



GEMEINSAM  
GESUNDHEIT  
GESTALTEN



# Gesundheitsförderung in Sozialeinrichtungen mit Beschäftigungs- und Beratungsschwerpunkt

Mag.<sup>a</sup> Alexandra Ertelthalner, MA, MA

# Übersicht

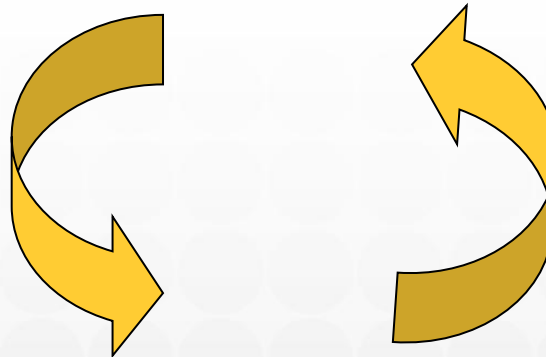
- Änderung Projektrahmen
- Projektablauf – Status Quo
- Instrumente der Gesundheitsförderung
  - Gesundheitsworkshops
  - Gesundheitszirkel
  - Führungskräfteworkshops
- Ausblick

# Änderung Projektrahmen

## Projektdurchführung

ppm forschung+beratung

- Sept.08 – Feb.10
- Mag.a Manuela Ritter
- MMag.a Heidi Wasserbauer



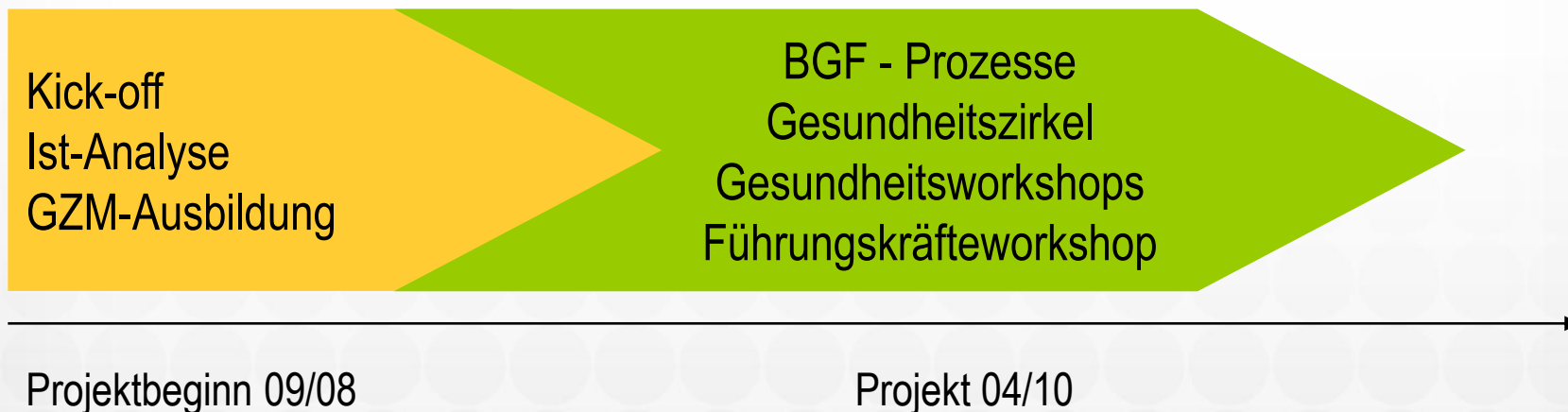
Wissenstransfer  
Dokumentation

ösb consulting

- Feb.10 – Aug.11
- Mag.a Alex Ertelthalner, MA,MA
- Mag.a Olga Kostoula
- Mag. Gernot Loitzl
- Mag. Markus Feigl

# Projekttablauf

## Status Quo



# Projekttablauf

## Status Quo

- **Abschluss der BGF - Projekte**



Verein für Arbeit und Lernen oberes Mühlviertel



Verein für psychosoziale Dienste



Verein zur Förderung von Arbeit und Beschäftigung



Verein zur Förderung von Arbeit und Beschäftigung



Verein zur Förderung der beruflichen Integration von arbeitsloser Jugendlicher

# Projekttablauf

## Status Quo

- **Laufender Prozess**



Verein Arbeitsloseninitiative B7



Sozial- und Ausbildungsinitiative unteres Mühlviertel



Beratungs- und Qualifizierungsangebote für Frauen  
in Vernetzung mit dem regionalen Arbeitsmarkt

# Instrumente Betrieblicher Gesundheitsförderung

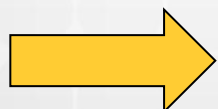


- Gesundheitsworkshop
- Gesundheitszirkel
- Führungskräfteworkshop

# Gesundheitsworkshops

## Zielgruppe: ProjektteilnehmerInnen

- Gesundheitsbewusstsein
- Motivation für Verhaltensänderung
  - 2 Basismodule: Gesundheit allgemein, Arbeitsumfeld
  - 5 Wahlmodule: Selbstwert, Lebensstil, Freizeit, Stressbewältigung, Älter werden

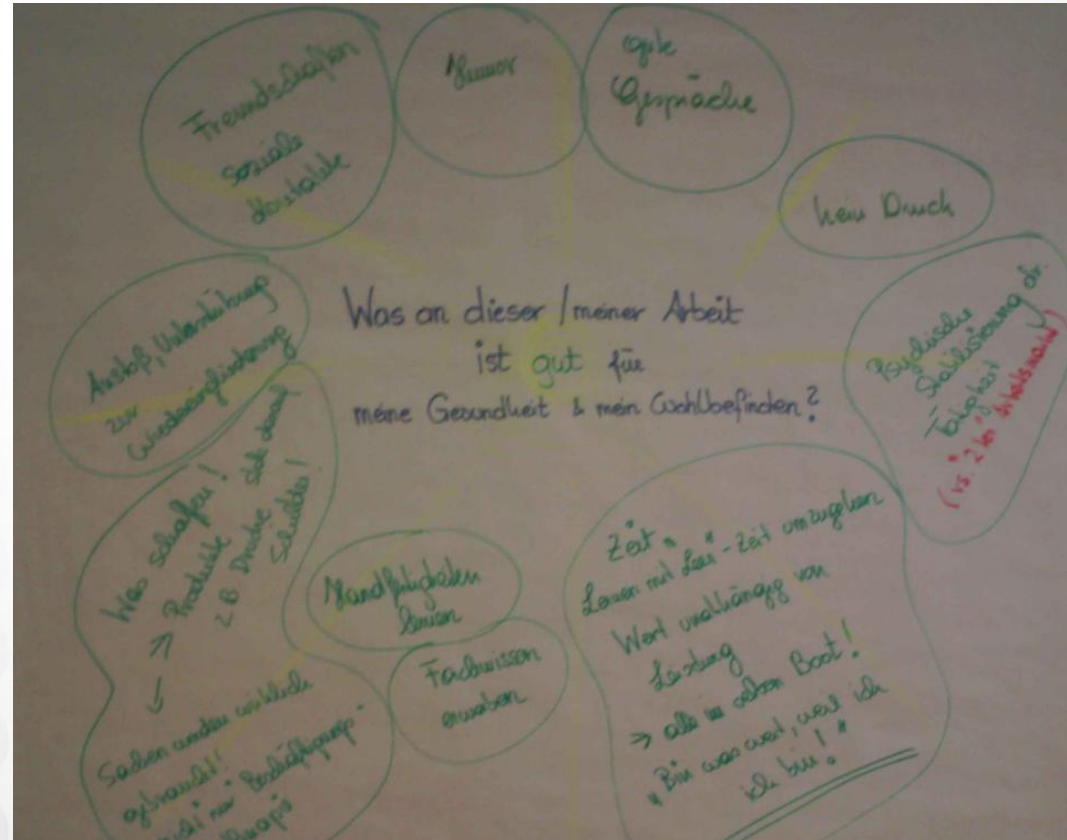
 Erprobung in 4 Betrieben



# Beispiel Arbeitsumfeld

● Was an meiner Arbeit ist gut für meine Gesundheit?

- Freundschaften
- Humor
- Weiterentwicklung
- Tätigkeit selbst



# Ergebnisse

- **Viele positive Reaktionen der TeilnehmerInnen!**
- „Gesundheit“, „Selbstwert stärken“, „Freizeitgestaltung“
  - Neue Motivation in ihrem Gesundheitsverhalten
  - Steigerung des Gesundheits- und Sicherheitsbewusstseins
  - Besserer Umgang mit Stress- und Konfliktsituationen

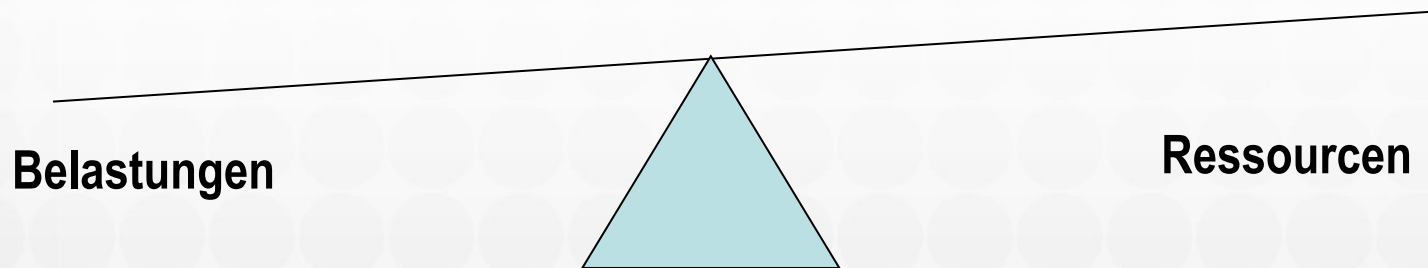
# Gesundheitszirkel

- Erhebung von Belastungen und Ressourcen
- **Fokus auf Ressourcenorientierung!**
  - Maßnahmenpläne entsprechen Projektzielen
    - Organisationsebene: Reduktion der Belastungen
    - Personenebene: Stärken der Ressourcen

# Gesundheitszirkel

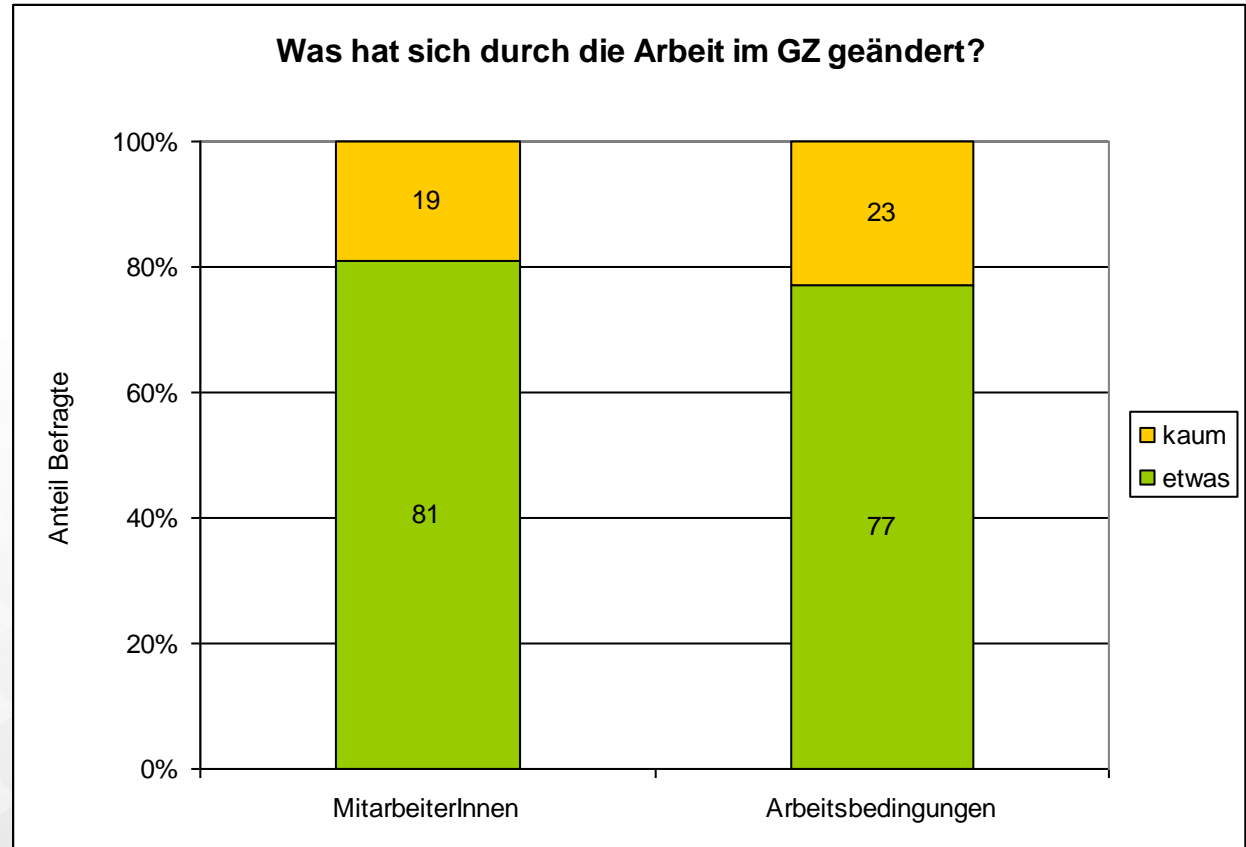
## Ergebnisse

- Eingeschränkte Einflussnahme auf Rahmenbedingungen
- Team
- Zeitmangel und Erfolgsdruck
- Team/soziale Unterstützung
- Autonome Arbeitsgestaltung
- Kommunikationsstrukturen
- Weiterbildungsmöglichkeiten



# Gesundheitszirkel

## Ergebnisse



# Führungskräfteworkshops

- Meine Gesundheit als Führungskraft
- Gesunde Führung
- **Rückmeldung sehr positiv!**
- Besonders positiv:
  - Austausch und Selbstreflexion



# Ausblick

- Betriebsebene: Abschluss und Integration
- Netzwerkebene: Verankerung der Produkte
  - Weiterbildungsprogramm
  - Pool an GZ – ModeratorInnen
  - Good practice Modelle
  - Instrumente der Gesundheitsförderung
    - Öffentlich zugänglich machen
    - Permanente Weiterentwicklung





**Danke für Ihre Aufmerksamkeit!**