

BGM



BGF

BEM



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

Betriebliches

Gesundheitsmanagement (BGM)

Versammlung der schwerbehinderten Menschen 02.09.2021

Agenda

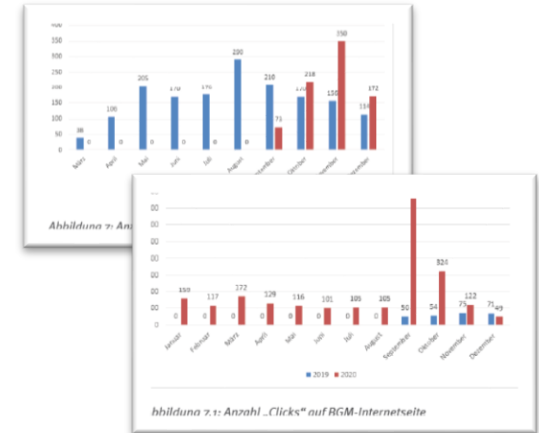
- **Rückblick 2020**
- **Aktuelles 2021**
- **Ausblick 2022**



Rückblick 2020

Kommunikation und Marketing

- Intranet- und Internetseite
- Entwicklung Broschüre „Netzwerk für Ihre Gesundheit“
- 1. Ausgabe BGM-Newsletter 27.11.2020 :
 - 480 Beschäftigte 2020 registriert
 - 90 Männer, 389 Frauen
 - Berufsgruppen: Verwaltung, Pflege, Wissenschaft
 - Organisationseinheiten: Innere Medizin, Kopfklinik, Verwaltung



Haben wir etwas/jemanden erreicht ????

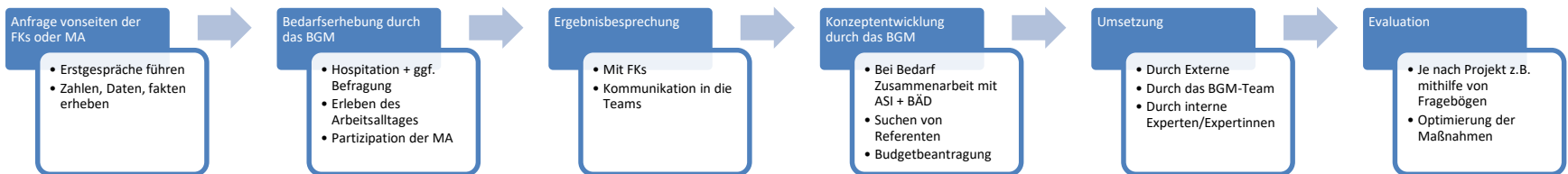
- Bewerbungen im BGM:
 - 21 initiative Bewerbungen in 2020

Rückblick 2020

Zielgruppenspezifische und aufsuchende BGM-Projekte

- **Projekte 2020:**

- „Pflege den Rücken im OP in der Orthopädie“
- Ergonomisch- dynamische Arbeitsplatzgestaltung/-beratung, Zielgruppe: Büroarbeitsplätze
- Pausenraumgestaltung, Zielgruppe: Station F3 Orthopädie



Rückblick 2020

BGF – Fit im Klinikum

Präventionskurse

- 2020 zwei statt drei Kurszyklen pro Jahr
- 52 Kurse im Jahr 2020 (regulär über 100 Kurse)
teilweise Umstellung digital
- Zahlen und Fakten:
 - Teilnahmen: 506
 - Teilnehmer/innen: 306
 - Ca. 30% über 55+
 - Berufsgruppen:
 - Verwaltung,
 - Med. techn. Dienst,
 - Wissenschaft
 - Organisationseinheit:
 - Forschung/Institute
 - Innere Medizin
 - Kopfklinik



Aktuelles 2021

Kommunikation und Marketing

- Etablieren einer BGM-Applikation (Digitalisierung der Kursadministration)
- Eigene Werbepattform für das BGM

Gesundheitsgerechtes Führen im Stationsleitungskurs AfG Sommer 2021 + Winter 2021

Zielgruppenspezifische und aufsuchende BGM-Projekte:

- NCT Palliativteam
- Innere V
- Anfrage Pflege Chirurgie

Aktuelles 2021

Aufbau einer Gesundheitsberatung

- Ziele:
 - Kennenlernen von Übungen/Strategien zur Stressbewältigung
 - Einleiten von präventiven Maßnahmen bei beginnenden körperlichen oder psychischen Beschwerden
 - Anbindung an bisherige Gesundheitsangebote am Klinikum auf Wunsch des Beschäftigten
- Zielgruppe:
 - Beschäftigte, die vorbeugend gesundheitlich aktiv werden möchten
 - Beschäftigte mit hohen beruflichen, privaten Belastungen oder beginnenden körperlichen und psychischen Beschwerden, die sich aktuell nicht im regelhaften Verfahren des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM) befinden

-> Gesundheitsberatung als Instrument für Führungskräfte in der Unterstützung Beschäftigter unabhängig von bestehenden Arbeitsunfähigkeitstagen

Aktuelles 2021

Aufbau einer Gesundheitsberatung

- Einblick in die Gesundheitsberatung:

Stresskompetenz nach Kaluza

instrumentelle Stresskompetenz

„klassische“ Stressmanagement-Strategien, Eisenhower-Prinzip, Lebensbalancen

mentale Stresskompetenz

Beispielsituationen im Alltag wahrnehmen, eigene Stressverstärker dokumentieren

regenerative Stresskompetenz

Body-Scan, Atemübung, „Notfalltechniken“

vgl. Kaluza 2018 (1), Kaluza 2018 (2), Lauterbach (2008), Schmidt (2014), Weisweiler/Dirscherl/Braumandl (2012)

Aktuelles 2021

Aufbau einer Gesundheitsberatung

- Weitere mögliche Inhalte:
 - Präventive Reha RV Fit
 - Begleitung bei der Umsetzung gesundheitsbezogener Ziele (Bewegung, Ernährung, Entspannung)
 - Organisation von Hilfsmitteln am Arbeitsplatz

Interesse?



Frau Stefanie Bölk-Krosta

Stabsstelle BGM

Stefanie.Boelk-Krosta@med.uni-heidelberg.de

Tel. 6162

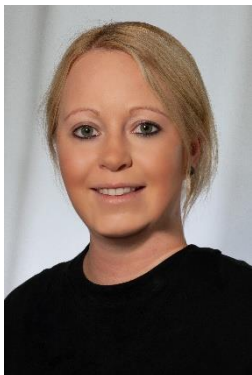


Aktuelles 2021

Aufbau einer dynamischen Arbeitsplatzberatung

- Mögliche Inhalte:
 - Analyse des Bewegungsverhaltens am Arbeitsplatz (Sit-Q Fragebogen und/oder Fitnesstracker)
 - Einsatz von Hilfsmitteln
 - Gesundheitsförderliche Optimierung von Arbeitsabläufen
 - Infrarotgestützter Rückenscan (Haltung, Stabilität und Beweglichkeit der WS + Rückenbelastungen bei bestimmten Bewegungen)
 - E-Learning Module für die gesundheitsförderliche Arbeitsplatzgestaltung

Interesse?



Frau Francesca Profit
Stabsstelle BGM
FitimKlinikum.GB1@med.uni-heidelberg.de
Tel. 38969



Aktuelles 2021

BEM

- Erweitern der Kennzahlen + Analysen
- BEM als Unterstützung sehen -> Marketing
- Aktualisieren der DV
- Maßnahmen zur Prävention ableiten



„GESUNDHEIT IST NICHT ALLES, ABER
OHNE GESUNDHEIT IST ALLES NICHTS!“

Arthur Schoppenhauer

Wir wünschen Ihnen alles Gute.
Ihr BEM-Team.



An den Tagen der mentalen Gesundheit finden präventive, kostenfreie Angebote für Beschäftigte des UKHD und ihrer Tochtergesellschaften statt. Innerhalb dieser Tage wird es drei inhaltlich unterschiedliche Vorträge/Angebote zum Thema der Prävention mentaler Gesundheit geben. Während dieses Zeitraums wird zwei Mal wöchentlich eine angeleitete, digitale Entspannungseinheit -„Verschnaufpause“- stattfinden, in die Sie sich vom Arbeitsplatz aus einloggen können, wenn es Ihnen die Arbeitssituation erlaubt.

Die Tage der mentalen Gesundheit sollen Sie als Beschäftigte dazu ermutigen, präventiv für Ihre mentale Gesundheit im Arbeitskontext zu sorgen, auch wenn Stressbelastungen an der Tagesordnung sind.

Alles auf einen Blick

Kostenfreie Angebote

Montag, 25.10.2021 17:00 - 19:30 Uhr	Vortrag und praktische Übung mit der Olympiasiegerin Britta Steffen zum Thema Mentale Faktoren im Beruf: „Spitzensportler bewegt Mitarbeiter“ (m/w/d) in Zusammenarbeit mit der BARMER Krankenkasse
Dienstag, 02.11.2021 16:30 - 18:00 Digital	Online-Seminar „Gesund und gelassen bleiben im Homeoffice“ in Zusammenarbeit mit der TECHNIKER Krankenkasse
Dienstag, 09.11.2021 16:30 - 18:00 Uhr	Vortrag „Zeit zum Träumen“ – Gesunder Schlaf, ein Angebot des BGM
25.10. bis 12.11. Jeweils dienstags und freitags 12:15 – 12:30 Uhr Digital	Angeleitete Entspannungseinheiten von 15 Minuten -„Verschnaufpausen“- ein Angebot des BGM in Kooperation mit einer Mitarbeiterin des UKHD

Fragen und **kostenfreie** Anmeldung zu einzelnen Angeboten gehen an das Betriebliche Gesundheitsmanagement an Stefanie.Boelk-Krosta@med.uni-heidelberg.de Tel: 6162 oder an FitimKlinikum.GB1@med.uni-heidelberg.de Tel: 38969.

Die Links zu Online-Veranstaltungen erhalten Sie nach Anmeldung.

Ausführlichere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden Sie unter [Prävention mentale Gesundheit - Homepage \(uni-heidelberg.de\)](#)

Ausblick 2022

Kommunikation und Marketing

- Start der App Frühjahr 2022 geplant
- Regelmäßiger Input zum Thema Gesundheit

Zielgruppenspezifische und aufsuchende BGM-Projekte

- Palliativteam NCT, Hospitation bereits stattgefunden -> Konzeptentwicklung
- Anfrage Med. Klinik, Innere V
- Pflege Chirurgie

BEM

- Koordination digitalisieren im Rahmen der elektronischen Personalakte

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

*Der gesunde
Weiß nicht, wie
Reich er ist*

- Unbekannt -

Wünsche/Bedürfnisse/Fragen/Anmerkungen

Bei Fragen rund um das Thema „Mitarbeitergesundheit“ wenden Sie sich gerne an:

Katharina Konrath – Leitung Stabsstelle BGM

Email: Katharina.Konrath@med.uni-heidelberg.de

Fon: +496221 56-7428

Büro: Berliner Str. 49, 4. OG. Raum 15