

Was meint „Gesunde Ostfalia“?

Veränderungen der Arbeits- und Studienwelt führen zu erhöhten Belastungen für die physische, psychische und soziale Gesundheit. Die Ostfalia versteht sich als ein wachsendes Dienstleistungsunternehmen und hat die Notwendigkeit zum Handeln erkannt, denn eine gesunde Hochschule braucht gesunde Hochschulangehörige.

Somit hat die Ostfalia Hochschule ein Gesundheitsmanagement installiert, das als eine Querschnittsaufgabe verstanden wird, die alle strukturellen und organisatorischen Rahmenbedingungen für gesundes Arbeiten und gesundes Studieren überprüft.

Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen, Angebote und Beratungsmöglichkeiten zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement.

Der Arbeitskreis freut sich auf Ihre Beteiligung auf dem gemeinsamen Weg zur „Gesunden Ostfalia“!

Warum ein Gesundheitsmanagement?

Der Wandel in der Lebens- und Arbeitswelt bedeutet in vielen Berufsfeldern einseitige Belastung und Beanspruchung der körperlichen Fähigkeiten, sodass typischerweise nach wie vor die Muskel-Skelett- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen die Liste der häufigsten Erkrankungen anführen. Daneben gelten jedoch laut WHO chronischer Stress und Burnout als die größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts. Bei fast 70 Prozent aller Krankheiten ist Stress eine der Ursachen.

Welche Ziele verfolgt die Gesunde Ostfalia?

1. Verbesserung der Arbeitsorganisation und der Arbeitsbedingungen
2. Stärkung und Förderung der persönlichen Kompetenzen der Beschäftigten und Studierenden
3. Aktive Beteiligung und Einbindung der Hochschulangehörigen in die Prozesse

An wen richtet sich das Angebot?

Die „Gesunde Ostfalia“ ist ein Angebot für alle Beschäftigten und Studierenden. Die Lebens-, Arbeits- und Studienwelt aller Hochschulangehörigen steht im Mittelpunkt.

Welche Handlungsfelder gibt es?

Arbeitsschutz

Der Arbeitsschutz hat das Ziel, das Leben und die Gesundheit der Beschäftigten und Studierenden bei der Ausübung der Arbeitsaufgabe durch geeignete Maßnahmen vor schädlichen Einflüssen zu schützen. Fragen hierzu richten Sie bitte an Katja Kleinert-Wittmann oder Günther Schröder.

Betriebliches Eingliederungsmanagement

Das Ziel ist, Arbeitsunfähigkeit zu überwinden, ihr vorzubeugen und den betreffenden Arbeitsplatz zu erhalten. Es umfasst alle Maßnahmen, Aktivitäten und Leistungen, die im Einzelfall zur Wiedereingliederung nach oder während längerer Arbeitsunfähigkeit erforderlich sind.

Betriebsmedizin

Das Ziel der Betriebsmedizin ist die Prävention und Diagnostik von arbeits- oder umweltbedingten Gesundheitsschäden. Die Ärztin Renate Lonnemann (TÜV Rheinland) betreut die Beschäftigten der Ostfalia in allen arbeitsmedizinischen Fragen. Zusätzlich werden jährlich Gesundheitschecks und Augenuntersuchungen angeboten.

Sozialberatung

Die Sozialberatung ist ein innerbetriebliches Angebot und stellt eine neutrale erste Anlaufstelle dar. Auftretende Schwierigkeiten sollen bereits in der Anfangsphase aufgegriffen, Problemstellungen erkannt und Handlungsperspektiven entwickelt werden. Eine Erstberatung wird von Kolleginnen und Kollegen der Ostfalia angeboten.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Kurse, Seminare und Einzelmaßnahmen werden in den vier Präventionsfeldern durchgeführt:

1. Bewegung/Ergonomie
2. Entspannung/Stressbewältigung
3. Genussmittelprävention
4. Ernährung

Kursangebote	z. B. Entspannte Pause, Pilates, QiGong, Yoga, Wirbelsäulengymnastik
Personal Training	z. B. Arbeitsplatzmassage, PausenExpress, Bewegte Vorlesung
Gesundheitsseminare (Weiterbildung)	z. B. Augenschule, Ergonomie: Gesund Sitzen am Arbeitsplatz, Arbeitsfähigkeit erhalten,

Projekte zur Beschäftigten- und Studierendengesundheit

In verschiedenen Pilotprojekten wird der Frage nachgegangen, welchen Einfluss Arbeit und Studium auf die Gesundheit der Betroffenen an den einzelnen Standorten haben.

Prozessbegleitung	z. B. mit Workshops zur Gesundheitssituation, Gesundheitszirkel, Interviews
Gesundheitstage	Sensibilisierung und Information zu aktuellen Themen

An wen können Sie sich wenden?

Der Arbeitskreis Gesundheit unterstützt die Prozesse in den Handlungsfeldern und integriert die Interessen aller Statusgruppen und Standorte. Neben der Hochschulleitung, dem Personalrat und der Studierendenvertretung, sind weitere interne wie externe Partner (u. a. die Barmer GEK) aktiv beteiligt.



Fragen, Anregungen, weitere Informationen?

www.ostfalia.de/d2/Gesunde_Ostfalia/

Kontakt

Christina Hadler
Dezernat 2 - Betriebliches
Gesundheitsmanagement
Salzdahlumer Straße 46/48
38302 Wolfenbüttel
Telefon: +49 (0)5331 939 12090
E-Mail: ch.hadler@ostfalia.de

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement stellt sich vor:

Gesunde Ostfalia

„Gesundheit ist mehr als nur die Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit ist ein Zustand vollständigen

- körperlichen,
- geistigen,
- seelischen und
- sozialen

Wohlbefindens.“

(Weltgesundheitsorganisation, 1946)

Salzgitter

Sudenburg

Wolfenbüttel

Wolfsburg