



**Bewegung**  
in der  
**betrieblichen Gesundheitsförderung**  
aus der Sicht  
eines **Großklinikums**



## Zwei Bedeutungsebenen:

1. **Thema Gesundheitsförderung ist in Bewegung**
2. **Bewegung als eine Strategie in der Verhaltensprävention**



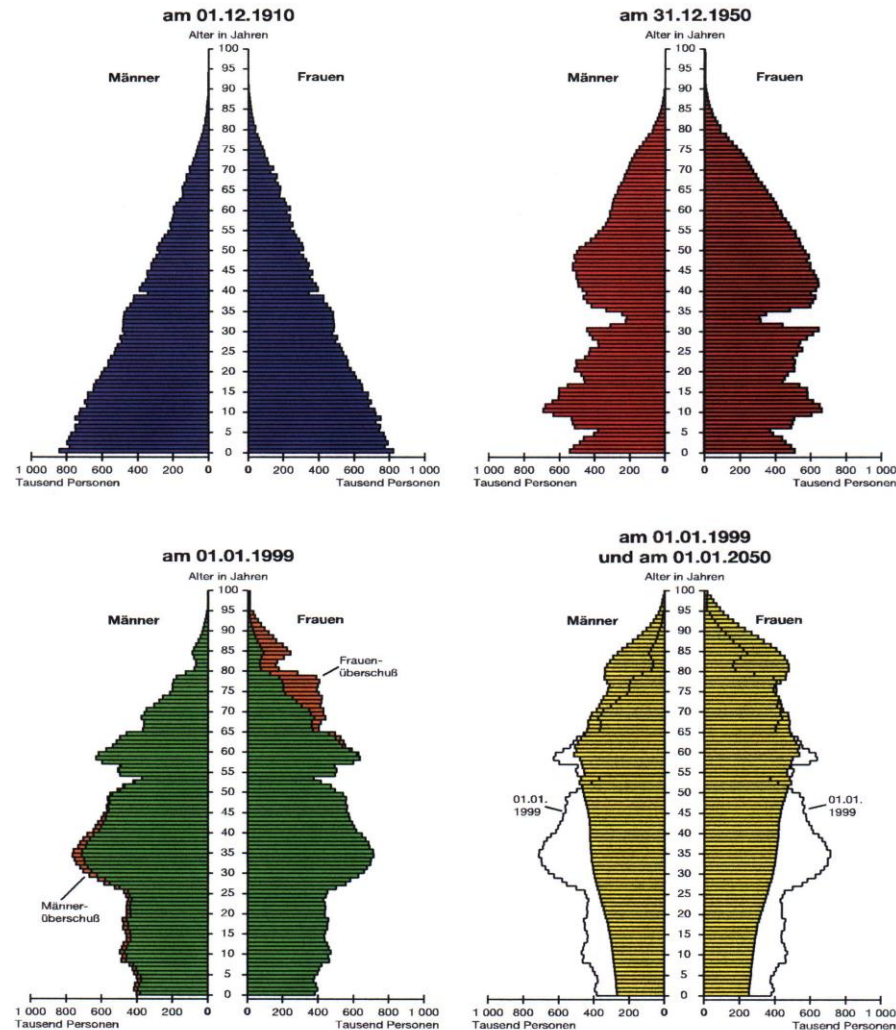
- Innovationstempo übersteigt oft die Anpassungsfähigkeit der Beschäftigten
- Dokumentation und Evaluation nehmen zu, Zeit für die eigentliche Arbeitsaufgabe wird weniger
- Führung wird komplexer und anspruchsvoller
- demographischer Wandel



- Hohe psychophysische Belastung
- 3-Säulenstruktur
- Schnittstellenprobleme
- Mangelnde Transparenz / Kommunikation
- Starre Hierarchien
- Hoher Arbeitsdruck
- Personalknappheit / Fachkräftemangel
- Alternde Belegschaft

## Exkurs: Altersaufbau der Bevölkerung in Deutschland Entwicklung 1910 - 2050

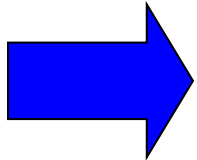
Altersaufbau der Bevölkerung in Deutschland





Das Unternehmen muss sich **bewegen**, um...

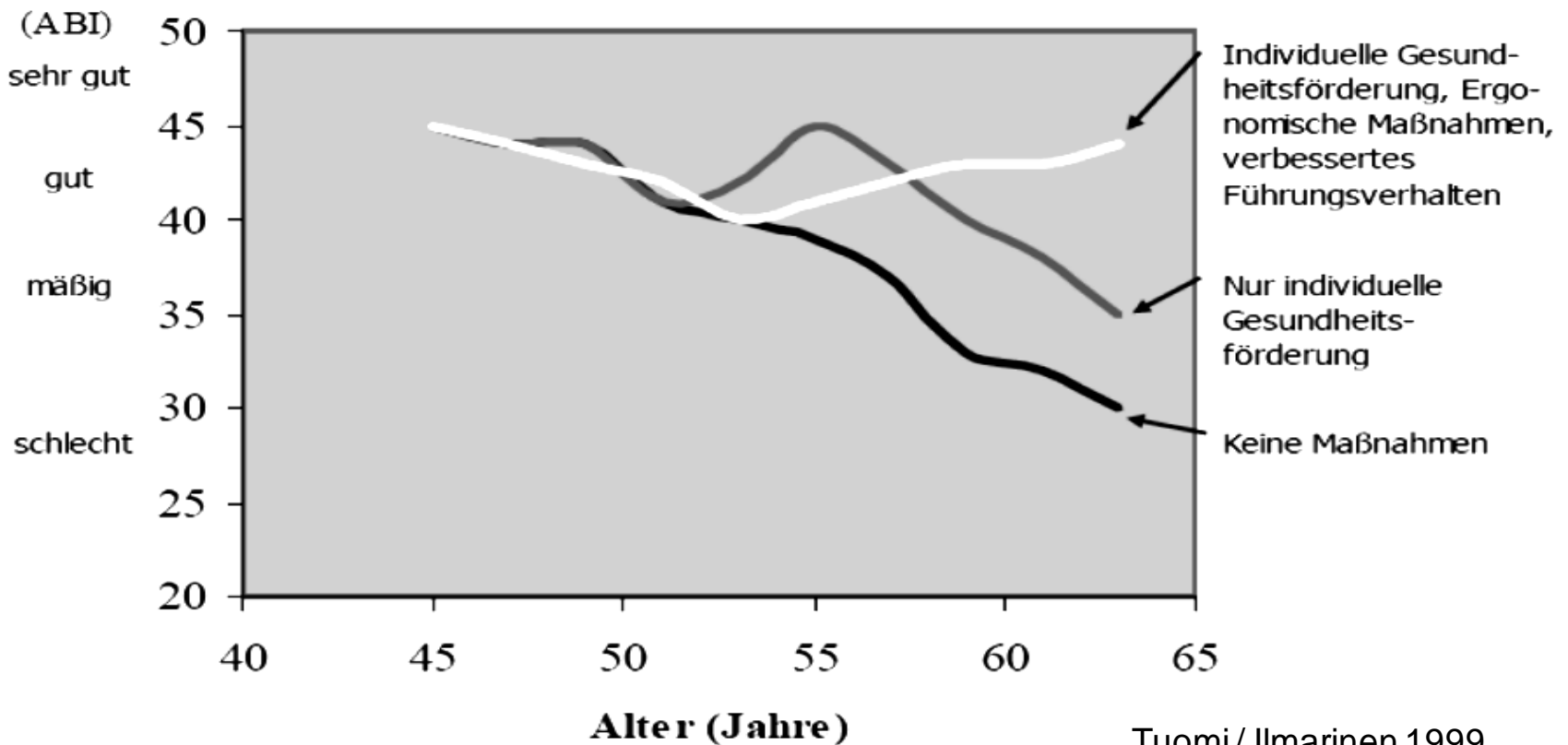
- **Qualifiziertes Personal im Unternehmen zu halten**
- **Ältere MA arbeitsfähig zu erhalten**
- **Qualifiziertes Personal neu zu rekrutieren**



**gesunde, motivierte und gut ausgebildete  
MA als elementare Voraussetzung für den  
Unternehmenserfolg**



## Arbeitsfähigkeit



Tuomi/ Ilmarinen 1999



## Betriebliches Gesundheitsmanagement

Bewusste Steuerung aller betrieblichen Prozesse mit dem Ziel der Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung von Gesundheit und Wohlbefinden der Beschäftigten durch Einwirken auf **Verhalten** und **Verhältnisse** mit Verankerung des Prozesses in der betrieblichen Aufbau- und Ablauforganisation



# Grundlagen schaffen für Veränderung:



**1. Schaffen von Strukturen: „Steuerungsgruppe Gesundheit“  
„Arbeitsgruppe Gesundheit“**



## **Steuerungsgruppe Gesundheit**

**Strategische Steuerung**

**Mittelbereitstellung**

**Entscheidung über neue Projekte**

**Überwachung der Zielerreichung**

## **Arbeitsgruppe Gesundheit**

**Vernetzung aller Akteure**

**Initiierung neuer Projekte und Vorschläge**

**Projektbegleitung und -umsetzung**

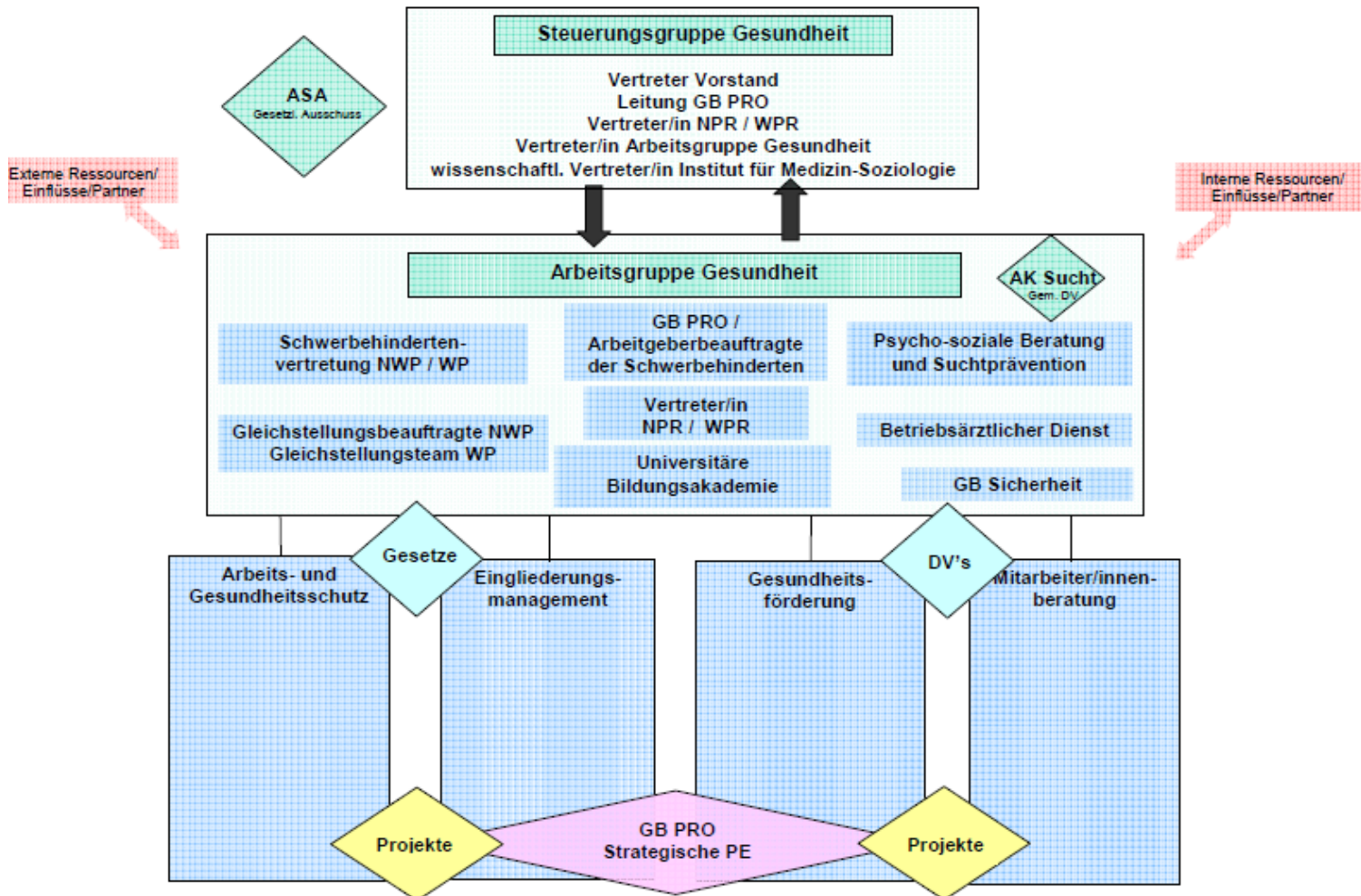


- 1. Schaffen von Strukturen: „Steuerungsgruppe Gesundheit“  
„Arbeitsgruppe Gesundheit“**
- 2. VA „Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement“**



## Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement

Anlage 01 zu VA 1.5.37





- 1. Schaffen von Strukturen: „Steuerungsgruppe Gesundheit“  
„Arbeitsgruppe Gesundheit“**
- 2. VA „Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement“**
- 3. Erfassung, Optimierung und Vernetzung aller UKE-Angebote zur Verhaltensprävention**



## Angebote zur individuellen Prävention

Stressmanagement UBA

Supervision u.  
Coaching

Suchtberatung

Ernährungsberatung

Angebote der  
Gleichstellungsbeauftragten

Nichtraucher-  
kurse

Hochschulsport

Meridian Spa

Fitnessangebote  
Physiotherapie

Psycho-soziale  
MitarbeiterInnenberatung

Aktive  
Bewegungspause

Projekt „Medikamenten-  
missbrauch“

VBS

Schwerbehinderten-  
beratung

Ergonom.  
Arbeitsplatzgestaltung

BEM

Individuelle  
Gesundheits-  
Beratung

Rückengerechter  
Patiententransfer

Burnout-Prophylaxe

Betriebssport



- 1. Schaffen von Strukturen: „Steuerungsgruppe Gesundheit“  
„Arbeitsgruppe Gesundheit“**
- 2. VA „Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement“**
- 3. Erfassung, Optimierung und Vernetzung aller UKE-Angebote zur Verhaltensprävention**
- 4. Gesundheitsportal auf der Startseite Intranet mit Info über interne u. externe Angebote für alle MA**




Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

Patienten / Besucher | Studierende / Lehrende | Einweiser | Wissenschaftler | Partner | Medien | Mitarbeiter

Suchen

Home > Mitarbeiter



### Mitarbeiter

**Aktuelle Bildungsangebote**

- Ab sofort steht das **Bildungsprogramm 2011** zur Verfügung. Klicken Sie bitte auf den nachfolgenden Link, um auf unser neues Kursangebot zu kommen. Sie können sich so direkt online anmelden [www.uke.de/bildungsakademie-anmeldung](http://www.uke.de/bildungsakademie-anmeldung)

**Gesundheitsförderung - Neue Kurse**

- [Beckenbodenschule](#)  
04.03.2011 von 12:00-13:00
- [Herz-Kreislauf](#)  
27.01.2011 von 15:00-16:00
- [Herz-Kreislauf](#)  
16.03.2011 von 17:00-18:00
- [Muskelrelaxation nach Jacobson](#)  
19.02.2011 von 16:45-17:30
- [Pilates](#)  
05.05.2011 von 19:00-20:00

Kontakt | English | Sitemap

**Gesundheitsmanagement**

- ▾ Fit in den Frühling

**Intranet**

- ▾ Gripeschutzimpfung 2010/2011 (Impfung gegen die saisonale Grippe)
- ▾ Newsletter Archiv
- ▾ Mitteilungen des Vorstandes
- ▾ Telefon: Tarife und wichtige Nummern
- ▾ UKE Board - Diskussionsforum
- ▾ Mitarbeiterzufriedenheit
- ▾ Ideenwettbewerb "Mach mit"
- ▾ Umzugsmanagement
- ▾ Speisepläne
- ▾ Raumvermietungsservice

**EDV - aktueller Status**

- ▾ EDV - Aktuelle Meldungen
- >> zurzeit keine Meldungen

Wir über uns

Zentren | Kliniken | Institute

Zentrale Dienste

Medizinische Fakultät

---

Leitbild UKE

Patienten- und Pflegemanagement

Ausbildungen

Fort- und Weiterbildung

Stellenangebote

Personalbeauftragte

---

Personalvertretungen

Services + Telefonnummern

Meldewesen

Informationen von A - Z

Interner Stellenmarkt

Formulare

QS-Handbuch

Datenschutz

UKE-Telefon und Mail

Alarmierungsplan **A**

Brandschutzordnung [pdf]



- Hochschulsport: 700 Kurse in 80 Sportarten
- verschiedene Betriebssportgruppen
- Physiotherapie: 13 zertifizierte Präventionskurse
- Universitäre Bildungsakademie
- Externe Angebote



- Aktive Bewegungspause (am Arbeitsplatz)
- Rückengerechter Patiententransfer (praxisbezogen)
- Ergonomisches Bewegungstraining am AP  
(tätigkeitsbezogen, auch bei Wiedereingliederung)
- Animierende Bewegungssoftware (auf dem PC)



## **Stärkung individueller Gesundheitsressourcen durch**

- **Zeit- und Stressmanagement**
- **„Burnout-Prophylaxe“**
- **Supervision und Coaching**
- **Ernährungsberatung**
- **individuelle Gesundheitsberatung (BA,  
hausint. Angebote)**



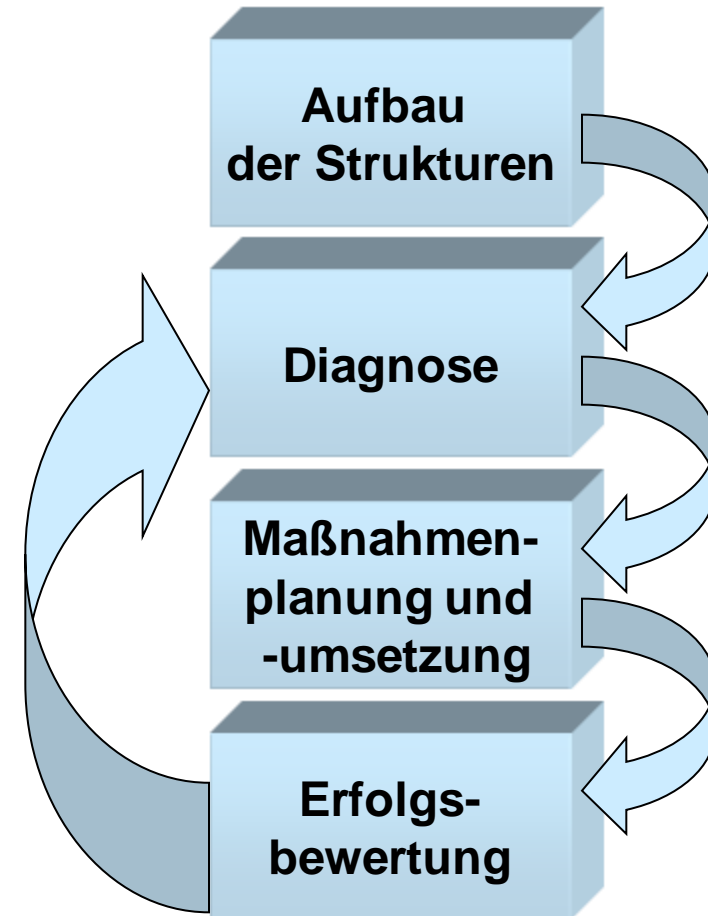
- 1. Schaffen von Strukturen: „Steuerungsgruppe Gesundheit“  
„Arbeitsgruppe Gesundheit“**
- 2. VA „Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement“**
- 3. Erfassung, Optimierung und Vernetzung aller UKE-Angebote zur Verhaltensprävention**
- 4. Gesundheitsportal auf der Startseite Intranet mit Info über interne u. externe Angebote für alle MA**
- 5. Etablierung von Projekten zur Verhältnisprävention (klassischer Zyklus Organisationsentwicklung)**

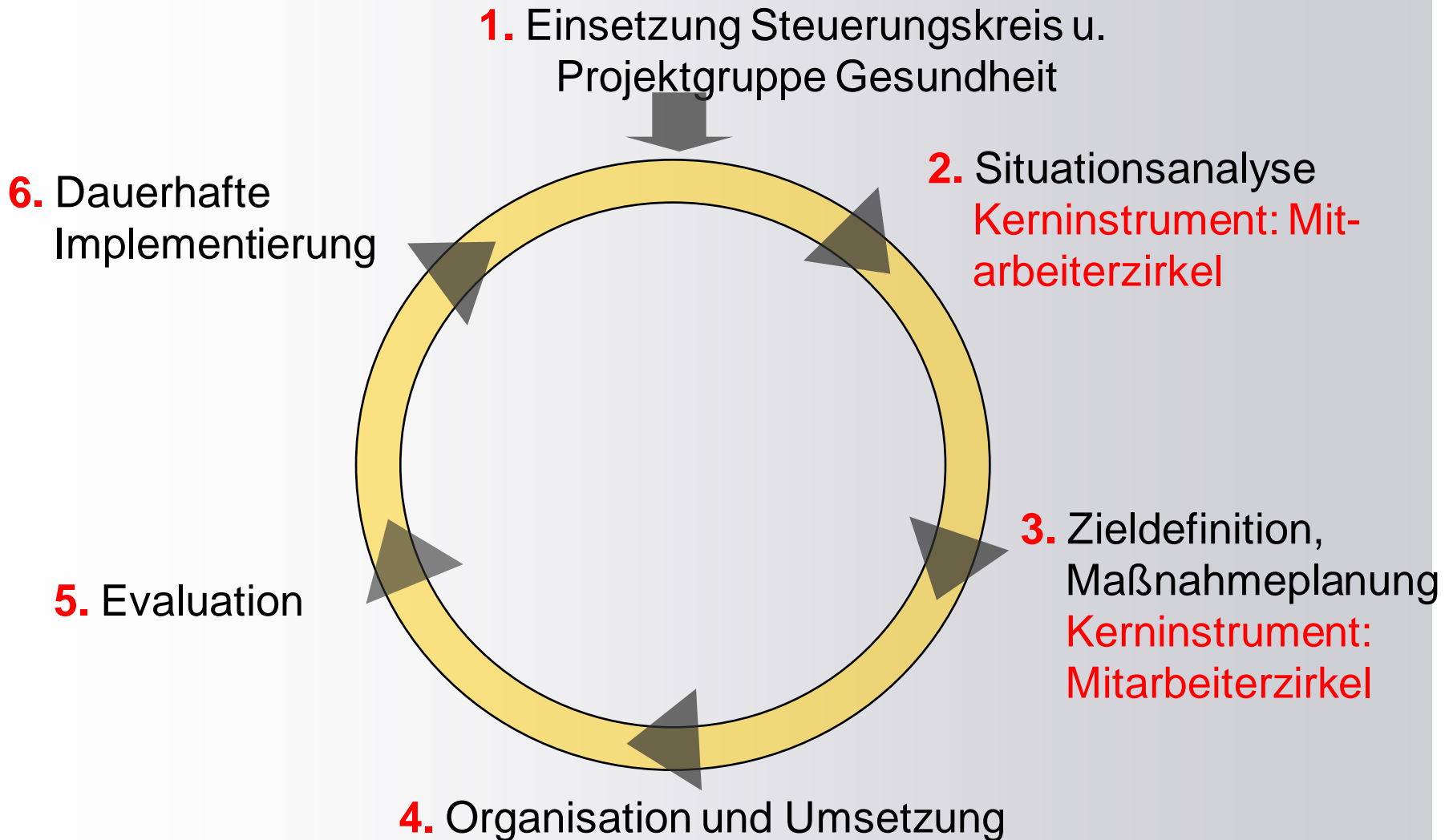
... ist ein Prozess, der auch die Verbesserung von arbeitsorganisatorischen Rahmenbedingungen zum Ziel hat.

**Steuergruppe  
AG Gesundheit**

**Gefährdungsanalysen  
Mitarbeiterbefragungen  
Gesundheitszirkel  
Eingliederungsgespräche etc.**

**Verbesserung AO und Führung,  
Kommunikation  
Ergonomie**







## Mitarbeiterzirkel

In moderierten Kleingruppen von 8-10 Mitarbeiter/innen werden

- gesundheitliche Belastungen und arbeitsorg. Probleme
- gesundheitliche Ressourcen
- Innovations- und Lösungsvorschläge

mit Hilfe des Expertenwissen der Beschäftigten erarbeitet.



Aufbau von Strukturen	Analyse/ Diagnose	Maßnahmen- planung	Umsetzung	Evaluation
<b>Steuerungs- gruppe</b> zuständig für Strategie, Ziele, Mittelbereitstellung <b>AG Gesundheit</b> Detailplanung u. Umsetzung	<b>Erhebung d. Ist-Zustandes</b> Problem- sammlung	<b>Systemat. Problemlösung</b> mit Qualitätszirkeln (als Problemlöse- instrument)	<b>Verhältnispräv.</b> Optimierung von Strukturen, AO, Führung, Ergonomie. Pers.kapazität Vgl. Ist/Soll	<b>Kennzahl- Vergleich</b> Vergleich vorher/nachher
	Auswertung vorhandener Daten: Befragungen, Zirkel, Gesundheits- bericht	<b>Umsetzungsplanung</b> nach Zielsetzung, Dringlichkeit und Ressourcen: Priorisierung durch Steuerungsgruppe	<b>Verhaltenspräv.</b> Förderung pers. Ressourcen: Individuelle Qualifizierung	MA-Befragung, AU, Fluktuation, SP-Expert, BEM-Quote...



- April 2010: Vorbereitung, Start des Projektes
- Mai 2010: Durchführung einer schriftliche MA-Befragung
- Juni/Juli 2010: Durchführung von 4 MA-Zirkeln
  - Schreibkräfte
  - Teamleitungen Technische Assistenten
  - Technische Assistenten
  - Assistenzärzte
- Durchführung von 6 Einzelinterviews
  - Teamleitung Schreibbüro
  - Leitung Schreibkräfte / Sekretariat
  - Institutsleitung TA
  - 3 Oberärzte
- August-Oktober 2010: Entscheidung über Vorschläge / Umsetzung der Maßnahmen
- November 2010: Institutsversammlung
- April 2011: Evaluierung



## Ergebnisse der Mitarbeiterzirkel: Problembereiche

- Arbeitsorganisation
- interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Ergonomie
- Arbeitssicherheit
- räumliche Situation / Klima / Lärm
- Kommunikation
- Personalmangel
- Arbeitszeit / Bezahlung / Befristung
- Weiterbildung



## Art der Lösungsvorschläge

Arbeitsorganisation	23
Kommunikation	15
Anschaffung / Veränderung Mobiliar, Sonnenschutz usw.	10
Geräte /Arbeitsmittel	7
Information	5
Räuml. Organisation	3
Wartung	2
	65

### Allgemeine „Wünsche“:

- mehr Personal
- Entfristungen
- leistungsgerechte Bezahlung
- 48-Stunden-Vertrag



## Stand der Umsetzung am Beispiel der MTA's

Von ca. 35 Vorschlägen sind:

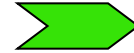
- 25 (71%) bereits umgesetzt oder die Umsetzung ist in Bearbeitung
- 5 (14%) in der Realisierungsprüfung
- 5 (14%) abgelehnt / nicht realisierbar



- Optimierung des Betrieblichen Eingliederungsmanagements
- Projekte zur Verhältnisprävention in Brennpunktbereichen
- Führungskräftequalifikation zur gesundheitsorientierten Führung / gezieltes Feedback für Führungskräfte
- Erfassung der „versteckten“ innerbetrieblichen Ressourcen (z. B. Mitarbeiter/innen mit Mediationsausbildungen, Experten Arbeitspsychologie)
- Demographischer Wandel / alter(n)sgerechtes Arbeiten / Demographiebericht und Gesundheitsreport
- Konzept zum Umgang mit leistungsgewandelten MA
- Festlegen geeignete Kennzahlen für die Evaluation



**Willst Du eine Stunde glücklich sein**



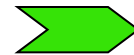
**dann schlafe**

**Willst Du einen Tag glücklich sein**



**geh fischen**

**Willst Du eine Woche glücklich sein**



**so schlachte ein Schwein**

**Willst Du einen Monat glücklich sein**



**dann heirate**

**Willst Du ein Jahr glücklich sein**



**so erbe ein Vermögen**

**Willst Du ein Leben lang glücklich sein**



**dann liebe Deine Arbeit**



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !**

**Dr. Gabriele Andersen**

**Betriebsärztlicher Dienst UKE**

**Fon: 040-7410-53193**

**[Gabriele.Andersen@uke-hh.de](mailto:Gabriele.Andersen@uke-hh.de)**