

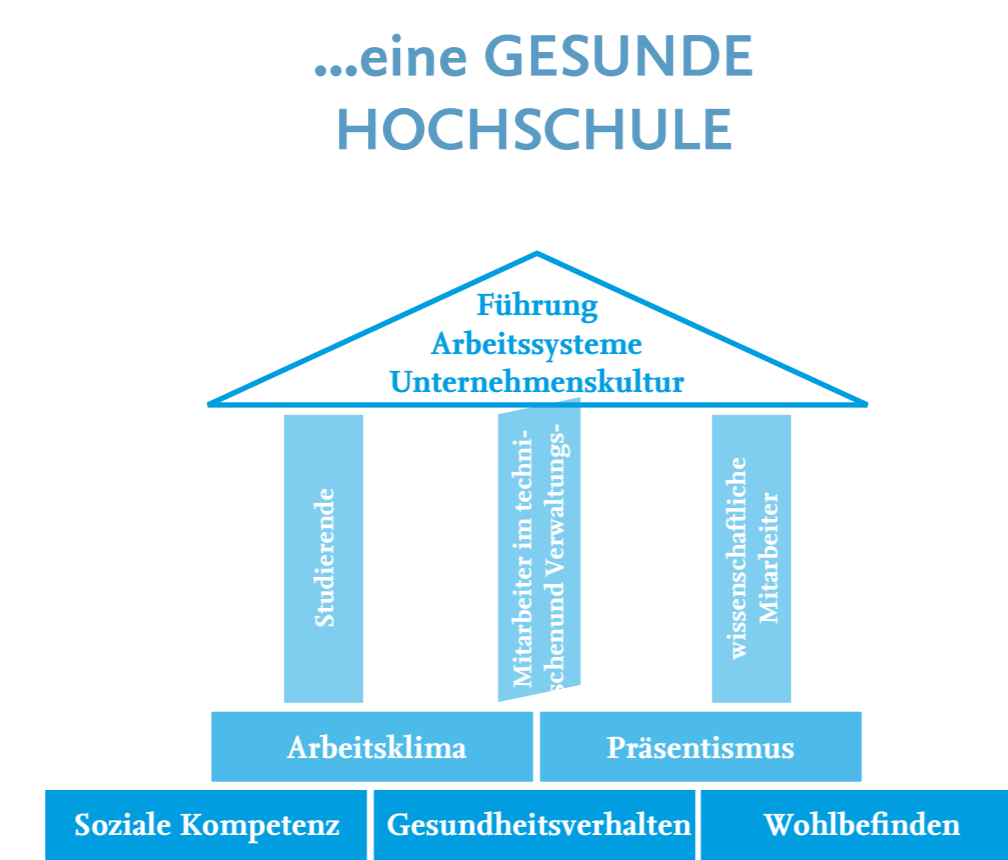
Einführung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Vor dem Hintergrund sich verändernder Arbeitsbedingungen und der Verlängerung der Lebensarbeitszeit steigt die Arbeitsbelastung kontinuierlich an. Arbeitgeber geraten zunehmend in die Pflicht, die Gesundheit ihrer Beschäftigten stärker in den Fokus zu stellen. Dazu kann das Betriebliche Gesundheitsmanagement hilfreich sein. Wir wollen hier ein praxisnahes Beispiel präsentieren, wie eine Hochschule diesen Herausforderungen begegnen kann.

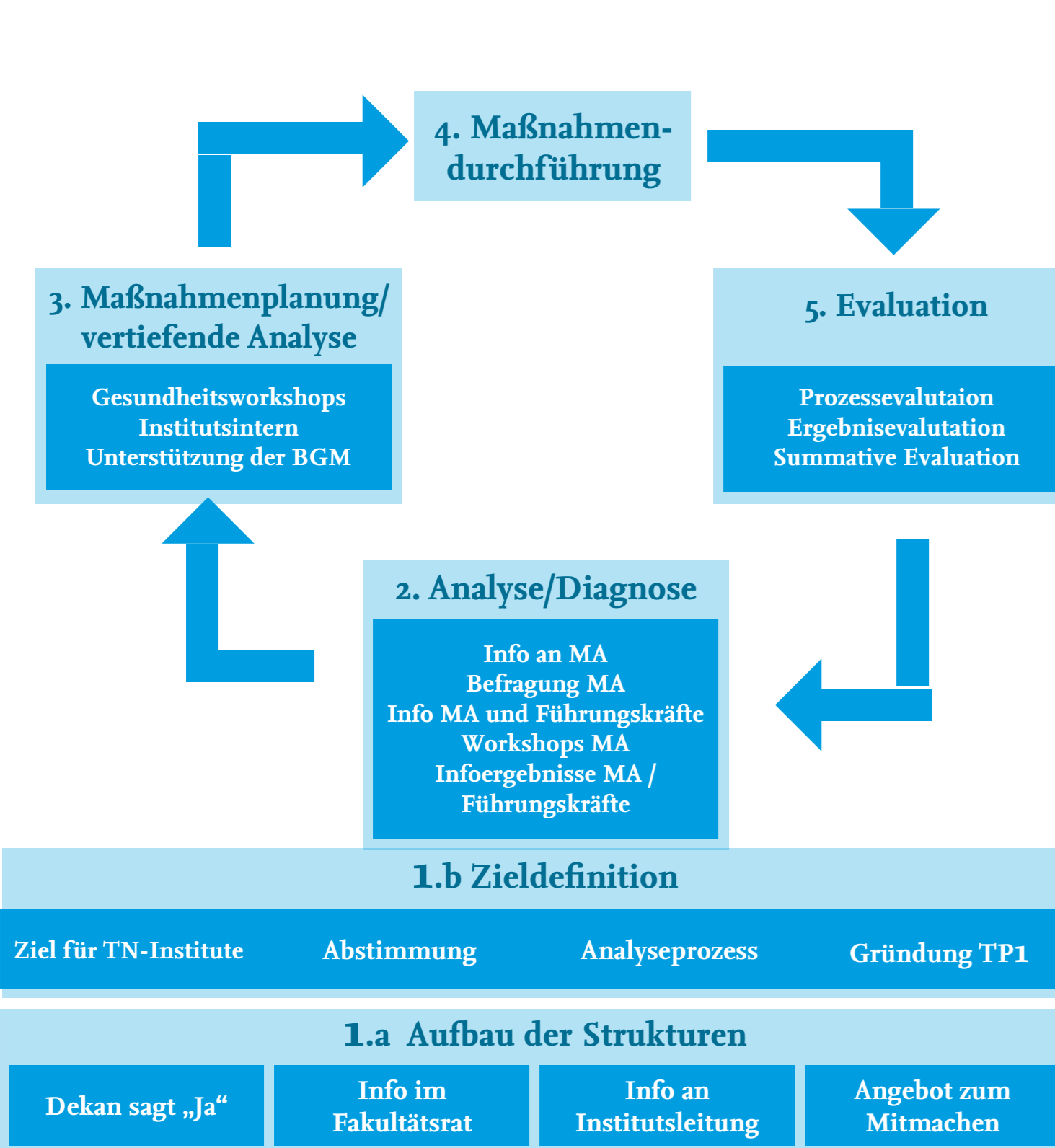
TECHNISCHE UNIVERSITÄT BRAUNSCHWEIG...



BGM ist ein Prozess, in dem betriebliche Strukturen und Rahmenbedingungen entwickelt werden, die die Arbeitsorganisation und -abläufe gesundheitsförderlich gestalten und einen positiven Einfluss auf das Gesundheitsverhalten der Beschäftigten zum Ziel haben. Eine gesunde Hochschule gewährleistet eine gesunde Arbeitsorganisation und erhält und fördert die Arbeitsfähigkeit. Präventionsmaßnahmen werden angeboten bzw. durchgeführt, Unfälle vermieden und der Krankenstand gesenkt. Mit Steigerung des physischen, psychischen und sozialen Wohlbefindens der Beschäftigten sind Wirtschaftlichkeit, Wettbewerbsfähigkeit der Hochschule, die soziale Verantwortungsübernahme des Arbeitgebers für seine Beschäftigten und nicht zuletzt das Image der Hochschule in der öffentlichen Wahrnehmung unterstützt. Ausgehend von dem Präventionsgesetz §20 SGB V hat sich die TU Braunschweig der Herausforderung gestellt, sich in ein gesundheitsförderliches Setting weiterzuentwickeln und initiierte im September 2007 das BGM-Projekt.



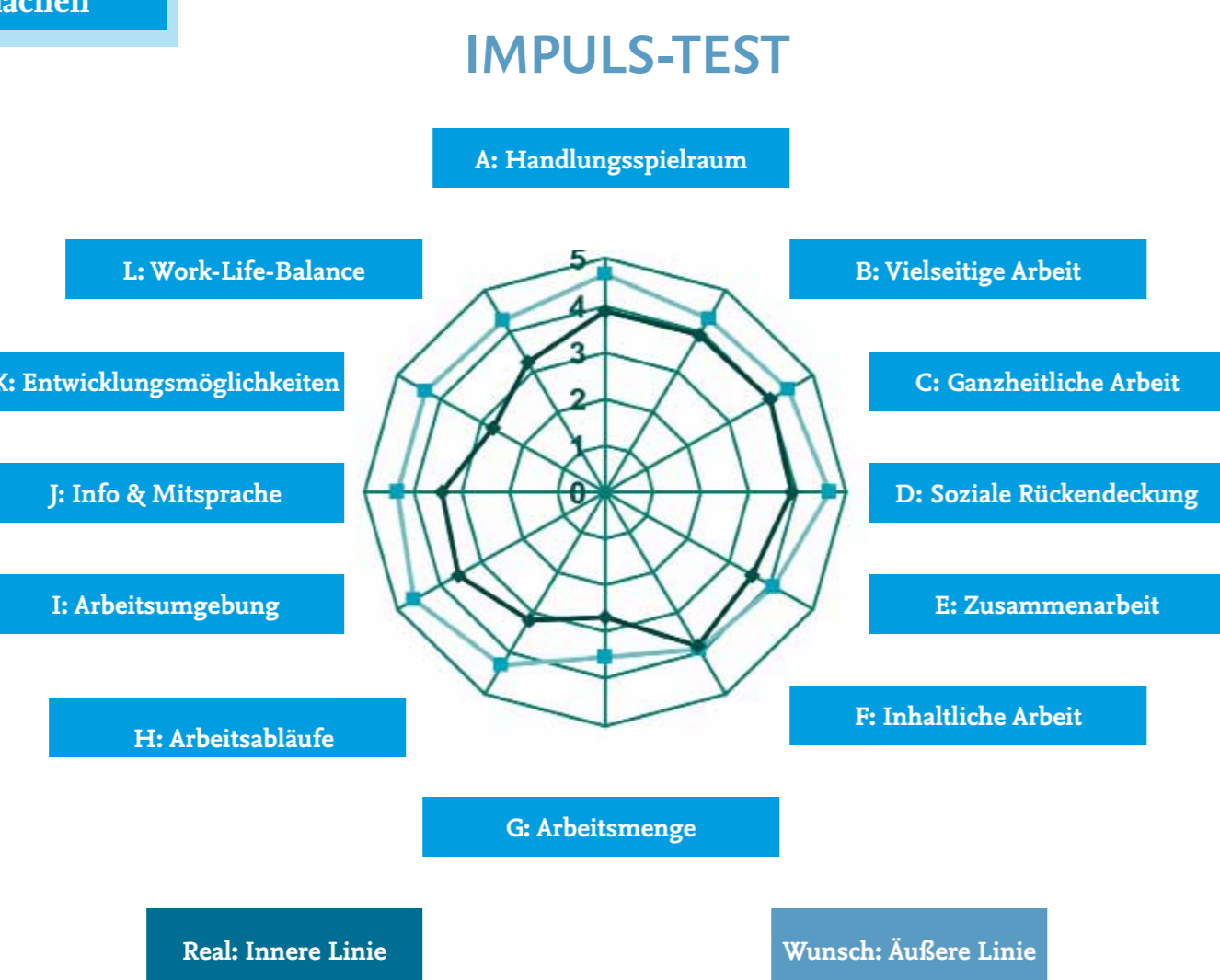
BGM - KERNPROZESS



Grundlegend für den BGM-Prozess ist der Aufbau einer Organisationsstruktur (mit einem Lenkungsausschuss, Arbeitskreis sowie einem Expertenpool). Die Leitung der Hochschule muss der Struktur und dem Prozess zustimmen und beides fördern. Alle Mitarbeiter/innen und Führungskräfte müssen über die Ziele und das Vorgehen informiert werden und die Möglichkeit zur Partizipation erhalten. Um ergebnis- und handlungsorientiert zu arbeiten, werden Teilprojekte initiiert. In Workshops werden Themen von den Zielgruppen erarbeitet. Beraten und unterstützt werden sie dabei vom Arbeitskreis. Der Lenkungsausschuss entscheidet über die Weitergabe und Umsetzung der erarbeiteten Zielformulierungen und Lösungsansätze der Workshops.

Für ein gelungenes Betriebliches Gesundheitsmanagement an der TU Braunschweig gelten folgende Kriterien: Partizipation, Eingliederung, Koordination (Systematische Prozesssteuerung), Ganzheitlichkeit (Salutogenese) und Transparenz.

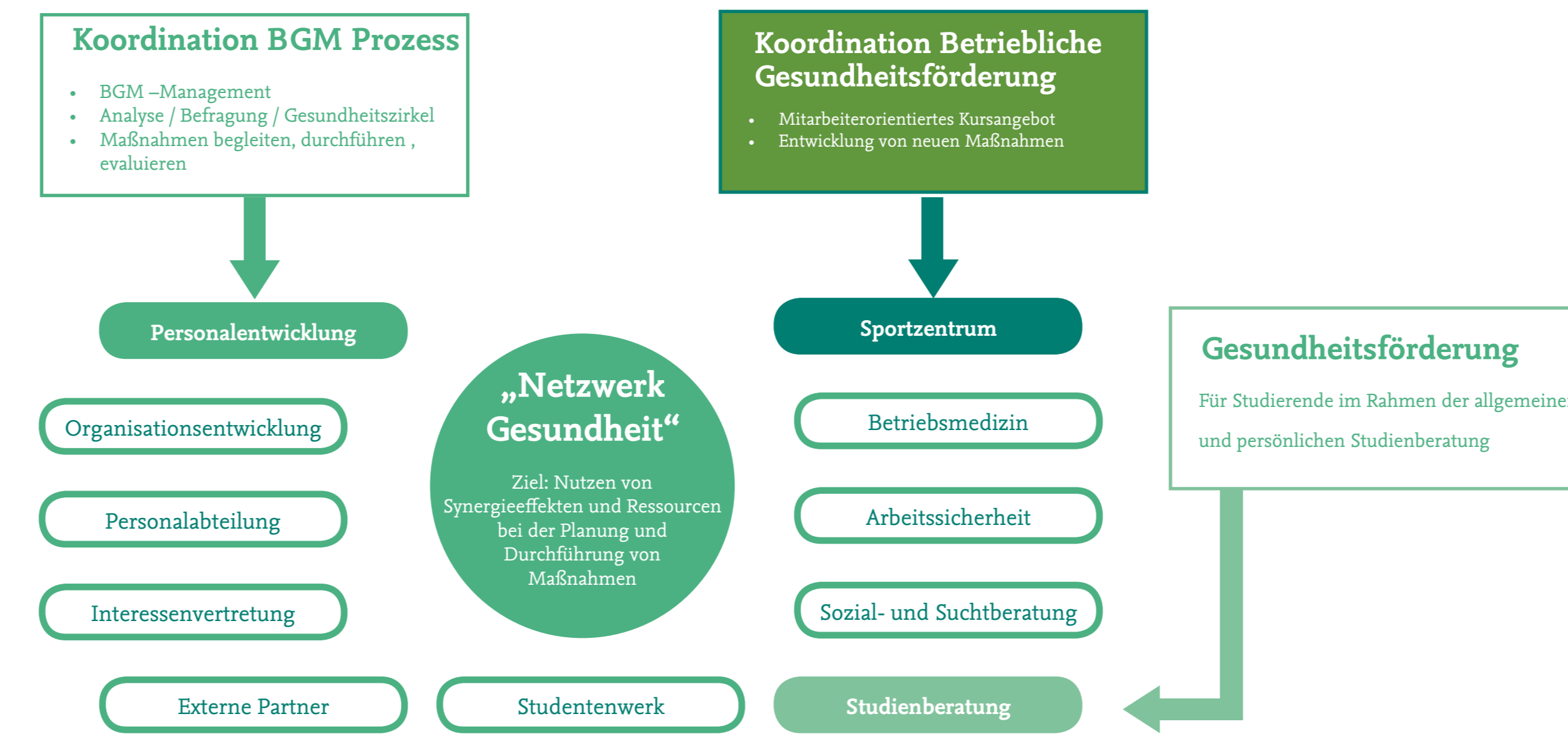
Die Ergebnisse des durchgeführten Screening-Verfahrens „IMPULS-Test“ wurden als Einstieg für die Gesundheitszirkel genutzt, in denen unter aktiver Partizipation der Beschäftigten Verbesserungsvorschläge erarbeitet und entsprechende Maßnahmen umgesetzt wurden.



Implementierung

Der Arbeitskreis verstand sich während der Projektphase als „Netzwerk Gesundheit“ und ist heute fest in der TU BS etabliert. Die Zielgruppenprojekte definierten den BGM - Kernprozess und waren Schwerpunkt des Projekts. Daneben erzielte der Arbeitskreis Synergieeffekte durch unterstützende Themenprojekte: „Betrieblichen Eingliederungsmanagement“, „Kommunikation“, „Indikatoren“ und „Gesundheitsförderung für alle“, die vor allem die Akteure der Gesundheitsförderung vernetzen.

Durch die bestehenden internen Netzwerke und mit Unterstützung externer Kooperationspartner, durch Fachwissen in Beratungssitzungen als auch durch Finanzmittel konnte das Projekt erfolgreich umgesetzt werden. Implementiert an der TU Braunschweig ist das Betriebliche Gesundheitsmanagement, die Betriebliche Gesundheitsförderung und der Arbeitskreis „Netzwerk Gesundheit“, welchem aktive Akteure aus unterschiedlichen Fachbereichen angehören und gemeinsam die Ziele der gesunden Hochschule weiterverfolgen.



HANDLUNGSFELDER UND IHRE AKTEURE



BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement wurde in der Abteilung der Personalentwicklung verankert. Es beschäftigt sich mit der systematischen und nachhaltigen Gestaltung von gesundheitsfördernden Strukturen und Prozessen sowie mit Themen wie psychischer Belastung, Betriebliches Eingliederungsmanagement und berät sowie gestaltet Kurse zur Persönlichkeitsentwicklung. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement und die Betriebliche Gesundheitsförderung arbeiten eng zusammen. Derzeit konzipieren sie die Vortragsreihe „Mit der TU Braunschweig gesund durch's Jahr“. Gemeinsam mit dem Netzwerk Gesundheit werden Fitness- und Gesundheitstage geplant sowie Vorträge z.B. „Stress lass nach“ organisiert.

SPORTZENTRUM



BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG TEIL DES SPORTZENTRUMS

Das Sportzentrum versteht sich als Quadrozentrum und vereint die Elemente: Bewegung, Kultur, Kommunikation und Gesundheit. Die Zukunft lautet deshalb: Entwicklung eines Gesundheitstrainingszentrums! Es richtet bedarfsgerechte Sportangebote an alle Studierende der TU Braunschweig, Ostfalia, HBK Braunschweig und für alle Beschäftigten der TU Braunschweig. Gesundheitssport bedeutet: Erhaltung, Verbesserung bzw. Wiederherstellung der Gesundheit und des Wohlbefindens. Er ist ein Instrument der Prävention und kann Gesundheitskosten senken, somit gilt er als vierte Säule des Gesundheitswesens. Gesundheitsangebote und -maßnahmen für die Beschäftigten sowie für die Studierenden werden kooperativ mit der BGF und weiteren Akteuren des Netzwerks Gesundheit entwickelt und durchgeführt.

Betriebliche Gesundheitsförderung

In der BGF der TU Braunschweig wird entsprechend der salutogenetischen Sichtweise nach Antonovsky ein ganzheitlicher Ansatz der Gesundheitsförderung verfolgt. So bringt es Menschen durch ein vielfältiges Gesundheitsportangebot in Bewegung, vermittelt Gesundheitskompetenzen, um gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu fördern und Risikoverhalten zu senken. Ein großes Thema der BGF ist die Entspannung und Mobilisation von Stärken und Ressourcen, doch letztendlich ist jeder einzelne Mensch selbstverantwortlich für die eigene Gesundheit.

Aufgaben der BGF:

- Planung und Durchführung vielfältiger, barrierefreier und niedrigschwelliger Gesundheitsmaßnahmen
- Mitarbeit bei der Analyse physiologischer Belastungen und Ressourcen
- Auswahl an qualifizierten externen Honorarkräften, Trainer/innen und Berater/innen
- Mitarbeit bei Aus-, Fort- und Weiterbildung sowie Budgetcontrolling
- BGF-spezifische Beratung für die TU Beschäftigten

BGF-ANGEBOT

Seminare/ Kurse als Weiterbildung	Seminare/ Kurse	Individuelle Angebote	Qualifizierung KursleiterInnen
<ul style="list-style-type: none"> Augenschule Bewegte Pause Entspannte Pause Ergonomie/ Rücken Wirbelsäulengymnastik ... 	<ul style="list-style-type: none"> Nordic-Walking Guten Morgenwalk Pilates Yoga ... 	<ul style="list-style-type: none"> Campus-Massage Beratung ... <p>Gesundheitsaufklärung</p> <ul style="list-style-type: none"> Gesunder Wochenplan Gesundheitspass ... 	<ul style="list-style-type: none"> Gesundheitsbildung Gesundheitsberatung 1. Hilfe Kurs ...

Die BGF-Kurse finden viel Zuspruch. So können 1/4 der BGF-Angebote als Weiterbildung angerechnet werden und gelten somit als Arbeitszeit.

1h Gesundheitsförderung = 1h Weiterbildung

WiSe 09/10
Kurse: 14
Kursplätze: 313
Buchungen: 158
Auslastungen: 51%
Beschäftigte: 108
3,7 % der TU-Beschäftigten

SoSe 2010
Kurse: 24
Kursplätze: 394
Buchungen: 246
Auslastungen: 62%
Beschäftigte: 183
6,3 % der TU-Beschäftigten

WiSe 10/11
Kurse: 21
Kursplätze: 426
Buchungen: 286
Auslastungen: 66%
Beschäftigte: 178
6,1 % der TU-Beschäftigten

Die BGF strebt ein eigenes qualitativ hochwertiges Kursprogramm an. Sie besteht eine aktive Zusammenarbeit mit weiteren Akteuren der Gesundheitsförderung. Netzwerkarbeit besteht zum Arbeitskreis Gesundheitsfördernder Hochschulen, zur Techniker Krankenkasse, welche sehr viele Maßnahmen und Projekte der BGF TU BS begleitet sowie zu weiteren Förderern und Mitgliedern des Sportzentrums.

Seit Januar 2011 wird den Beschäftigten der TU Braunschweig ein Personal Training direkt am Arbeitsplatz angeboten. Für die TU Braunschweig ist in Anlehnung an das Pilotprojekt der Uni Potsdam der „pausenexpress“, konzipiert und eingeführt worden. Das „pausenexpress“-Team besucht Bürogemeinschaften in ihren Büro- und Beratungsräumen, um den Teilnehmenden eine aktivierende Pausengestaltung anzubieten. Das Kurzprogramm aus Bewegung, Entspannung und Fitness soll zunächst einmal über das typische Mittagstief hinweg helfen, zum weiteren Verspannungen, Kopf- und Nackenschmerzen vorbeugen und lindern. Dabei wird bei den Teilnehmenden die Wahrnehmung des eigenen Körpers geschult und Gesundheitskompetenzen vermittelt. Im Januar 2011 ist dazu ein Trainermanual erstellt worden, indem Kurskonzept, Theorie und praktische Übungen erklärt sind.



WiSe 10/11
16 Kurse
10 gebucht Kurse mit vollständiger Auslastung
3 Kurse überbelegt
71 Beschäftigte
5 Trainer/innen

SoSe 2011
Bedarf an weiteren Kursen und Trainer/innen

GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR STUDIERENDE



Kooperationsvorgänge des Netzwerks Gesundheit bestehen zudem zur Uni Paderborn, im Bezug auf die GRIPS /GRIBS - Studie. „Gesund und erfolgreich in Braunschweig studieren“

In Kooperation und Unterstützung durch die Techniker Krankenkasse werden gesundheitsrelevante Daten von Studierenden der Hochschulen Paderborn und Braunschweig erhoben, um Gesundheitsverhalten, Dispositionen und Studien- und Alltagsbedingungen zu dokumentieren und zu analysieren. Ziel ist dabei die Integration von Gesundheitsförderungsmaßnahmen auch in den Studienalltag.