um Hygiene, Pflege und psychische Betreuung des Österreichischen Roten Kreuzes abgehalten werden.

Die Kommunikation mit von Demenz Betroffenen ist eine sensible Angelegenheit. Oftmals auftretende Erinnerungslücken und Orientierungslosigkeit erfordern eine besondere Aufmerksamkeit bei der Kommunikation übers Internet oder Telefon.

- Speziell dafür haben Alzheimer Austria oder auch der Verein Achtsamer Achter, Handlungsempfehlungen für Videokonferenzen und auch einen Leitfaden für die Telefonkommunikation mit Menschen mit Demenz erstellt.

Motivation und Inspiration für die eigene Freizeitgestaltung

Die Einschränkungen durch das Coronavirus waren und sind eine große Herausforderung. Um die Zeit in den eigenen vier Wänden angenehm und abwechslungsreich zu gestalten, zeigt die Website des Büros der SeniorInnenbeauftragten der Stadt Wien eine [Vielzahl an gesammelten Veranstaltungstipps](#). Unterhaltung, Kunst, Kultur, Sport kann zuhause im eigenen Wohnzimmer erlebt werden. In der Liste finden sich auch zahlreiche Links zu Hilfe- und Unterstützungsleistungen.

Mag.^a Julia Fleischmann, MA
Fonds Soziales Wien
julia.fleischmann@fsw.at

„Gesund älter werden in Wien“

Das Projekt zum Empowerment vulnerabler Seniorengruppen zeigt positive Wirkung.

Nach 27 intensiven Monaten endete im Jänner 2020 das Projekt „Gesund älter werden in Wien“. Die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass mit diesem Projekt der Wiener Gesundheitsförderung ein wesentlicher Beitrag zur gesundheitlichen Chancengerechtigkeit im Alter geleistet werden konnte.

„Mir hat es die Augen geöffnet, ich habe neue Orte, Leute und Aktivitäten kennengelernt“, freute sich eine „Grätzel-Café“-Teilnehmerin. Das Projekt „Gesund älter werden in Wien“ der Wiener Gesundheitsförderung fokussierte insbesondere auf jene benachteiligten Seniorinnen und Senioren, die bisher durch Angebote und Einrichtungen in der Stadt schlecht erreicht wurden und daher besonders von gesundheitsfördernden Aktivitäten profitieren sollten. Wichtigste Drehscheibe waren die 14-tägigen „Grätzel-Cafés“ in neun Wiener Gemeindebezirken. Sie boten niederschwellig die Möglichkeit, sich in einem barrierefreien Raum zu treffen, neue Kontakte zu knüpfen, sich über verschiedenste Themen

auszutauschen, Beratung in Anspruch zu nehmen und bestehende Angebote in der Stadt kennenzulernen.

Partizipation und Empowerment

Die „Grätzel-Cafés“ waren aber nicht als Orte des Kaffeeklatsches zu verstehen – Mitbestimmung wurde bei diesem Projekt groß geschrieben. Die älteren Menschen wurden ermutigt und ermächtigt, das Konzept mitzugestalten: Zu Beginn teilten sie in Stadtteilbegehungen und Fokusgruppen ihr Wissen über den eigenen Wohnbezirk und zeigten Bedarfslagen auf. Später gestalteten sie die inhaltlichen Schwerpunkte. So wurden z. B. Vorträge zu gesunder Ernährung, Diabetes, Demenz und Sicherheit organisiert und Angebote für Körper und Geist umgesetzt – wie Gedächtnistraining, Qi Gong, Kreistänze, Exkursionen und Führungen. Einige Teilnehmer/-innen hielten sogar selbst Vorträge oder setzten Kleinprojekte um – dabei wurden sie von der Wiener Gesundheitsförderung beraten und bei anfallenden Sachkosten finanziell unterstützt.



© Andrew Rinkhy

Gesunde Wirkung

Die Evaluierung zeigte, dass insbesondere „schwer erreichbare“ Gruppen gewonnen werden konnten: Ein Drittel der Teilnehmer/-innen hat erstmals seit Pensionsantritt an einer Gruppenaktivität teilgenommen. Jeweils rund die Hälfte berichtete über ein geringes Einkommen oder von körperlicher Einschränkung. Knapp ein Viertel hatte eine andere Muttersprache als Deutsch.

Die Seniorinnen und Senioren waren in sehr hohem Ausmaß mit den Angeboten zufrieden und brachten sich aktiv (78 Prozent der Teilnahmen) oder gestaltend (26 Prozent der Teilnahmen) ein. Neun von zehn Personen würden auch zukünftig ähnliche Angebote nutzen wollen.

Auswirkungen auf gesundheitliche Dimensionen wurden bei jenen Personen untersucht, die – bspw. als Multiplikatorinnen/Multiplikatoren – eng an das Projekt angebunden waren. Sie haben berichtet, dass sie sich insgesamt gesünder fühlen. So sind 68 Prozent zufriedener, 61 Prozent glücklicher und 56 Prozent bewegen sich mehr. Auch die soziale Teilhabe konnte gesteigert werden: 85 Prozent haben neue Kontakte geknüpft, 71 Prozent fühlen sich aktiver, 62 Prozent treffen mehr Menschen und 50 Prozent haben neue Freunde und Freundinnen gewonnen.

Außerdem wurden Auswirkungen auf die Gesundheitskompetenz festgestellt. So fällt es 84 Prozent leichter, Informationen über gesundheitsfördernde Verhaltensweisen wie Bewegung und gesunde Ernährung zu finden.

Nachhaltigkeit

Besonders erfreulich im Sinne der Nachhaltigkeit: Das Grätzel-Café im 4. Bezirk wird seit September 2019 durch den Kooperationspartner Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser fortgesetzt, weitere Standorte sollen folgen.

Mehr Informationen zum Projekt: wig.or.at/gesund-aelter-werden-in-wien

„Gesund älter werden in Wien“ wurde zwischen November 2017 und Jänner 2020 von der Wiener Gesundheitsförderung in neun Wiener Gemeindebezirken (3., 4., 7., 9., 11., 12., 14., 17. und 23.) umgesetzt und aus Mitteln des Landesgesundheitsförderungsfonds finanziert. Dieser wurde von der Sozialversicherung und der Stadt Wien im Zuge der Gesundheitsreform eingerichtet. Für die Umsetzung der Maßnahmen waren Wiener Sozialdienste, Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren, queraum. kultur- und sozialforschung und Universität Wien verantwortlich. Das Projekt wurde von der FH Campus Wien, Department Pflegewissenschaften, evaluiert.

Mag.^a Ursula Hübel
Wiener Gesundheitsförderung – WiG
ursula.huebel@wig.or.at

Gesundheitsförderung mit aromapflegerischen Interventionen

Im Haus Pflege Leopoldstadt wurde 2016 Aromapflege implementiert und seither laufend ergänzt. Mit der Weiterbildung „Komplementäre Pflege – Aromapflege“ der Mitarbeiterinnen DGKP Girsch und DGKP Lazarevic wurden Anwenderbeobachtungen im Rahmen mehrerer Projekte durchgeführt, um Daten, Zahlen und Fakten zu erheben. Aromapflegerische Anwendungen werden gezielt individuell angepasst angewendet, sowohl nach § 14 in den pflegerischen Kernkompetenzen als auch nach § 15 in Absprache mit den Ärztinnen und Ärzten. Wir orientieren uns an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der interdisziplinären Psychoneuroimmunologie, welche sich mit dem Zusammenspiel von Psyche, Nervensystem, Immunsystem und den Wechselwirkungen des Hormonsystems beschäftigt. Bereits 1974 konnte der Psychologe Robert Adler experimentell nachweisen, dass das Immunsystem mit dem zentralen Nervensystem zusammenarbeitet und lernen kann.

Durch die gewonnenen Grundlagen werden Erklärungen möglich, warum sich psychologische und psychotherapeutische Prozesse nachweisbar auf körperliche Funktionen auswirken (Psychosomatik). Im Mittelpunkt steht die Wirkung der Psyche auf das Immunsystem, z. B. warum Stress Immunfaktoren negativ beeinflussen kann.

Gesundheitsförderung für Bewohnerinnen und Bewohner

Für unsere Bewohnerinnen und Bewohner werden aromapflegerische Interventionen individuell je nach Bedarf gesetzt. Keimhemmende ätherische Öle können in Form von Raumbeduftung eingesetzt werden, um die Raumluft zu desinfizieren. Für den Erhalt des physiologischen Hautbildes werden 100 Prozent naturreine, fette Pflanzenöle eingesetzt. Zur Steigerung des Wohlbefindens, der Lebensqualität, zur Förderung der Gesundheit und zur Stärkung des Immunsystems werden unterschiedliche Anwendungen in Form von Teil- und Vollbädern, Einreibungen,

Streichungen, Wickeln und Kompressen durchgeführt. Besonderes Augenmerk wird auf die Qualität der ätherischen Öle, fetten Pflanzenöle und Aromafertigprodukte sowie auf individuelle Duftvorlieben und Hautverträglichkeit gelegt. Zusätzlich werden Duftmeditationen, Duftreisen, Wellnessnachmittage, Aktivierungsrunden und Riechtraining insbesondere für demenziell Erkrankte angeboten.

Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Der Erhalt der Gesundheit, sowie Stress- und Burnoutprophylaxe für die Mitarbeiter/-innen unseres Hauses liegt uns sehr am Herzen. Einzelberatungen finden regelmäßig und zusätzlich nach Bedarf statt. Vorschläge zur Erhaltung der Gesundheit, Stärkung des Immunsystems, Maßnahmen nach einem stressreichen Dienst oder Möglichkeiten bei Muskelverspannungen werden vorgestellt. Im Dienst können Duftflckerl, Inhalierstifte oder mit Aromaöl betupfte Anhänger zum Einsatz kommen. Bei Verspannungen können fertige Aromapflegeprodukte auf die betroffenen Stellen aufgetragen werden. Nach einem arbeitsreichen Tag helfen entspannende Bäder oder Fußbäder mit stresslösenden ätherischen Ölen, warme Kompressen, Bauchstreichungen und vieles mehr. Zur Stärkung des Immunsystems werden Beratungen durchgeführt, Maßnahmen werden individuell vorgeschlagen, z. B. Fitnessdrinks mit Leinöl, Sanddornfruchtfrischdrink oder eine Frühjahrskur mit Brennesseltee und Leberdunstwickel. Des Weiteren sind Gesundheitsvorträge für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geplant, welche aufgrund der aktuellen COVID-19-Situation verschoben werden mussten.

Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind Grund-, Aufbau- und Schwerpunktschulungen (z. B. Aromapflege bei Demenz, Aromapflege in der Palliativpflege) in Vorbereitung, um den qualitativ hochwertigen flächendeckenden Einsatz der Aromapflege zu gewährleisten.

DGKP Ivana Lazarevic und DGKP Sonja Girsch
Pflege Leopoldstadt
ivana.lazarevic@gesundheitsverbund.at
sonja.girsch@gesundheitsverbund.at

Angebote der PensionistInnenklubs für die Stadt Wien im Rahmen der Corona-Situation

Um in der Zeit, in der die PensionistInnenklubs aus Sicherheitsgründen geschlossen bleiben, trotzdem für unsere Zielgruppe da zu sein, war und ist unsere Kreativität gefordert. Um mit den eingeschriebenen Klubbesucherinnen/-besuchern Kontakt zu halten und bedarfsorientiert informieren können, liefern unsere Leitungen bei groß angelegten Telefonaktionen heiß. Auf Radio Orange sind wir mit einem eigenen Wunschkonzert für Seniorinnen und Senioren auf Sendung, um alt bekannten Melodien zu lauschen und gegenseitig Grüße auszurichten (jeden Freitag ab 14:00 Uhr auf Radio Orange 94.0).

Damit die Seniorinnen und Senioren sich untereinander austauschen und gemeinsam an Aktivitäten teilnehmen können, wurde nun auch endlich das Internet für unser neues digitales Angebot erobert! Seit 20. April 2020 treffen wir uns Online und bieten über die Plattform Zoom Yoga, Meditation, Gymnastik, Salsa, Cha-Cha-Cha und vieles mehr – das An-

gebot wächst. Alles, was dafür benötigt wird, ist eine stabile Internetverbindung sowie ein Smartphone, ein Tablet oder einen Computer. Das Angebot ist einfach und ohne Voranmeldung in Anspruch zu nehmen. Zehn Minuten vor Beginn der Einheit kann man sich bereits über den Zoom-Link in die Videokonferenz einwählen.

Der aktuelle Stundenplan und eine Beschreibung, um am Zoom-Meeting teilzunehmen ist hier einsehbar: <https://www.pensionistInnenklubs.at/content/mitmachen-neues-online-klubprogramm>.

Selbst vor den Häusern zum Leben machen die Mitarbeiter/-innen der PensionistInnenklubs nicht halt. Mit dem Format „Unterhaltung im Garten“ ist auch der vorgeschriebene Sicherheitsabstand kein Problem mehr. Somit kommen die Bewohner/-innen in den Genuss von Gartenkonzerten und Gymnastikeinheiten, denen man entweder vom Balkon aus oder direkt im hauseigenen Garten beiwohnt.

Somit sind wir auch aus der Ferne auf ganzer Ebene für die Pensionistinnen und Pensionisten der Stadt Wien da und machen auch aus dieser herausfordernden Situation eine gute neue Zeit.



PensionistInnenklubs der Stadt Wien
pk@kwp.at

Ein starker Partner an der Seite des KWP – Einbindung des Zu- und Angehörigenbeirates in die Krisenbewältigung

Basierend auf den guten Erfahrungen Mitarbeiter/-innen und Bewohner/-innen in die Unternehmensentwicklung einzubinden, hat sich das Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP) im Jahr 2019 entschieden, einen weiteren Schritt zu gehen und auch Zu- und Angehörige nachhaltig daran teilhaben zu lassen. Ein bislang beispielloses Vorhaben zum Thema Partizipation!

Im Herbst 2019 wurden alle Menschen, die den rund 9.000 Bewohnerinnen und Bewohnern als Zu- bzw. Angehörige nahestehen, eingeladen, sich für einen zentralen Zu- und Angehörigenbeirat – kurz ZAB – zu bewerben. Entstanden ist ein Gremium aus 34 Personen, dessen Zusammensetzung sich an den Dimensionen der Diversität orientiert.



Mitglieder des ZAB mit Mag.^a Gabriele Graumann, Geschäftsführerin des KWP

Der ZAB agiert nicht auf Hausebene, sondern gestaltet als zentrales Gremium die Weiterentwicklung des gesamten Unternehmens mit. Seit Anfang 2020 steht der ZAB dementsprechend im direkten Austausch mit der Geschäftsleitung, diskutiert mit dieser über strategische Belange und soll in Projekte und Prozessentwicklungen eingebunden werden. Der ZAB bringt ebenso eigene Themen ein und vertritt die Interessen der Zu- und Angehörigen – selbstverständlich im Sinne der Bewohner/-innen. Die Funktion ist ehrenamtlich und unentgeltlich.

Natürlich wurde auch die Entwicklung des ZAB stark durch den Ausbruch der Corona-Krise beeinflusst. Geplante Arbeitstreffen, die diesem Gremium das Onboarding und das gegenseitige Kennenlernen erleichtern sollten, konnten ab Mitte März nicht stattfinden. Zusätzlich waren die Beiräte als Zu- und Angehörige oftmals selbst sehr belastet.

Für das KWP hatte der Schutz der Bewohner/-innen und Mitarbeiter/-innen während der gesamten Pandemie oberste Priorität. Entsprechende Maßnahmen gegen eine Ausbreitung wurden umgehend umgesetzt. Zugleich stiegen die Angst vor dem Virus und die psychische Belastung bei allen Betroffenen.



Ein Bild aus Zeiten vor Corona: Arbeitstreffen des ZAB mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des KWP

Genau in diesem Spannungsfeld etablierte sich der ZAB zu einem höchst wertvollen Partner an der Seite des KWP. Durch seine persönliche Betroffenheit auf der einen und seine starke Verbundenheit mit dem gesamten Unternehmen auf der anderen Seite gelang es dem Beirat, einen wesentlichen Beitrag zur positiven Krisenbewältigung zu leisten. Der ZAB engagierte sich in dieser Krise jedenfalls für das „große Ganze“, gleichermaßen standen für die Mitglieder das Wohl und der Erhalt der psychischen Gesundheit der „eigenen“ Bewohner/-innen an oberster Stelle.

Durch die Einbindung des ZAB erhielt das Unternehmen vor allem in der Kommunikation positive Unterstützung. In den Monaten April und Mai wandte sich der ZAB in zwei selbst verfassten Briefen direkt an alle Bewohner/-innen, ebenso an alle Zu- und Angehörigen. Inhaltlich appellierte der Beirat, sich zum eigenen sowie zum Schutz der Hausgemeinschaften an die so wichtigen Rahmenbedingungen zu halten. Zusätzlich wurden vom ZAB zwei Videobotschaften aufgenommen.

So kontrovers die durch die Regierung verordneten Maßnahmen auch aufgenommen wurden, so schwer deren Einhaltung und der fehlende persönliche Kontakt allen Betroffenen auch gefallen ist – die Reaktionen auf die ZAB-Nachrichten haben gezeigt, dass diese Gruppe selbst betroffener Zu- und Angehöriger eine hohe Akzeptanz erreicht. Auf alle gesandten Schreiben gingen kaum Beschwerden ein, dafür sehr viel Lob und Dank, dass sowohl mit den Bewohnerinnen/Bewohnern, wie auch mit den Zu- und Angehörigen auf Augenhöhe und mit gebührender Empathie kommuniziert wird.

Zusätzlich wurden gemeinsam neue Ideen gesucht, die die Situation des psychischen Stresses verbessern sollten. Beispielsweise wurden alle Häuser mit Tablets für die – wenn erforderlich unterstützte – Durchführung von Videotelefonaten ausgestattet.

Durch die Einbindung des ZAB gelingt es dem KWP gerade in dieser schwierigen Zeit, im Sinne der Gesundheitsförderung zu handeln und speziell die psychische Gesundheit zu stärken.

Durch die ihm entgegengebrachte Wertschätzung wächst der ZAB wiederum zu einem kompetenten und einsatzfähigen Gremium zusammen. Wie wertvoll und wichtig diese Ressource für die Geschäftsleitung ist, zeigte diese eindrucksvoll, als gemeinsam ein auf den Empfehlungen der Bundesregierung basierendes Konzept zur Lockerung ab Mai 2020 erarbeitet wurde. Genau wie Führungskräfte und Expertinnen/Experten war auch der ZAB maßgeblich an der Entwicklung desselben beteiligt. Stellvertretend für die Zu- und Angehörigen der rund 9.000 Bewohner/-innen hatten die Wünsche, Befürchtungen und Anregungen des ZAB im Sinne eines Soundingboards einen besonderen Stellenwert in der Entscheidungsfindung und wurden fast gänzlich berücksichtigt.

So dramatisch und unerfreulich sich die Corona-Pandemie speziell auch auf Pflege- und Betreuungseinrichtungen ausgewirkt hat und auswirken wird – das KWP ist stolz und dankbar, mit dem Zu- und Angehörigenbeirat einen starken und umsichtigen Kooperationspartner an seiner Seite zu wissen und freut sich auf die weitere Zusammenarbeit – speziell auch nach der Krise!

Mag.^a Ulrike Geier-Palaszke, MSc
Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
ulrike.geier-palaszke@kwp.at

Corona-Krise als zusätzliche Last für Frauengesundheit

Das Wiener Programm für Frauengesundheit der Stadt Wien hat im März einen Artikel mit dem Titel **"Die Corona-Krise als Frauengesundheitskrise?"** verfasst. Diskutiert werden darin einige ausgewählte Aspekte der Corona-Krise aus Sicht der Frauengesundheit. Dabei werden Handlungsfelder des Frauengesundheitsprogramms miteinbezogen, die die Basis des Wiener Programms für Frauengesundheit bilden. Die Corona-Krise als eine Public-Health-Krise, aber auch als eine ökonomische Krise, trifft Frauen und Männer unterschiedlich und verstärkt Ungleichheiten. Als Fazit empfiehlt das Wiener Programm für Frauengesundheit, alle Maßnahmen, die im Rahmen der Corona-Krise getroffen werden, aus einer Gender-Perspektive zu betrachten und frauenspezifische Bedürfnisse zu berücksichtigen. Einen ausführlichen Artikel finden Sie hier: <https://www.wien.gv.at/gesundheits/beratung-vorsorge/frauen/frauengesundheit/pdf/corona-krise-artikel.pdf>

Mag.^a Ulrike Repnik, MA
Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele
frauengesundheit@ma24.wien.gv.at

HB läuft 2020!

HAUS DER BARMHERZIGKEIT

Getrennte Wege, gemeinsames Ziel

Jährlich veranstaltet das Haus der Barmherzigkeit seinen Firmenlauf im Zuge des Österreichischen Herzlaufs in Wien. Wo Anfang April normalerweise die Kolleginnen und Kollegen erste Trainingsgruppen bilden und die Firmenlaufshirts bereits eintrudeln, hieß es heuer „leider nein“ für das jährliche Lauevent. Im Rahmen der Maßnahmen zur Vorbeugung der Ausbreitung des Sars Cov-2 Virus wurde natürlich auch der Herzlauf für 2020 abgesagt.



Zeit, um neue Wege zu gehen

Doch so leicht ließen sich die Mitarbeiter/-innen nicht vom Sporteln abhalten. Kurzerhand wurden die Rahmenbedingungen des diesjährigen Firmenlaufes den aktuellen Ereignissen angepasst. Unter dem neuen Slogan „HB läuft“ fiel am 7. Mai (am ursprünglichen Termin des Herzlaufs) für 1.800 Mitarbeiter/-innen des Hauses der Barmherzigkeit der Startschuss. „Laufe, walke, spaziere, so oft und so weit du kannst!“ Innerhalb von zwei Wochen sammelten die Mitarbeiter/-innen Kilometer um Kilometer und wollten so nicht nur etwas Gutes für ihre Gesundheit tun, sondern auch gemeinsam das ursprüngliche Ziel von insgesamt 394,3 Kilometern erreichen – eine virtuelle Runde zu allen HB und HABIT-Einrichtungsstandorten in Wien und Niederösterreich.

Weit über das Ziel hinaus

Die Resonanz war riesig. Über die Mitarbeiter-App „Beekeeper“ posteten die Mitarbeiter/-innen regelmäßig ihre absolvierten Kilometer. Egal ob laufen, walken oder spazieren, alle sportlichen Leistungen konnten unter dem Slogan #hbläuft eingereicht werden und flossen in die Gesamtwertung mit ein. Nach zwei Wochen, am 21. Mai, war das ursprüngliche Ziel nicht nur erreicht – mit 1553,25 Kilometern wurde die virtuelle Laufstrecke sogar fast viermal bestritten.

Gesundheitsförderung im Unternehmen – wichtiger denn je

Das Thema Gesundheitsförderung ist im Haus der Barmherzigkeit generell sehr wichtig. „Gerade in der jetzigen Phase, der Belastung durch Covid-19, ist es wichtig, die eigene Gesundheit im Fokus zu halten. Unsere Kolleginnen und Kollegen sind mit großer Hingabe und viel Herz dabei, jeden Tag das Beste für die uns anvertrauten Menschen zu leisten. Umso wichtiger ist es, einen Ausgleich zur Arbeit zu haben und auf

sich selbst zu achten“, erklärt Gregor Kopa, Gesundheitsbeauftragter im Haus der Barmherzigkeit und Heimleiter des HB-Urbanusheim in Poysdorf. Der Mehrwert der Aktion „HB läuft“ liegt daher auf der Hand. „Einerseits ist es gut, den Kopf frei zu bekommen – das klappt beim Laufen sehr gut – und parallel hilft Bewegung beim Stressabbau. Es ist toll zu sehen, wie viele Kolleginnen und Kollegen, unabhängig vom Fitnessgrad, sich hier beteiligen, um sich selbst etwas Gutes zu tun.“, so Kopa.

Haus der Barmherzigkeit
info@hb.at

Möglichkeiten der Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung ohne physischen Kontakt

„Was kann ich tun? Meine Mutter / mein Mann ... ist schwer krank / sterbend im Krankenhaus/Pflegeheim und sie sagen, ich darf sie/ihn nicht sehen.“ Solche Anfragen erreichten das Hospiz Österreich und unsere landeskoordinierenden Hospiz- und Palliativorganisationen sehr bald nach dem Inkrafttreten der Ausgangs- und Besuchsbeschränkungen bzw. -verbote aufgrund des Coronavirus. Gemäß dem Motto „Wenn etwas nicht mehr möglich ist, verändere es so, dass es anders möglich wird!“ trugen wir aus dem jahrelangen Erfahrungsschatz der ehrenamtlichen Hospizbegleitung zusammen, wie Angehörige und Nahestehende schwer kranke und sterbende Menschen auch ohne physischen Kontakt begleiten und ihnen verbunden bleiben können und wie man trauern kann. Landeskoordinierende Hospiz- und Palliativorganisationen richteten dazu telefonische Trauer-Helplines ein. Diese beinhalten folgende

Vorschläge:

- Treten Sie aktiv, regelmäßig und verlässlich in persönliche Beziehung mit betroffenen Menschen – telefonisch, per SMS, E-Mail oder WhatsApp, via Webmeeting oder Videotelefonie, mittels Briefkontakt, etc.
- Wichtig: Besprechen Sie vor der Umsetzung Ihre Ideen und Wünsche mit dem Personal der Einrichtung und informieren Sie sich vorab über Beschränkungen. Die Betreuenden können Ihnen beim Kommunizieren mit Kranken behilflich sein, zugleich wird ihnen derzeit sehr viel abverlangt. Die Betreuerinnen und Betreuer brauchen Ihren Dank in diesen Tagen besonders!
- Befindet sich ein krankes Familienmitglied in einer stationären Einrichtung (stationäres Hospiz, Palliativstation, Krankenhaus, Pflegeheim), überlegen Sie vielfältige Kommunikationsmöglichkeiten. Suchen Sie, falls nötig, im Bekannten- oder Verwandtenkreis Unterstützung beim Einrichten technischer Hilfsmittel, organisieren Sie die Übergabe kleiner Präsente (Briefe, Fotos, etc.) an Kranke.
- Haben Sie den Mut, Nachrichten für Sterbende als Audionachricht aufzunehmen und zu verschicken.
- Überlegen Sie, Kranken und Sterbenden Briefe oder Karten zu schreiben.
- Suchen Sie Lieder, Texte, etc., die den Erkrankten und Ihnen gefallen.
- Nutzen Sie alle kreativen Möglichkeiten. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt: Lassen Sie, wenn Kinder als Angehörige

rige betroffen sind, Abschiedsgeschenke zeichnen oder basteln, Küsse mit Lippenstift auf Stofftaschentücher drücken, Händedrucke auf Polsterbezüge machen, Foto-Collagen erstellen, etc.

- Sprechen Sie mit dem Personal der Einrichtung ab, wie diese Gaben zu den Sterbenden gelangen. Sollte eine Übergabe nicht möglich sein, so können Fotos davon übermittelt werden.
- Bitten Sie die Pflegepersonen vor Ort, wenn möglich Fotos von den übergebenen Geschenken zu machen.
- Legen Sie anderen, ebenso betroffenen Menschen, ein paar Blumen aus dem Garten, eine Karte mit persönlichen Worten, eine Zeichnung, die von Ihren Kindern gemalt wurde, ein Stück Kuchen, etc. als kleines Geschenk und Zeichen der Anteilnahme sowie Verbundenheit vor die Türe.
- Sie können gemeinsam mit der Familie und Nahestehenden weitere Rituale entwickeln: z. B. bereiten Sie ein Abschiedsgeschenk vor und heben es in einer besonderen Box auf, um es zu einem späteren Zeitpunkt zu übergeben.
- Religiöse Menschen finden in den Riten ihres Glaubens Trost und Hilfe, sowohl bei der Begleitung in der Sterbephase aus der Ferne als auch nach dem Tod.

Abschiednehmen, wenn der Tod eingetreten ist

- Verbrennen Sie z. B. Briefe und Gegenstände, die Sie mit dem/der Verstorbenen verbinden und bewahren Sie die Asche auf. Die Asche kann später im Grab beigegeben werden.
- Abschiedsgeschenke vorbereiten und übergeben (am besten direkt an Bestatter/-innen).
- Daheim Kerzen entzünden, Blumen arrangieren, Bilder aufstellen – sich gegenseitig Fotos davon schicken.
- Ein Berühren, eine Verabschiedung von an Covid-19 verstorbenen Menschen am offenen Sarg ist aufgrund des Seuchengesetzes nicht möglich. Fragen Sie bei Bestatterinnen/Bestattern nach, ob diese ein großes (von Ihnen / den Kindern selbst bemaltes, gekauftes, gebrauchtes) Seidentuch oder ähnliches für die Versorgung des Leichnams verwenden könnten.
- Verabschieden Sie sich von der toten Person, indem Sie die Hand auf den Sarg / die Urne legen. Dies sollte möglich sein, lediglich die Anzahl der Menschen beim Sarg / der Urne ist beschränkt.
- Begräbnisse im engsten Familienkreis sind erlaubt: Bitte vorab mit Gemeinde/Magistrat telefonisch abklären. Bei Begräbnissen darf derzeit kein Weihwasser verwendet und keine Erde nachgeworfen werden (Gefahr der Übertragung durch Griffe). Man könnte eigenes Weihwasser und Erde aus dem persönlichen Umfeld mitnehmen.
- Organisieren Sie eine Familienandacht, z. B. über eine WhatsApp-Konferenz oder andere technische Hilfsmittel (Zoom, Skype, etc.), oder bitten Sie jemanden darum.
- Überlegen Sie jetzt, gemeinsam mit der Familie und Nahestehenden, wie eine Verabschiedungsfeier zu einem späteren Zeitpunkt gestaltet werden kann – beginnen Sie jetzt mit der Planung oder bitten Sie jemanden darum.

Wir haben diese Anregungen auch breit an Medien verteilt und viel positive Resonanz erhalten, da es Menschen in einer sehr belastenden Situation unterstützt und zum Handeln ermutigt hat. Ehrenamtliche Hospizbegleiter/-innen haben sich selbst an Kreativität übertroffen, um weiterhin auch ohne physischen Kontakt präsent zu sein.

Allmählich beginnt auch der physische Einsatz wieder und auch Besuche Angehöriger sind unter bestimmten Bedingungen wieder möglich. Weitere Informationen finden Sie unter: <https://www.hospiz.at/moeglichkeiten-in-der-lebens-sterbe-und-trauerbegleitung-ohne-physischen-kontakt/>



© Tiroler Hospiz Gemeinschaft

Verschiedene Wege, in dieser schwierigen Zeit Kontakt in Einrichtungen zu ermöglichen

Die aktuell (noch oder teilweise noch) notwendigen Maßnahmen der sozialen Distanzierung bringen Angehörige und Nahestehende schwer kranker und sterbender Menschen in einer stationären Einrichtung in eine fast nicht auszuhaltende Situation. Wir berichten Ihnen, als Anregung, von ein paar der vielfältigen Wege, die Palliativstationen, Krankenhäuser, Pflegeheime u. a. gefunden haben, um diese Herausforderung zu bewältigen. Mehr dazu hier: www.hospiz.at/verschiedene-wege-in-dieser-schwierigen-zeit-kontakt-in-einrichtungen-zu-ermoenlichen/

Der VSD Vorsorgedialog® und Covid-19

Im Zuge von Covid-19 wird aktuell verstärkt darauf hingewiesen, wie wichtig es ist, Covid-19 Erkrankte, vor allem jene mit Vorerkrankungen, nach ihrem Willen und ihren Wünschen zu befragen und dies zu dokumentieren. Informationen zum VSD Vorsorgedialog® finden Sie hier: www.hospiz.at/der-vsd-vorsorgedialog-und-covid-19/

Mag.^a Anna H. Pissarek
Dachverband Hospiz Österreich
anna.pissarek@hospiz.at

Betriebliche Gesundheitsförderung im Kontext der Arbeitswelt 4.0

Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) stellte erstmals 2018 mit einem Projektkall das Thema „BGF in der Arbeitswelt 4.0“ in den Fokus der Projektförderung. Hintergrund war, dass bedingt durch den Wandel in der Arbeitswelt – unter dem Schlagwort „Arbeit 4.0“ – neue sektorenübergreifende Veränderungen der Arbeitsformen und -verhältnisse und ihre Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt sind. BGF spielt eine entscheidende Rolle dabei, Mitarbeiter/-innen und Unternehmen auf diese Herausforderungen vorzubereiten.

Anfang dieses Jahres wurden die Projekte, die im Rahmen des BGF-Projektkalls mit dem Schwerpunkt auf Digitalisierung und faire Gesund-

heitschancen durch den FGÖ gefördert wurden, abgeschlossen. Insgesamt haben im Rahmen der Förderinitiative 20 Betriebe unterschiedlicher Größe regionen- und branchenübergreifend ein qualitätsgesichertes BGF-Nachfolgeprojekt umgesetzt. Sieben der 20 Betriebe sind dem Pflege- und Sozialbereich zuzuordnen.

Die Hauptergebnisse wurden in einem **Praxisbuch** zusammengefasst, das ab Mitte Juni 2020 online unter dem Link fgoe.org/ergebnisse_bgf_projektcall_2018 zur Verfügung steht.

Zentrales Ziel des Praxisbuchs ist es, die Resultate und Lernerfahrungen der geförderten Projekte komprimiert und möglichst praxisnah darzustellen. Es werden Bereiche von BGF 4.0 aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet, z. B. die Intention des Fördercalls, die Haltung und der Ablauf beim Beratungsprozess und die zentralen Ergebnisse aus der projektübergreifenden Evaluation. Hauptteil und Highlight bilden allerdings die Einblicke in die Beispiele guter Praxis aus den 20 geförderten Betrieben.



Der Fonds Gesundes Österreich möchte mit dieser Förderstrategie, insbesondere mit dem initiierten Projektcall, zur Entwicklung innovativer Zugänge in der Auseinandersetzung mit den neuen Herausforderungen und in der Folge zur Nachhaltigkeit des Themas „BGF in der Arbeitswelt 4.0“ in Betrieben beitragen. Der aktuell laufende **Förderschwerpunkt 2020** zu diesem Thema wurde um den Aspekt der Gesundheitskompetenz erweitert. Ab Juni 2020 können Förderanträge online über die Homepage des FGÖ gestellt werden. Das Praxisbuch stellt eine der Hilfestellungen für einreichende Betriebe dar, die sich mit der BGF in der Nachhaltigkeit befinden und/oder ein BGF-Gütesiegel tragen.

Nähere Details zum Förderschwerpunkt können auf der [FGÖ-Homepage](#) abgerufen werden. Gerne steht auch das **FGÖ BGF-Team** für Fragen zur Verfügung:

Dr. Gert Lang, Gesundheitsreferent BGF
01/895 04 00-714, gert.lang@goeg.at

Ina Rossmann-Freisling, BA MA, Projektsassistentin
01/895 04 00-722, ina.rossmann-freisling@goeg.at

Bettina Grandits, MBA, Fördermanagement
01/895 04 00-727, bettina.grandits@goeg.at

Fonds Gesundes Österreich
[fgoe@goeg.at](https://fgoe.org)

Betriebliche Gesundheitsförderung der AUVA in Zeiten von Covid-19

Die Sicherheit und Gesundheit der Mitarbeiter/-innen haben bei der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt (AUVA) einen hohen Stellenwert. Ein eigenes Sicherheits- und Gesundheitsmanagement-System (**AUVA-SGM**) sorgt dafür, dass Gesundheitsförderung und Prävention in der internen Organisation fest verankert sind.

Aufgrund der Coronakrise stand auch die AUVA vor großen Herausforderungen: Die Betriebliche Gesundheitsförderung konnte nicht mehr wie gewohnt vor Ort stattfinden, sondern musste auch für die Mitarbeiter/-innen im Homeoffice zur Verfügung stehen. Das Personal in den Unfallkrankenhäusern – das in dieser Ausnahmesituation körperlich und mental besonders gefordert war – musste zudem speziell unterstützt werden. Innerhalb kürzester Zeit wurde daher das interne Sicherheits- und Gesundheitsmanagement umstrukturiert und an die veränderten Rahmenbedingungen angepasst, wobei auf die speziellen Bedürfnisse der unterschiedlichen Berufsgruppen Rücksicht genommen wurde.

Angebote für Mitarbeiter/-innen im Homeoffice

Unter großem Einsatz der EDV-Abteilungen konnte ein Großteil der Mitarbeiter/-innen in den Verwaltungseinrichtungen gleich zu Beginn des Lock-Down erfolgreich auf Homeoffice umgestellt werden. Um ihnen zu Hause ein gewisses Maß an Normalität zu geben und das körperliche als auch mentale Wohlbefinden zu fördern, wurden zahlreiche Angebote der betrieblichen Gesundheitsförderung virtuell durchgeführt:

- Bewegungsprogramme, wie beispielsweise Yoga, Pilates, Zumba und „Rückenfit“, wurden mittels Videokonferenztools direkt nach Hause und live übertragen.
- „Bewegte Pausen“ werden von den Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern gerne in Anspruch genommen. Um auf diese im Homeoffice nicht verzichten zu müssen, wurden die täglichen Bewegungsübungen mit Anleitungen per E-Mail versendet.
- Für die Bewegung an der frischen Luft, welche auch während der Ausgangsbeschränkungen – mit genügend Abstand – möglich war, wurde eine Laufschuh-Beratung via Videotelefonie angeboten.

Angebote für Mitarbeiter/-innen in den AUVA-Einrichtungen

- Ein spezielles Hautschutzkonzept unterstützt Mitarbeiter/-innen der Landesstelle Wien bei der richtigen Händedesinfektion und Pflege bei beanspruchter Haut.
- Um Patientinnen/Patienten und Mitarbeiter/-innen vor einer Infektion mit dem neuartigen Coronavirus zu schützen, wurden im Traumazentrum Wien mit den Standorten Wien Meidling und Lorenz Böhler / Brigittenau spezielle Screening-Zonen eingerichtet. Bei diesen werden alle Personen, die das Krankenhaus betreten möchten, zu ihrem Gesundheitszustand befragt und ihre Körpertemperatur wird gemessen. Zudem kommen Wärmebildkameras zum Einsatz, die ab einem Referenzwert von 37,6°C alarmieren (akustisches Signal, Blinken, Rahmen um Gesicht wechselt von Grün auf Rot), um potenzielle Verdachtsfälle rasch zu identifizieren. Ist



Aufnahme einer Wärmebildkamera

dies der Fall, wird die Temperatur nochmals manuell kontrolliert um, falls erforderlich, die nötigen Maßnahmen einzuleiten. Nähere Details entnehmen Sie bitte dem beigefügten Link zu einem Video am Ende des Artikels.

- Da die Betreuung von Unfallpatientinnen/-patienten nur mit gesundem Personal qualitativ hochwertig und vor allem sicher er-

folgen kann, werden Mitarbeiter/-innen in regelmäßigen Abständen auf Covid-19 getestet. Ist das Testergebnis positiv, wird die Mitarbeiterin / der Mitarbeiter umgehend in Quarantäne geschickt. Im Traumazentrum Wien werden die Covid-19-Testungen vom Ludwig Boltzmann Institut für Traumaforschung (LBI-Trauma) durchgeführt.

Angebote für Versicherte

Die AUVA unterstützt nicht nur die eigenen Mitarbeiter/-innen in dieser Krisenzeit, sondern steht natürlich auch den Unternehmen und ihren Versicherten mit Rat und Tat zur Seite. Eine Reihe neuer Informationsmaterialien (Merkblätter, Poster, Aufkleber, Checklisten, Unterweisungshilfen, Leitfäden, etc.) klären Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen über Hygiene- und Verhaltensregeln zum Schutz vor Covid-19 auf und unterstützen bei der Umsetzung entsprechender Maßnahmen. Die Informationsmaterialien stehen auf der Website der AUVA zum freien Download zur Verfügung und können auch in gedruckter Form kostenlos bestellt werden. Auf dem Präventionsblog „Sicheres Wissen“ gibt es laufend Informationen über aktuelle Themen der Prävention am Arbeitsplatz.

Links zu weiterführenden Informationen:

[AUVA-Website](#)

[Präventionsblog „Sicheres Wissen“](#)

[Facebook-Link „Sicheres Wissen“](#)

[Facebook-Link Wärmebildkamera](#)

QR-Code Video Wärmebildkamera



Franz Lehner, MA; Barbara Haberl, Nicole Kunczer-Ristl; Beatrix Jorda, BA
AUVA – Allgemeine Unfallversicherungsanstalt
beatrix.jorda@auva.at

ÖPGK-Checklisten helfen beim Einschätzen der Qualität von Gesundheitsinformationen

Wenn die Weltgesundheitsorganisation rund um Corona eine „massive Infodemie“ konstatiert und zusätzlich warnt, dass viele der zirkulierenden Informationen nicht vertrauenswürdig sind, dann ist Gesundheitskompetenz gefragt denn je. Leider steigt die Qualität der Informationen oder das Wissen der Österreicherinnen und Österreicher nicht automatisch mit der Zahl der Angebote. Dazu braucht es qualitätsvolle, verständliche Gesundheitsinformationen. Diese sind allerdings rar, wie eine Analyse von Beiträgen in österreichischen Print- und Online-Medien vor Corona zeigt. Demnach geben 60 Prozent dieser Medienbeiträge die Evidenz zu medizinischen Fragestellungen stark verzerrt wieder. Nur in 11 Prozent der Fälle wurde gemäß der tatsächlichen Evidenzlage berichtet [1].

Gerade der Gesundheitskompetenz kommt hier eine wichtige Rolle im Zusammenhang mit dem Empowerment-Konzept der Gesundheitsförderung, welches die Notwendigkeit der Kontrolle über die Gesundheit durch die Betroffenen selbst – als „Koproduzentinnen/-produzenten“ – betont, und in Bezug auf die Qualitätsverbesserung von Gesundheitsinformationen zu.

„Um die Rolle als Koproduzent/-in aktiv wahrnehmen zu können, müssen die Bürger/-innen und Patientinnen/Patienten zunächst „empowert“ wer-

den. Dies kann durch unterschiedliche Interventionen erfolgen, die gesundheitsrelevante Informationen, Fähigkeiten und Motivation vermitteln, um ihre Gesundheitskompetenz zu stärken. Daher hat es sich die Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK) zur Aufgabe gemacht, kompakt aufbereitete Informationen, nützliche Praxistipps, wichtige Wissensgrundlagen und praktische Tools zu erarbeiten und bereitzustellen.“, betont die Vorsitzende der ÖPGK, Christina Dietscher.

ÖPGK-Checklisten Gute Gesundheitsinformation

„Wir alle sind regelmäßig mit Gesundheitsinformationen konfrontiert. Dabei ist es aber oft schwierig einzuschätzen, wie vertrauenswürdig etwa ein Text auf einer Website oder eine Patientenbroschüre ist. Um hier eine gute Unterstützung zu bieten, hat die ÖPGK in interdisziplinärer Zusammenarbeit mit Expertinnen/Experten zwei Checklisten entwickelt. Eine für alle Menschen und eine sogenannte „Profi-Checkliste“ für Gesundheitsberufe.“, so die Schwerpunktverantwortliche von „Gute Gesundheitsinformation“ der ÖPGK, Dr.ⁱⁿ Mag.^a Edith Flaschberger.

Checkliste: Gute Gesundheitsinformation

Bitte bewerten Sie, ob diese Eigenschaften auf die Gesundheitsinformation zutreffen.

FRAGE	EIGENSCHAFT DER INFORMATION	JA	NEIN
Wer steht dahinter?	Die herausgebende Organisation der Gesundheitsinformation ist genannt (siehe z.B. „Impressum“).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wer hat's geschrieben?	Die Autorinnen/Autoren, ihr beruflicher Hintergrund und ihre Verbindungen zu Firmen und Organisationen (mögliche Interessenkonflikte) sind genannt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Für wen erstellt?	Es wird dargestellt, für welche Personengruppe die Gesundheitsinformation erstellt wurde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aktuell?	Es gibt eine Datums-Angabe, wann die Gesundheitsinformation erstellt wurde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nachvollziehbar?	Es gibt Literaturangaben, die zeigen, was die wissenschaftlichen Quellen für die genannten Gesundheitsinformationen sind (oder einen Hinweis, wo diese zu finden sind).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wissenschaftlich belegt?	Die Autorinnen/Autoren geben an, ob etwas wissenschaftlich ausreichend belegt ist oder ob es widersprüchliche Ergebnisse gibt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Die Checklisten wurden von der Arbeitsgruppe Gute Gesundheitsinformation (AG GGI) der ÖPGK erarbeitet. In Kooperation mit www.elternbildung.at – einer Initiative des Bundesministeriums für Arbeit, Familie und Jugend – wurde die Checkliste Gute Gesundheitsinformation für alle Menschen im Rahmen einer Feedbackbogenerhebung insbesondere auf gute Verständlichkeit und Handhabung getestet. Die sogenannte Profi-Checkliste für Gesundheitsberufe wurde im Rahmen des Projekts „Gesundheitsförderung, Krankheitsprävention und Gesundheitskompetenz in Primärversorgungseinheiten“ in einigen Primärversorgungseinheiten getestet. Die Ergebnisse dieser Testungen sind in weiterer Folge in die Gestaltung der Checklisten eingeflossen.

Die **Checkliste Gute Gesundheitsinformation für alle Menschen**, die für den eigenen Zweck Gesundheitsinformationen hinsichtlich ihrer Qualität einschätzen wollen.

Eine **Profi-Checkliste Gute Gesundheitsinformation für Gesundheitsdienstleister/-innen**, die gerne Gesundheitsinformationen prüfen wollen, bevor sie diese an ihre Patientinnen und Patienten weitergeben oder empfehlen.

Beide Checklisten finden Sie im Internet unter: gutegesundheitsinformation.at bzw. oepgk.at/gute-gesundheitsinformation-oesterreich

ÖPGK-Checklisten als „lebende Dokumente“

Die vorliegenden Checklisten sind öffentlich zugänglich und verstehen sich als „lebende Dokumente“, nicht als Finalversionen. Gerne können Sie uns auch Ihre Erfahrungen damit rückmelden, damit wir sie weiterentwickeln können: oepgk@goeg.at

Literatur

[1] Kerschner, Bernd; Wipplinger, Jörg et al. (2015): Wie evidenzbasiert berichten Print- und Online-Medien in Österreich? Eine quantitative Analyse Zeitschrift für Evidenz, Fortbildung und Qualität im Gesundheitswesen, 109, 4-5, 341-349.

Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz
oepgk@goeg.at

Covid-19-Informationsmaterialien für vulnerable Gruppen – insbesondere für Migrantinnen/Migranten

Verantwortungsvolles Handeln in Zeiten der Corona-Krise bedeutet, auch dazu beizutragen, wichtige Informationen über Netzwerke zu verbreiten. Auf Ersuchen des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) und in Kooperation mit dem Österreichischen Roten Kreuz (ÖRK) stellt der FGÖ Informationsmaterialien des ÖRK zu Covid-19-Hygienemaßnahmen bzw. zur richtigen Handhabung des Mund-Nasen-Schutzes in den in Österreich verbreiteten Migrationssprachen zur Verfügung. Wir ersuchen Sie, um weitere Verbreitung der Informationen im Rahmen Ihres Einflussbereichs, um eine breitere Bekanntmachung bei vulnerablen Gruppen – insbesondere Migrantinnen und Migranten – zu erzielen.

Das **ÖRK-Infoplatkat „Coronavirus – Risiken minimieren!“** ist in den Sprachen [Arabisch](#), [Bosnisch/Kroatisch/Serbisch](#), [Bulgarisch](#), [Dari-Farsi](#), [Pashtu](#), [Rumänisch](#), [Slowakisch](#), [Somali](#) und [Türkisch](#) als Downloads auf der Website des ÖRK unter folgendem Link verfügbar: www.rotekreuz.at/corona

Das **ÖRK-Infoplatkat „Richtige Handhabung von Mund-Nasen-Schutz“** steht in den Sprachen [Arabisch](#), [Bosnisch/Kroatisch/Serbisch](#), [Bulgarisch](#), [Dari-Farsi](#), [Englisch](#), [Pashtu](#), [Rumänisch](#), [Slowakisch](#), [Somali](#) und [Türkisch](#) als Download unter www.rotekreuz.at/corona zur Verfügung.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Weitere Informationen und Links zu Covid-19 finden Sie auch auf fgoe.org.

Rückmeldungen zu den Infoplatkaten richten Sie bitte an das Österreichische Rote Kreuz unter service@rotekreuz.at.

Fonds Gesundes Österreich
fgoe@goeg.at

Das Öffentliche Suizidpräventionsportal stellt sich vor

Jeder Mensch kann einmal in die verzweifelte Situation kommen, an Suizid zu denken. Für Betroffene ist es oft schwer vorstellbar, dass es einen Weg zum Weiterleben gibt und Krisen auch wieder vergehen. Wichtig ist, darüber zu reden und Hilfe in Anspruch zu nehmen. Gemäß dem Leit-spruch: „Suizidgedanken?

Holen Sie sich Hilfe!
Es gibt sie! SUPRA
Suizidprävention Austria

Holen Sie sich Hilfe, es gibt sie“ informiert das Öffentliche Suizidpräventionsportal www.suizid-praevention.gv.at zum Thema. Das seit 2017 in Betrieb genommene Portal bietet Informationen zu Hilfsangeboten für drei Hauptzielgruppen:

- Personen mit Suizidgedanken,
- Personen, die sich diesbezüglich Sorgen um andere machen,
- Personen, die ihnen nahestehende Menschen durch Suizid verloren haben.

Neben einer Auflistung von Krisentelefonen und Hilfsangeboten werden die Zielgruppen über Tipps zur vorbeugenden Soforthilfe für sich selbst und für andere informiert. Zudem bietet das Suizidpräventionsportal allgemeine Informationen zum Thema. Etwa Fakten zu den wichtigsten Vorurteilen rund um Suizide sowie zielgruppenspezifische Informationen für Frauen, Männer, Jugendliche und ältere Menschen. Auch Presseleitfäden zum Thema „Suizid & Medien“ sowie diverse Broschüren sind auf dem Portal zu finden.

www.suizid-praevention.gv.at ist Teil des österreichischen Suizidpräventionsprogramms SUPRA (Suizidprävention Austria) des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. Das **SUPRA-Portal** wurde von Suizidpräventionsexpertinnen und -experten entwickelt und ist Teil des Öffentlichen Gesundheitsportals Österreichs www.gesundheit.gv.at.

Das Öffentliche Gesundheitsportal www.gesundheit.gv.at bietet qualitätsgesicherte Informationen zu Gesundheit, Krankheit sowie über das Gesundheitswesen, um die Gesundheitskompetenz der österreichischen Bevölkerung zu stärken. Es ist ein serviceorientierter Wegweiser durch das Gesundheitssystem sowie zentraler Zugang zur Elektronischen Gesundheitsakte (ELGA) und bietet zudem Informationen für Professionals (z. B. Plattform Arzneimittelsicherheit, Gesundheitsberuferegister oder Plattform Klinische Studien in der Onkologie).

Tipp: Auch die Situation rund um die Corona-Krise kann sich maßgeblich auf die psychosoziale Gesundheit auswirken. Auf dem Öffentlichen Gesundheitsportal finden Sie Tipps zum Umgang mit der aktuellen Situation sowie einen Überblick über Informations- und Beratungsangebote: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/psyche-seele/corona-psyche>.

Dr.ⁱⁿ Alexandra Ramssl-Sauer, BA.pth.
Gesundheit Österreich GmbH
alexandra.sauer@goeg.at

Magazin "Gesundes Österreich" neu erschienen!

Welch große Bedeutung der gesellschaftliche Zusammenhalt für uns und unsere Gesundheit hat, wurde uns auch durch die Corona-Krise eindringlich vor Augen geführt, die wir alle gemeinsam durchlebt haben und durchleben.

Die 22. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz des Fonds Gesundes Österreich wurde von Mai auf November verschoben. Sie soll

Gesundes ÖSTERREICH

MAGAZIN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION

Sozialer Zusammenhalt
stärkt die Gesundheit



WISSEN
Gesund und aktiv älter werden

IM INTERVIEW
Regina Arian
Manfred Spitzer

AUS DER PRAXIS
„Männliche Vielfalt“ und „Sport für Starke“

DATEN & FAKTEN
Gemeinsamkeit erhält uns gesund

Österreichische Gesundheitsförderungsgesellschaft (ÖGG) | Fonds Gesundes Österreich | NR 1 | 2020

ebenso wie diese aktuelle Zeitschrift zum Thema haben, wie sozialer Zusammenhalt unsere Gesundheit stärkt und was die Gesundheitsförderung zur Gesellschaft beitragen kann. Das ist derzeit von besonderer Bedeutung, denn wenn auch der Neustart des gesellschaftlichen Lebens und der Wirtschaft an erster Stelle stehen mag, so sollte dieser doch

möglichst gesundheitsförderlich erfolgen.

Was das in Betrieben und Schulen, für ältere Menschen und sozial Benachteiligte sowie in weiteren Settings und für weitere Dialoggruppen bedeutet, thematisiert das neue Heft. Berichte über Projekte für Teenager, Kindergarten- und Schulkinder sowie Menschen mit Beeinträchtigungen zeigen, worauf es in der Praxis ankommt. Wie immer widmet sich das Magazin zudem der Selbsthilfe in Österreich und stellt zwei Selbsthilfegruppen näher vor. Auch Selbsthilfe gibt Menschen Rückhalt und kann den gesellschaftlichen Zusammenhalt verbessern.

Das Magazin steht auf der [Website des FGÖ zum Download](#) zur Verfügung.

Fonds Gesundes Österreich
fgoe@goeq.at

Selbsthilfe im digitalen Kontakt – Chance, Risiko oder Widerspruch?

Wiener Selbsthilfe Konferenz 2020 erstmals online – einzigartig in Österreich

Wie bleibe ich mit anderen Selbsthilfe-Aktiven trotz „Social Distancing“ in Kontakt? Wie kann der Austausch in der Gruppe sichergestellt werden, wenn persönliche Treffen nicht möglich sind? Und welche Chancen eröffnet die digitale Welt für die Selbsthilfe?

Antworten auf diese und viele weitere Fragen lieferte die erste Wiener Online-Selbsthilfe-Konferenz der Wiener Gesundheitsförderung WiG am 28. Mai 2020 – übrigens die erste ihrer Art in Österreich. Die Konferenz wurde aufgrund der COVID-19-Pandemie kurzerhand online abgehalten und per Videobotschaften von Gesundheitsminister Rudolf Anschöber und Gesundheitsstadtrat Peter Hacker eröffnet. Über 130 Teilnehmer/-innen nutzten die Gelegenheit ihre Fragen per E-Mail einzubringen, mitzuschätzen und mitzureden.



Brandaktuelle Themen aus der Selbsthilfe

Thematisch sollte die Konferenz aufgreifen, was viele Selbsthilfe-Aktive seit Mitte März 2020 beschäftigt. Deshalb begleitete ein Beirat von Selbsthilfegruppen-Vertreterinnen und -Vertretern die Planung und brachte unterschiedlichste Sichtweisen ein. In Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien entstand ein hochaktuelles und spannendes Programm.

Ein besonderes Highlight war die Keynote „Der Mensch als Beziehungswesen im digitalen Kontakt“ von Manfred Spitzer, Bestsellerautor und ärztlicher Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum in Ulm.

Die Journalistin Kristen Ehrhardt, Vorsitzende der Elterninitiative Rhein-Neckar „Gemeinsam leben – gemeinsam lernen“ e.V. in Heidelberg, berichtete aus der Perspektive einer Selbsthilfe-Aktiven über ihre eigenen Erfahrungen mit sozialen Medien in der Selbsthilfe, vor und während Corona.

Michael Luger und Christoph Gravogl von der Initiative „Safer Internet“ präsentierten unter dem Titel „Sicherheit & digitale Kommunikation“ unterschiedliche Wege der digitalen Kommunikation und ihre Schlussfolgerungen für den Datenschutz.

In dem Beitrag „Digitalisierung & Selbsthilfe – Widerspruch oder Chance?“ gab Miriam Walther, Expertin für digitale Selbsthilfe sowie junge Selbsthilfe bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) einen Überblick über die Selbsthilfe-Landschaft in Deutschland und ihre Entwicklung im digitalen Bereich.

Virtuelle Podiumsdiskussion und interaktive Workshops

Bei der anschließenden virtuellen Podiumsdiskussion entwarfen die drei Referentinnen/Referenten Ehrhardt, Luger und Walther gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertretern von Wiener Selbsthilfegruppen Zukunftsszenarien von Selbsthilfe nach Corona. Es wurden Chancen, aber auch Risiken von digitalem Kontakt erörtert und diskutiert. Eine begrenzte Anzahl an Teilnehmerinnen/Teilnehmern hatte darüber

hinaus die Möglichkeit, in den drei anschließenden Webinaren die Inhalte der drei Video-Vorträge mit den Referentinnen/Referenten zu vertiefen.

Die Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien

Die Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien ist die erste Anlaufstelle für alle, die Fragen zum Angebot und zur Arbeit von Selbsthilfegruppen in Wien haben. Sie ist sowohl für Betroffene, Angehörige und grundsätzlich Interessierte als auch für Menschen, die im Gesundheits- und Sozialwesen arbeiten, erste Kompetenzstelle in Wien. Außerdem bietet sie ein breites themenübergreifendes Unterstützungsangebot für Selbsthilfegruppen und deren Mitglieder an, das in der aktuellen Situation schnellstmöglich angepasst wurde: Alle Beratungsangebote können online in Anspruch genommen werden, Weiterbildungsseminare finden als Webinare statt. Auch die Regelungen für Förderungen tragen dem veränderten Bedarf Rechnung, insofern als die mögliche Förderhöhe für Internet- und Telefonkosten sowie für die Anschaffung von elektronischem Equipment verdoppelt wurde.

Die Konferenz-Vorträge sowie die grafisch aufbereiteten Zusammenfassungen der Workshop-Ergebnisse finden Sie auf www.sus-wien.at.

Mag.^a Martina Roch, MA
Wiener Gesundheitsförderung – WiG
martina.roch@wig.or.at

Veranstaltungshinweise

Primärversorgungs-Kongress 2020: Primärversorgung in Zeiten einer Pandemie

19. September 2020, Online-Kongress

<https://allgemeinmedizin.medunigraz.at/pv-kongress-2020/>

Advanced Nursing Practice-Kongress 2020: Den Kompetenzen verpflichtet!

24. bis 25. September 2020, Schlossmuseum Linz

<https://www.fh-ooe.at/kongresse/2020/anp-kongress/>

12. Österreichischer Gesundheitswirtschaftskongress

7. Oktober 2020, Austria Trend Hotel Savoyen, Wien

<https://www.oegwk.at/>

5. Wirtschaftskonferenz zum Generationen-Management: Arbeitsfähigkeit in unterschiedlichen Lebensphasen

8. und 9. Oktober 2020, Festspielhaus Bregenz

<https://www.arbeitsfaehiq.com>

16th World Congress on Public Health 2020: Public health for the future of humanity: analysis, advocacy and action

12. bis 16. Oktober 2020, Online Event

<https://wcp2020.com>

22. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz: Sozialer Zusammenhalt stärkt Gesundheit! Beiträge der Gesundheitsförderung

16. November 2020, Congress Graz

https://fgoe.org/Gesundheitsfoerderungskonferenz_2020

23. wissenschaftliche Jahrestagung der ÖGPH: Sozialkapital - Sozialer Zusammenhalt stärkt die Gesundheit

17. und 18. November 2020, Congress Graz

www.svs.at/oegph

Pflegekongress 20

26. und 27. November 2020, Austria Center Vienna, Wien

www.pflegekongress.at

Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2021

14. September 2021, Rathaus, Wien

<https://www.wig.or.at/index.php?id=2524>

25. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen

11. bis 12. November 2021, Klinik Floridsdorf, Wien

www.ongkg.at

Impressum:

Herausgeberin des Newsletters

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

Redaktion

Mag.^a Ursula Hübel (WiG)

Birgit Metzler, Bakk.^a MA (CC-HPH an der GÖG)

Redaktionelle Assistenz

Astrid Loidolt und 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.

Gesundheit Österreich
GmbH

Dieser Newsletter erscheint zweimal im Jahr auf der Website der [Wiener Allianz für Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen](http://www.allianz-gf-wien.at). Wenn Sie über Neuerscheinungen informiert werden möchten, senden Sie bitte eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten an kontakt@allianz-gf-wien.at