

Ein Projekt zur Förderung der Gesundheit in Tiroler SeniorInnen- und Pflegewohnheimen

Im Jahr 2017



**Gesundheit
hat kein
Alter**

Wir stellen uns vor

Projektleitung und -begleitung



GESAMTPROJEKTLEITUNG

Lisa Stern, BSc. MA

Tiroler Gebietskrankenkasse
Team Gesundheitsförderung
Klara-Pölt-Weg 2
6020 Innsbruck



PROJEKT-BEGLEITUNG

Mag. (FH) Claudia Muigg, MSc

DIE BERATERINNEN
Fallmerayerstr. 6/4
6020 Innsbruck

Gesundheit – ein wichtiges Thema

3

Gesundheit



+



Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen
Umwelt geschaffen und gelebt;
dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“

Ottawa-Charta, WHO 1986

Ausgangssituation

- » Initiator dieses Projektes:
 - » Hauptverband der Sozialversicherungen
 - » Fonds Gesundes Österreich
 - » Wiener Gesundheitsförderung
- » 2011 erstmals durchgeführt in 3 Pflegeheimen in **Wien**
- » 2015 wurde das Projekt in 5 Pflegeheimen in der **Steiermark** durchgeführt
- » 2017 setzt die TGKK das weiterentwickelte Projekt in 3 **Tiroler** Heimen um



Gesundheit in der Arbeits- und Lebenswelt Pflegewohnheim

5

- Aufgrund des demographischen Wandels **steigen die Anforderungen**
- Steigende physische und psychische **Belastungen in der Arbeits- und Lebenswelt Wohn- und Pflegeheim**
- Die TGKK möchte mit diesem Projekt **Beispiele guter Praxis** schaffen und für **ganzheitliche Gesundheitsförderung** sensibilisieren



Zielsetzung des Projekts

6

- Ziele des Gesundheitsförderungsprojekts:
 - Schaffung einer gesunden **Lebens- und Arbeitswelt**
 - Steigerung/Erhaltung des (subjektiven) Gesundheitszustandes **aller Anspruchsgruppen** – vom **Mitarbeiter** über **BewohnerInnen** und deren **Angehörige** bis zu den **Ehrenamtlichen**
 - Erlangung der **BGF Gütesiegels** für das WPH Tivoli

- Gesamtziel:
 - Schaffung von **drei Tiroler Models of Good Practice**
 - **Sensibilisierung** für ganzheitliche Gesundheitsförderung in der **Region**



„Gesundheit hat kein Alter“ ist einzigartig, weil...

7

➤ ... dieses Projekt **alle Beteiligten und Betroffenen** in der Lebens- und Arbeitswelt SeniorInnen – und Pflegewohnheim einschließt.

➤ Zielgruppen des Projektes sind:

MitarbeiterInnen
& Leitungsteam

Ehrenamtliche

BewohnerInnen

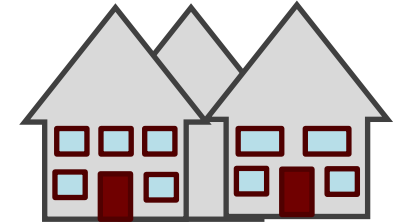
Angehörige



Kooperationspartner

8

- 3 Tiroler SeniorInnen – und
Pflegewohnheime



WH Tivoli, WPH Kramsach, WPH Lienz

- Mag. (FH) Claudia Muigg, MSc

DIE BERATERINNEN

- fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol



- I.S.O. Institut für Systemische
Organisationsforschung



- Tiroler Gebietskrankenkasse

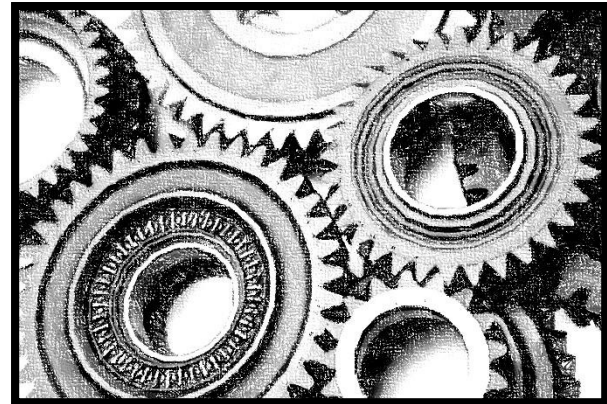


Gesundheitsförderung

9

im Setting Betrieb...

- ...bedeutet, die gesamte Organisation unter Beteiligung aller Mitarbeitenden systematisch gesünder zu gestalten



Gesundheitsförderung

10

im Betrieb

„(...) umfasst **alle gemeinsamen Maßnahmen** von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur **Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz**. Dies wird erreicht durch Optimierung von:

➤ **Verhältnisse:**

- Verbesserung der **Arbeitsorganisation** und der **Arbeitsbedingungen**

➤ **Verhalten:**

- Förderung einer aktiven **Mitarbeiterbeteiligung**
- Stärkung **persönlicher Kompetenzen**

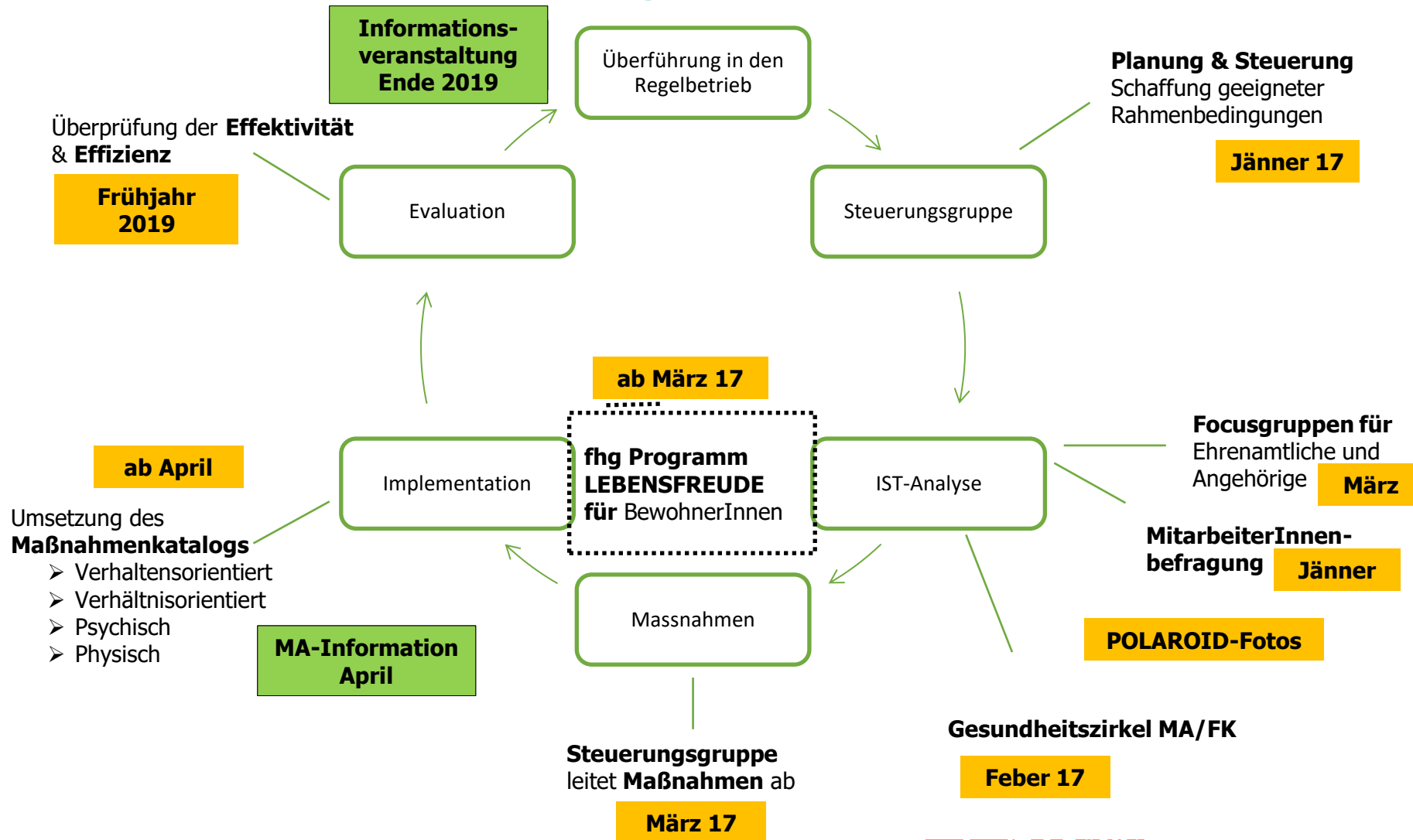


Arbeitsfähigkeit wird zu **60%** durch **Arbeitsverhältnisse** und zu **40%** von der **Person** selber beeinflusst.

Projektablauf

11

Gesundheitsförderung im WPH



Gesundheitsförderung

für MitarbeiterInnen
und Leitungsteam

12



Gesundheitsförderung

MITARBEITERINNEN & LEITUNGSTEAM

DIEBERSTERINNEN

13

➤ MitarbeiterInnenbefragung mit Fragebogen

UND

➤ vertiefende **Gruppeninterview's** für die Tätigkeitsgruppen – Gesundheitszirkel



POLAROID Fotowand

14

Halten Sie in Ihrem Alltag bildlich fest...

➤ Was hält mich in meiner Arbeit gesund?



POLAROID Fotowand

15

Halten Sie in Ihrem Alltag bildlich fest...

➤ Was beeinträchtigt meine psychische und physische Gesundheit?



Focusgruppe für Ehrenamtliche und Angehörige

Leitfragen:

- Was hält mich in meiner Arbeit gesund?
- Was beeinträchtigt meine psychische und physische Gesundheit?
- Welche Maßnahmen wären gesundheitsförderlich?



Gesundheitsförderung

mit SeniorInnen – fhg – LEBENSFREUDE

Ziele des Programms „LEBENSFREUDE“ insbesondere für die Gruppe der **BewohnerInnen**:

- Steigerung der **Gesundheitskompetenz** der teilnehmenden SeniorInnen
- **Gesundheit und (subjektive) Lebensqualität** werden positiv beeinflusst
- das **Selbstbewusstsein** und die **Selbstverantwortung** für das eigene Wohlbefinden und die individuellen Handlungsmöglichkeiten für ein gesundes Altern



Erhebung im Überblick

18

Zielgruppe	GESAMT
BewohnerInnen	25 Personen
Ehrenamtlich Tätige	45 Personen
Angehörige	25 Personen
MITARBEITERINNEN UND LEITUNGSPERSONEN	
Fragebogen	218 Bögen retourniert von 379 Personen – 58 % Rücklauf
Gesundheitszirkel	Rund 100 Personen gesamt

Mag. (FH) Claudia Muigg, MSc

DIE BERATERINNEN
Fallmerayerstr. 6/4
6020 Innsbruck



www.dieberaterinnen.com I claudia.muigg@dieberaterinnen.com I +43 650 2834562