

# „GesUND?“

## Nachhaltiger Aufbau von Gesundheitskompetenz in Niedriglohnbereichen des KAV

3. ÖPGK Konferenz, Themenforum 5

29. November 2017, Linz

**OAR Reinhard Faber**, Generaldirektion KAV

**Mag.<sup>a</sup> Karin Korn**, Frauengesundheitszentrum FEM Süd

**Mag. Florian Reiterer**, Männergesundheitszentrum MEN



Frauen • Eltern • Mädchen



# Die Projekte



- „**Gesund arbeiten ohne Grenzen**“ & „**Vielfältig & gesund**“: seit 2006
- Erstes explizite interkulturelle und geschlechtssensible BGF Projekt
- Frauen in Niedriglohnbranchen im KAV (Hausarbeiterinnen, Abteilungshelferinnen, Service- und Versorgungsassistentinnen, Küchenmitarbeiterinnen) als Zielgruppe



- „**Gesund Arbeiten mit Männern**“: seit 2011
- Männer in Niedriglohnbranchen im KAV (Hausarbeiter, Abteilungshelfer, Küchenmitarbeiter etc.) als Zielgruppe
- Interkulturell und geschlechtssensibel

# Die Vision

**Stärkung der Gesundheit und Resilienz** durch gesundheitsfördernde Maßnahmen auf der **Verhaltens- und Verhältnissebene**





Kaiser Franz Josef  
Spital, SMZ Süd



Simmelweis Frauenklinik der  
Krankenanstalt Rudolfstiftung



Serviceeinheit Wäsche  
& Reinigung



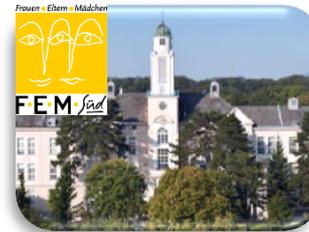
Kaiserin Elisabeth  
Spital



Krankenanstalt  
Rudolfstiftung



SMZ Floridsdorf



KH Hietzing mit Neurolog.  
Zentrum Rosenhügel



Pflegewohnhaus  
Liesing



Pflegewohnhaus  
Leopoldstadt



Pflegewohnhaus  
Innerfavoriten



Pflegewohnhaus  
Baumgarten



Sozialmedizinisches Zentrum  
Ost - Donauspital



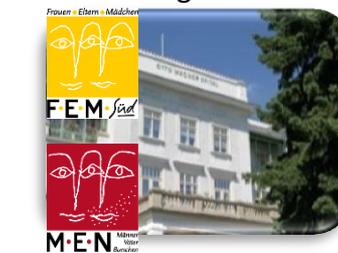
AKH Wien



Wilhelminenspital



Pflegewohnhaus Meidling



SMZ Baumgartner Höhe



Pflegewohnhaus Rudolfsheim-Fünfhaus



Durchführung in insgesamt **17 Häusern** des Wiener Krankenanstaltenverbundes mit **über 7.400 Kontakten** zur Zielgruppe

# 1. Aufbau gesundheitsbezogener Fähigkeiten und gesundheitsbezogenen Verhaltens:

## Die Gesundheitszirkel

- **Ziel: Aktivierung**  
der Gesundheitsressourcen der Frauen und Männer sowie die Stärkung ihrer Resilienz
  - **Ziel: Empowerment**  
um eigene Ressourcen und Belastungen v.a. am Arbeitsplatz selbst sprachlich zu benennen
  - **Ziel: Partizipation**  
durch Erarbeitung eigenständiger Lösungen für gesundheitsfördernde Interventionen im Betrieb
- **Maßnahmen geschehen auf Verhaltens- & Verhältnisebene**



## 2. Aufbau gesundheitsbezogenen Wissens: Die GesundheitsmultiplikatorInnen

- **Rolle:** AnsprechpartnerIn und Drehscheibe für Gesundheitsinformationen für KollegInnen im Betrieb
- **Ziel:** Ansprechpersonen für gesundheitskompetente Kommunikation im Betrieb sind sichtbar
- Im KAV gibt es **37 weibliche** und **13 männliche** GesundheitsmultiplikatorInnen (Stand: 05.11.2017)



# Die GesundheitsmultiplikatorInnen-Basisausbildung



# Ausbildung: Gesundheitsmultiplikator/in (1)

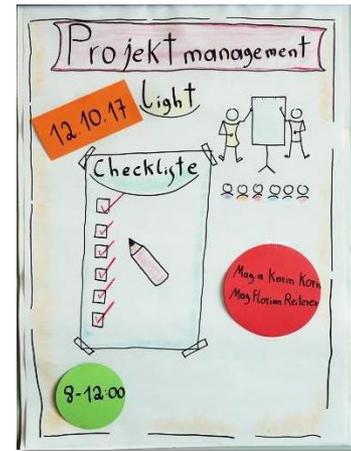
4 abgeschlossene Lehrgänge (2016 und 2017)  
mit insgesamt 41 TeilnehmerInnen



# Ausbildung: Gesundheitsmultiplikator/in (2)

12. September 2017 TAG 1	19. Oktober 2017 TAG 2	16. November 2017 TAG 3	17. November 2017 TAG 4
<p>8:00 bis 14:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Rolle als und Grenzen der GesundheitsmultiplikatorIn Ausmaß: 6 Stunden</p> <p>TrainerInnen: Mag.a Karin Korn Mag. Florian Reiterer OAR Reinhard Faber</p>	<p>8:00 bis 14:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Gesundheit &amp; „Was hält mich gesund?“ Ausmaß: 6 Stunden</p> <p>TrainerInnen: Mag.a Ida Raheb-Moranjkić Mag. Predrag Pljevaljčić</p>	<p>8:00 bis 13:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Betriebliche Gesundheitsförderung (Teil 1) Ausmaß: 5 Stunden</p> <p>Trainerin: Mag.a Birgit Pichler</p>	<p>8:00 bis 13:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Kommunikation &amp; Konfliktmanagement Ausmaß: 5 Stunden</p> <p>TrainerInnen: Mag.a Nina Kerbler Mag. Selim Akmese</p>
<p>14:00 bis 16:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Vereinbarkeit von Beruf &amp; Familie Ausmaß: 2 Stunden</p> <p>TrainerInnen: Mag.a Karin Korn Mag. Selim Akmese</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Österr. Gesundheitssystem "Was muss ich wissen?" Ausmaß: 2 Stunden</p> <p>Trainerin: Mag.a (FH) Figen Ibrahimoglu</p>	<p>13:00 bis 16:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Arbeitsrechtliche Grundlagen Ausmaß: 3 Stunden</p> <p>Trainerin: OAR in Sonja Boiger</p>	<p>13:00 bis 16:00 Uhr</p> <p><b>Thema:</b> Betriebliche Gesundheitsförderung (Teil 2) Ausmaß: 3 Stunden</p> <p>Trainer: OAR Reinhard Faber</p>

# Zusatzmodule



- ✓ **Projektmanagement light („Checkliste“)**

→ Mag.<sup>a</sup> Karin Korn & Mag. Florian Reiterer

- ✓ **Vertiefung: Kommunikation & Konfliktmanagement**

→ Mag.<sup>a</sup> Nina Kerbler & Mag. Selim Akmese

- ✓ **Vertiefung: Arbeitsrechtliche Grundlagen**

→ OAR<sup>in</sup> Sonja Boiger

### 3. Aufbau gesundheitskompetenter sozialer Settings: Netzwerktreffen der GesundheitsmultiplikatorInnen

Seit Juni 2010, insgesamt **15 Netzwerktreffen**

**Ziel:** sozialer Zusammenhalt sowie die Rolle der GM im KAV wird strukturell gestärkt sowie Wissen/Erfahrung wird kommuniziert



Treffen am 1. Dezember 2016

# Öffentlichkeitsarbeit

16 Intra



KoZIM Gaykin, Franz Proxa, Lavin Nemet (v. l.) mit Florian Reiterer beim Workshop

## Gesunde Mitarbeiter



„Männer und Gesundheit: Au, das geht!“  
FLORIAN REITERER, MAHNER FÜR GESUNDHEITSSYSTEME UND MÄNNER

**Mehr Wohlfühlen.** „Ziel des Projekts ist vor allem die Stärkung der Gesundheit und des Gesundheitsbewusstseins durch Maßnahmen zwischen Betriebs- und Mitarbeiter, verbesserte Kommunikation und mehr Gesundheitswissen, das durch Kurse vermittelt wird“, so Florian Reiterer vom Männergesundheitszentrum MEN. Zunächst wurde das

DAS PROJEKT „GESUND ARBEITEN MIT MÄNNERN“ FÜR DIE HAUSARBEITER DES WYHELMIRINENSPITALS IST VOLL IM GANGE.

Projekt der Strukturgruppe des Hauses vorgestellt und der weitere Ablauf gemeinsam festgelegt. Im Februar starteten Kick-Offs für die Mitarbeiter. Viele Männer nehmen Gesundheitsvorlesungen nicht so wahr. Deshalb musste es vor Anfang im interaktiven Angebot geben, um die Mitarbeiter zu erreichen und auf ihre Bedürfnisse eingehen zu können.

**Lösungsmöglichkeiten.** „In der Männerwerkstatt“ erarbeiten wir gemeinsam, welche

Belastungen, wie zum Beispiel Rücken- oder Nackenschmerzen, durch die Arbeitstätigkeiten ausgelöst werden können. Diese werden dann in der Männerwerkstatt „entkoppelt“, sagt Reiterer. Neben Kursen und Schulungen umfasst das Projekt auch die



### GEFÄHRLICHE ÜBERSÄUERUNG

Wohlbefinden ist nicht nur von der richtigen Ernährung abhängig. Ein Mangel an Vitaminen durch regelmäßige Paparoten-Saure kann zu einer erhöhten Säureproduktion im Körper führen, was zu Verdauungsproblemen führt. Ein einfacher Bluttest kann aber schon einen Hinweis geben.

# Bewegendes Projekt

DAS PROJEKT „VIELFÄLTIG & GESUND“ WURDE IN HÄUSERN DES KAV MIT GROSSEM ERFOLG FÜR MITARBEITERINNEN DES REINIGUNGS- UND SERVICEBEREICHS ANGEBOTEN.

**Als Kolleginnen** haben wir uns viel besser kennengelernt. Und wir haben viel gelacht“, erzählt Gordana Prolic, Hausarbeiterin vom Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten, vom Projekt „Vielfältig & gesund“. Sie war bei allen Angeboten dabei. Im Haus hielten Trainerinnen des FEM

Süd im Auftrag des KAV mehrere Gesundheitsworkshops von ab. In den ersten fünf Monaten wurden einige Themen für die Gesundheit der Mitarbeiterinnen aus Reinigung und Service vorgestellt. Dabei wurden in Gesundheitszirkeln Rückengymnastik und Atemübungen gezeigt. Auch Maß-

nahmen zur Arbeitserleichterung standen auf dem Programm. „Wir haben die lockere Atmosphäre genossen“, so Prolic.

**Ingeborg Wölger**, seit 30 Jahren KAV-Angestellte und Abteilungshelferin vom Wohnbereich Silbersee, wünscht sich so wie Prolic eine baldige Fortsetzung. Sie meint: „Ich profitiere besonders von den verschiedenen Gymnastikübungen und Stressbewältigungsmethoden.“ Nach der Evaluierung wird über künftige Maßnahmen entschieden. Ein adaptiertes Projekt ist im KHR und im KFJ



Ingeborg Wölger (l.) und Gordana Prolic bauen die Gymnastikübungen in ihren Arbeitsalltag ein.

## aus- & weiterbildung

16 Intra



Das Duzelt will, wie ich es in der Firma mit dem KAV machen möchte, so eine Initiative mit den Kolleginnen im Unternehmen.

## Zusammen stärker

EVA DOLZELE IST HAUSARBEITERIN. MAHNERINNEN UND ENGAGIERTE SICH: DURCHAMT LICH ALS GESUNDHEITSMULTIPLIKATORIN.

**Wohler Leidenschaft.** „Ich bin froh, dass ich meine Kollegeninnen kennenlerne“, erzählt Eva Dolzele, Hausarbeiterin im Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten. Sie hat sich für das Projekt „Vielfältig & gesund“ entschieden. „Ich bin froh, dass ich meine Kollegeninnen kennenlerne“, erzählt Eva Dolzele, Hausarbeiterin im Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten. Sie hat sich für das Projekt „Vielfältig & gesund“ entschieden.

**Wohler Leidenschaft.** „Ich bin froh, dass ich meine Kollegeninnen kennenlerne“, erzählt Eva Dolzele, Hausarbeiterin im Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten. Sie hat sich für das Projekt „Vielfältig & gesund“ entschieden.

**EVA DOLZELE, HAUSARBEITERIN UND GESUNDHEITSMULTIPLIKATORIN IM KAV**

**Viel Empathie und Interesse.** Eva Dolzele ist Hausarbeiterin im Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten. Sie hat sich für das Projekt „Vielfältig & gesund“ entschieden.

### MIT IHREN LÄUFT'S NIK AM SCHREIBTISCH

„Ich bin froh, dass ich meine Kollegeninnen kennenlerne“, erzählt Eva Dolzele, Hausarbeiterin im Wohnbereich Wurzbachtal im Pflegewohnhaus Baumgarten. Sie hat sich für das Projekt „Vielfältig & gesund“ entschieden.

## 2. Pilotlehrgang für Gesundheitsmultiplikatorinnen abgeschlossen

☆☆☆☆ (0)

16.11.2016

Am 11.11.2016 konnte der 2. Pilotlehrgang für Gesundheitsmultiplikatorinnen im KAV abgeschlossen werden.



Am 11.11.2016 konnte die Schulung für Gesundheitsmultiplikatorinnen mit sieben Absolventinnen erfolgreich beendet werden. Die Frauen aus den Bereichen Abteilungshilfe, Reinigung und Küche einzeln Dienststellen des KAV wurden durch die Führung ihres Hauses entsandt und fungieren dort mit dem neu erworbenen Wissen als Ansprechpersonen für die eigenen Kolleginnen und werden zunehmend bei Planungen für Gesundheitsförderungsmaßnahmen des Hauses miteinbezogen.

Unterstützt und begleitet werden die Damen durch die Expertinnen von F.E.M. Süd Karin Korn und Ida Raheb-Moranjic.

# Lernerfahrungen

Eine gender- & kultursensible Herangehensweise sowie zielgruppengerechte partizipative Kommunikation/ Aufbereitung von Informationen macht es möglich:

- Zielgruppe auf Augenhöhe zu begegnen,
- engagierte Personen zu empoweren,
- gesundheitsbezogene Fertigkeiten/ Ressourcen zu aktivieren,
- sowie Auf- & Ausbau ihrer eigenen Gesundheitskompetenz

Die Qualifikation der GM fungiert als zentrale Maßnahme, um nachhaltig die Basis für eine funktionierende Gesundheitskommunikation für und mit den betreffenden Berufsfeldern im Betrieb zu schaffen.

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

**Generaldirektion der Unternehmung  
Wiener Krankenanstaltenverbund**

Thomas-Klestil-Platz 7/2

A – 1030 Wien

**OAR Reinhard Faber**

reinhard.faber@wienkav.at

Tel: 01/40409-60411