

## Forum A

# Ein „gesundes Füreinander“ – diese Vision wird im Kernteam Gesundheit gelebt



**Gesundheitsmanagement  
am Klinikum Landsberg am Lech**  
*Ein gesundes Füreinander*

### Das Unternehmen

Das Klinikum Landsberg am Lech ist ein kleines, aber feines Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung mit 218 Betten sowie zwölf teilstationären Schmerztherapieplätzen. Es gehört laut Focus-Siegel zu den „Top-Krankenhäusern 2021“ – und zwar im deutschlandweiten Vergleich!

Im Leitbild des Klinikums sind neben der Gesundheitsversorgung und Gesundheitsförderung auch die „10 Grundsätze der Zusammenarbeit“ aufgeführt, die diesen zentralen Aspekt konkretisieren.

Seit zwei Jahren wird im Klinikum Landsberg die Gesundheit der Mitarbeitenden verstärkt in den Fokus gerückt und ein strukturiertes Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) etabliert.

### Das BGM im Klinikum Landsberg

Mit der Schaffung einer Stelle für einen BGM-Beauftragten war der Grundstein gelegt. Mit Unterstützung der AOK Bayern wurden zwei Strategieworkshops durchgeführt und als erster wichtiger Schritt der Arbeitskreis, das Kernteam Gesundheit, gegründet.

Dieses ist multiprofessionell und mit den relevanten Playern besetzt: Personaldirektorin, Personalratsvorsitzender und Stellvertretung, BGM-Beauftragter, Qualitätsmanagement, Betriebliches Eingliederungsmanagement, Arbeitssicherheit, Betriebsarzt sowie BGM-Beraterin der AOK Bayern.

Die Herausforderung bestand darin, bereits bestehende Gesundheitsprojekte und deren Verantwortliche unter dem BGM-Dach zu vereinen. Die äußerst wertschätzende Kommunikationskultur im Kernteam Gesundheit, die umsichtige Projektkoordination sowie die Definition von Projektverantwortlichen mit entsprechenden Handlungsspielräumen haben dazu beigetragen, dass aus „Einzelkämpfern“ ein Team wurde. Ein Team, in dem die gemeinsam erarbeitete Vision „gesundes Füreinander“ gelebt und auch in den einzelnen BGM-Projekten spürbar wird.

In den vergangenen beiden Jahren rückte die Förderung der psychischen Gesundheit stärker in den Fokus. Am Erfolg des Projekts „PsyGesund“ haben alle Arbeitskreismitglieder mitgewirkt, indem sie in Tandems die Moderation von Mitarbeiterworkshops zum Zweck einer Folge-Maßnahmenplanung übernommen haben.

In diesem Praxisforum wird dargestellt, wie wichtig das „gesunde Füreinander“ im Kernteam Gesundheit für ein erfolgreiches BGM ist.

**Michael Ebenhoch** (BGM-Beauftragter)

E-Mail: michael.ebenhoch@klinikum-landsberg.de

**Nicole Tannheimer**

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse  
Betriebliches Gesundheitsmanagement  
E-Mail: nicole.tannheimer@by.aok.de



# Gesunde Teamarbeit - Impulse für erfolgreiche Unternehmen

Tagung am Donnerstag, den 12. Mai 2022  
in München-Unterhaching

Gesundheit nehmen wir persönlich.  
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.



# Gesunde Teamarbeit

## Forum A

## Raum

**Ein „gesundes Füreinander“ –  
diese Vision wird im Kernteam Gesundheit gelebt**

**Da Vinci 2**

Kernteam Gesundheit,  
Klinikum Landsberg am Lech

---

**Moderation:**

**Nicole Tannheimer**

Beraterin für Betriebliches Gesundheitsmanagement  
AOK Bayern



Gesundheitsmanagement  
am Klinikum Landsberg am Lech

*Ein gesundes Füreinander*

 **Klinikum**  
Landsberg am Lech  
*Besser. Näher. Herzlicher.*

# **GESUNDE TEAMARBEIT**

**Michael Ebenhoch**  
**Martina Ruth Werner**  
**Dr. Elli Kaul**

**AOK Bayern Netzwerktagung, 12.05.2022**

# Teamspirit im BGM–Haus: Was macht die Arbeit im Kernteam Gesundheit besonders?

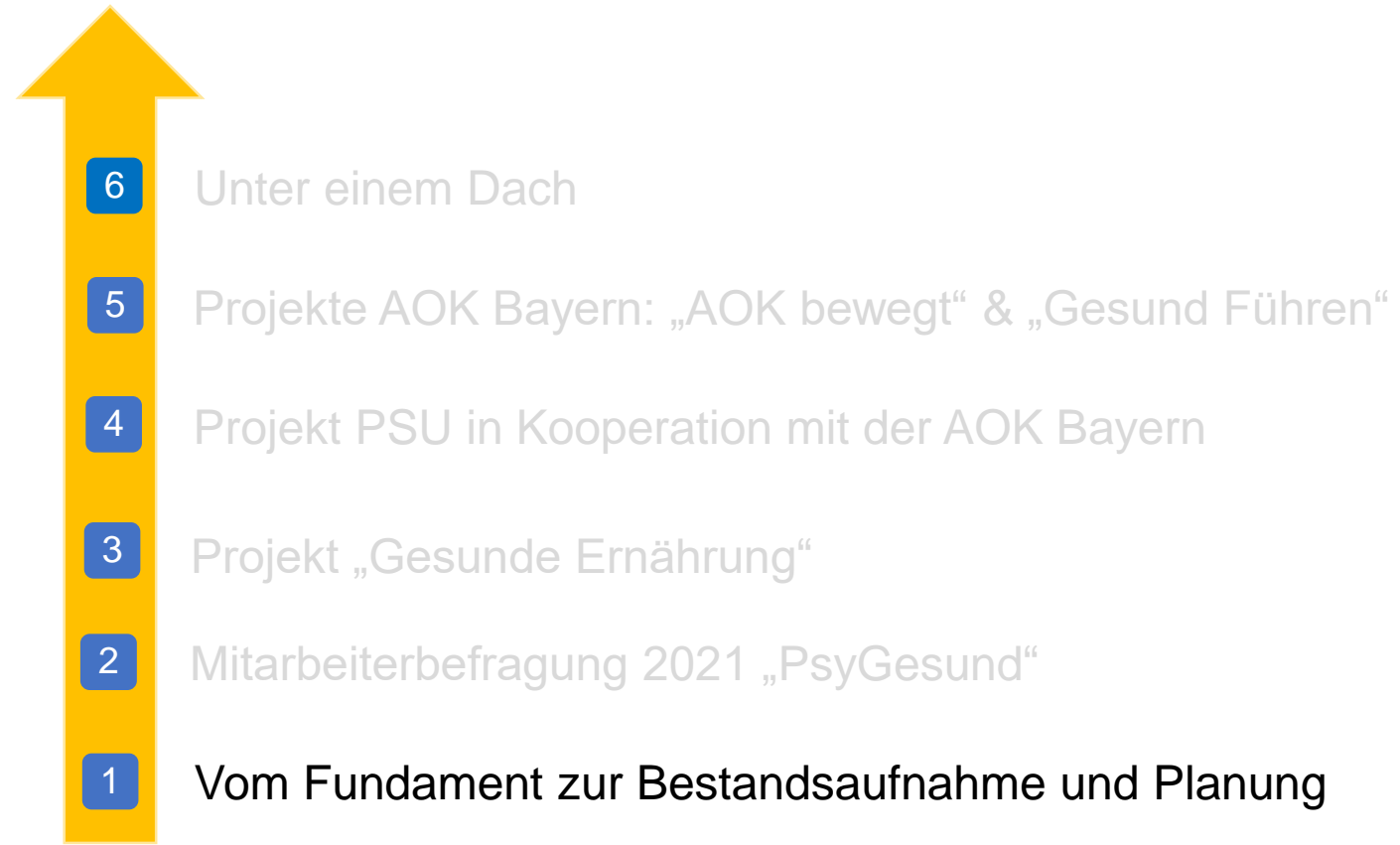
Wertschätzende  
Kommunikation

Umsichtige  
Projekt-  
koordination

Definition von  
Projektverant-  
wortlichen

Gemeinsame  
Entscheidungs-  
findung

# UNSER BGM-HAUSBAU



# Das Fundament

Kooperation mit Fitnessstudio,  
„Mit dem Rad zur Arbeit“,  
Deeskalationstraining, etc.

Personalrat

Betriebs-  
arzt

Impfungen,  
arbeitsmedizinische  
Untersuchungen, etc.

Begehungen,  
Gefährdungsbeurteilungen,  
**PsyGesund**

Arbeits-  
sicherheit

BEM

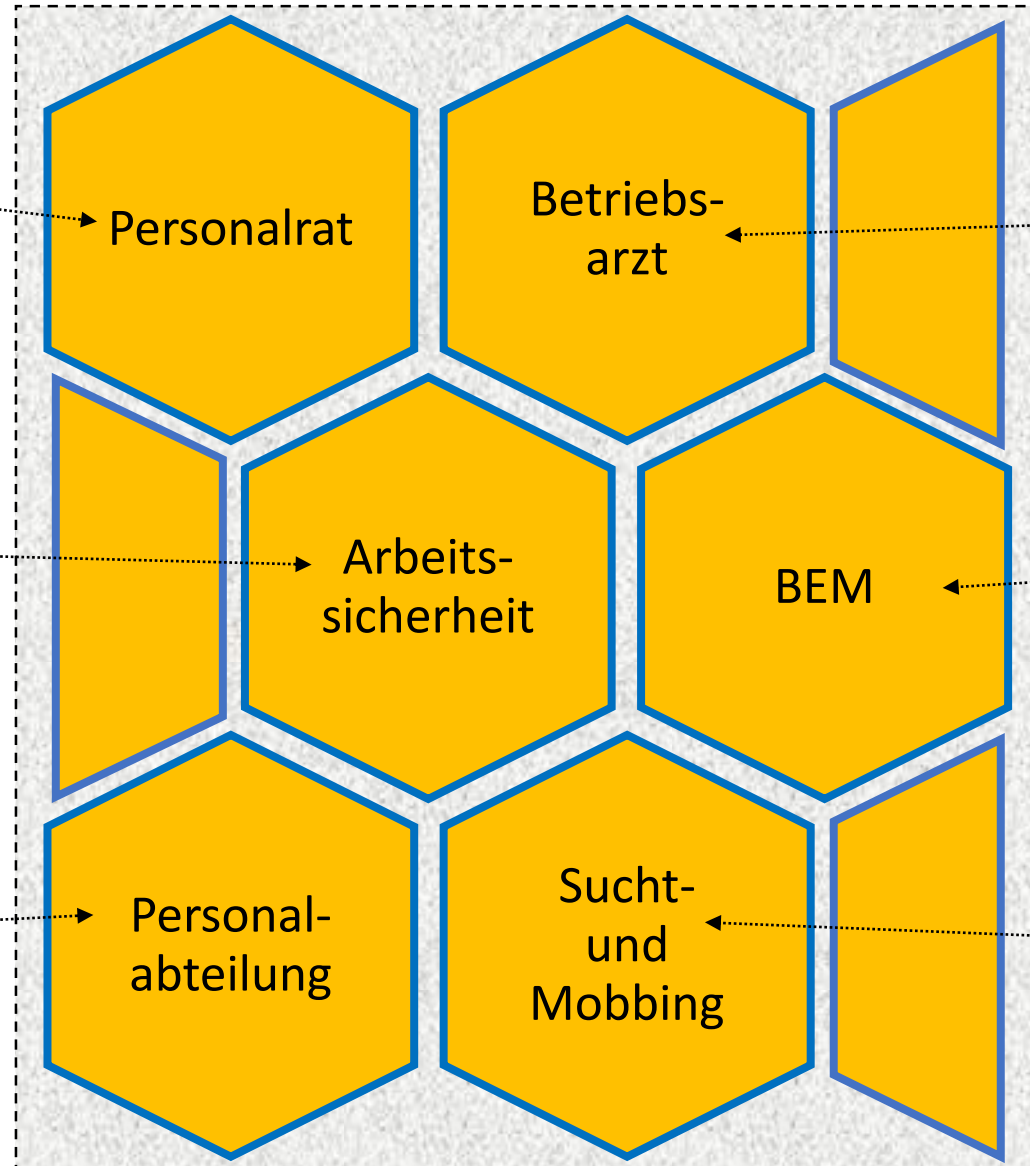
BEM-Verfahren,  
Wiedereingliederung,  
Beratung für erkrankte  
MA, etc.

Mobile Arbeit, fachliche Aus-  
und Fortbildungen, etc.

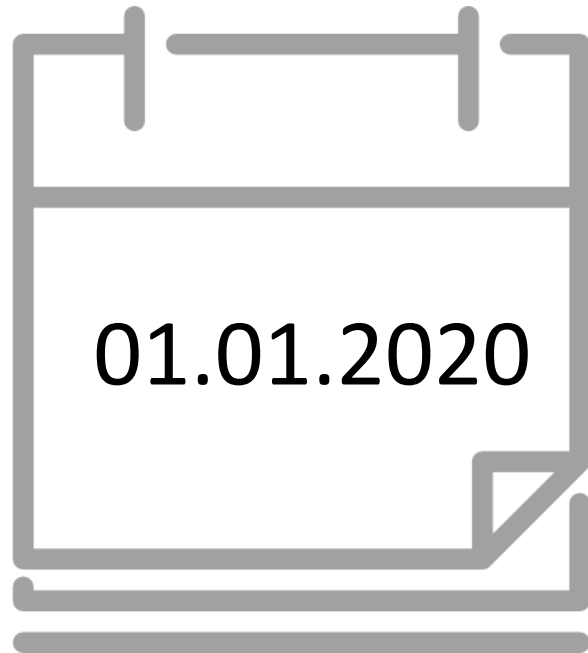
Personal-  
abteilung

Sucht-  
und  
Mobbing

DV Sucht, Beratung bei  
Konfliktsituationen,  
etc.



# Der Grundstein ist gelegt





# „Musterhausausstellung“ ...



?

 **Klinikum**  
Landsberg am Lech

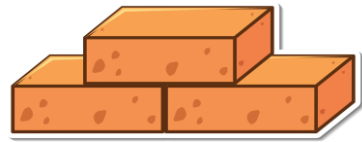


**AOK** 

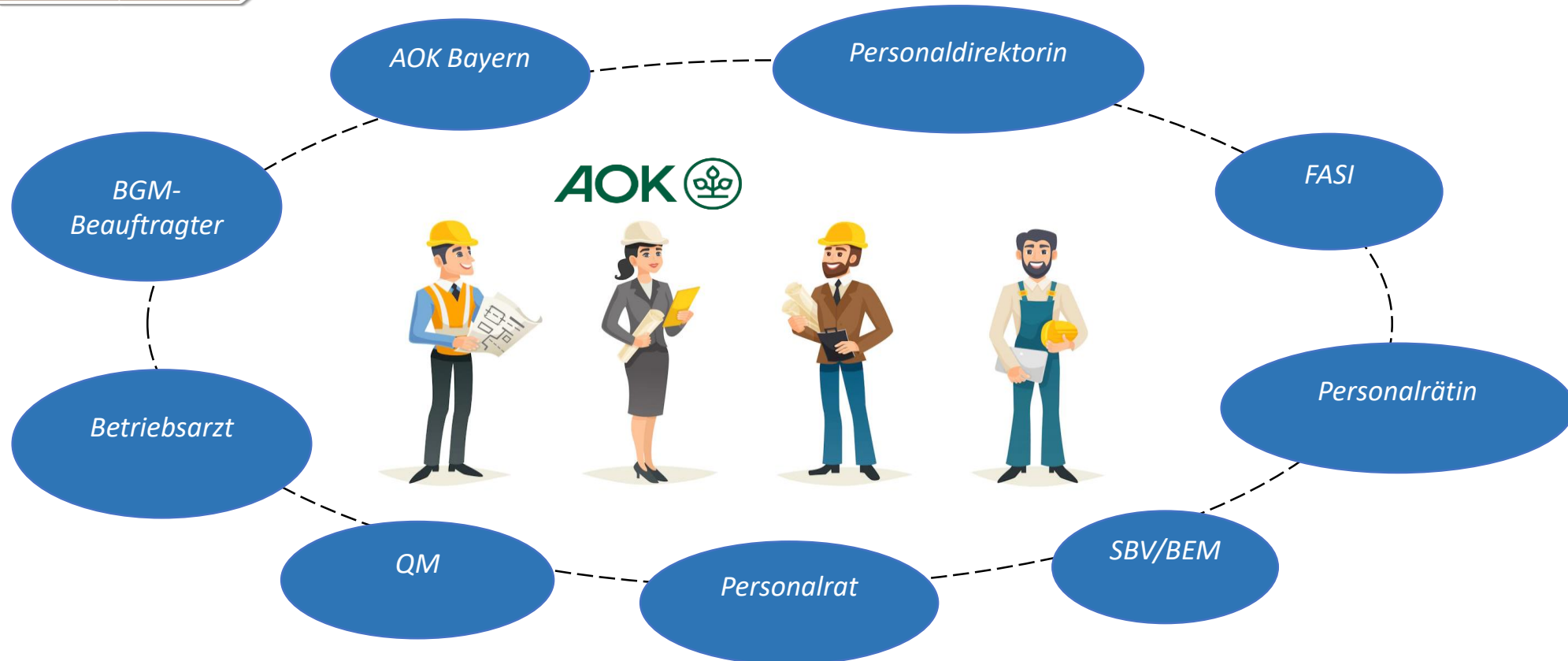
# Von den (Innen-)Architekten zum Kernteam Gesundheit



Gesundheitsmanagement  
am Klinikum Landsberg am Lech  
*Ein gesundes Füreinander*

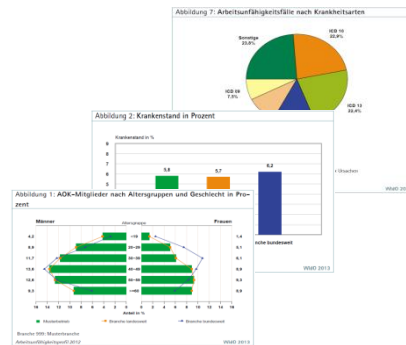


## 2 Strategieworkshops mit der AOK Bayern



# Bestandsaufnahme und Planung in gemeinsamen Workshops mit der AOK Bayern

*Wo stehen wir?*



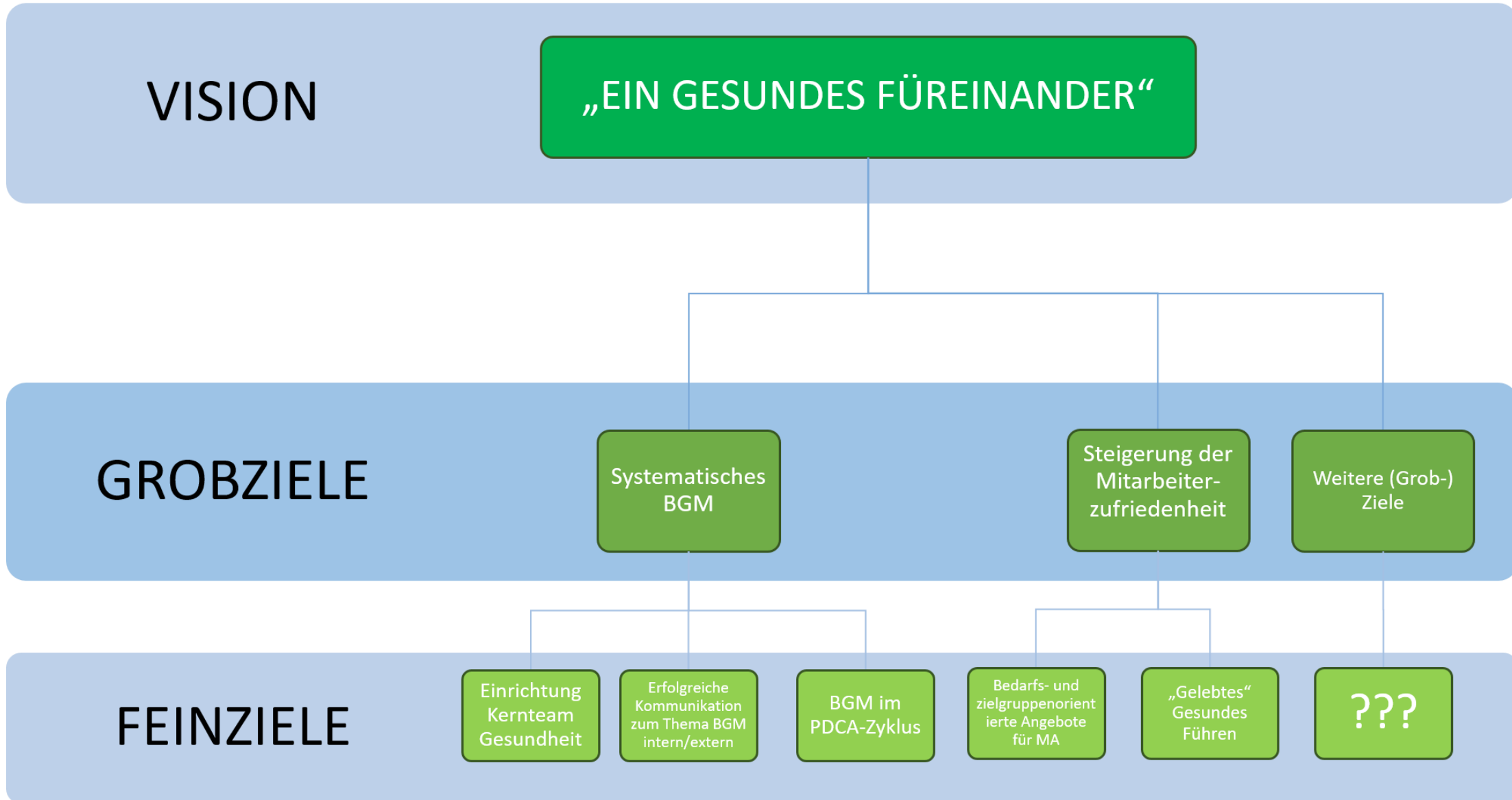
*Wie kommen wir dort hin?*

*Wo wollen wir hin?*

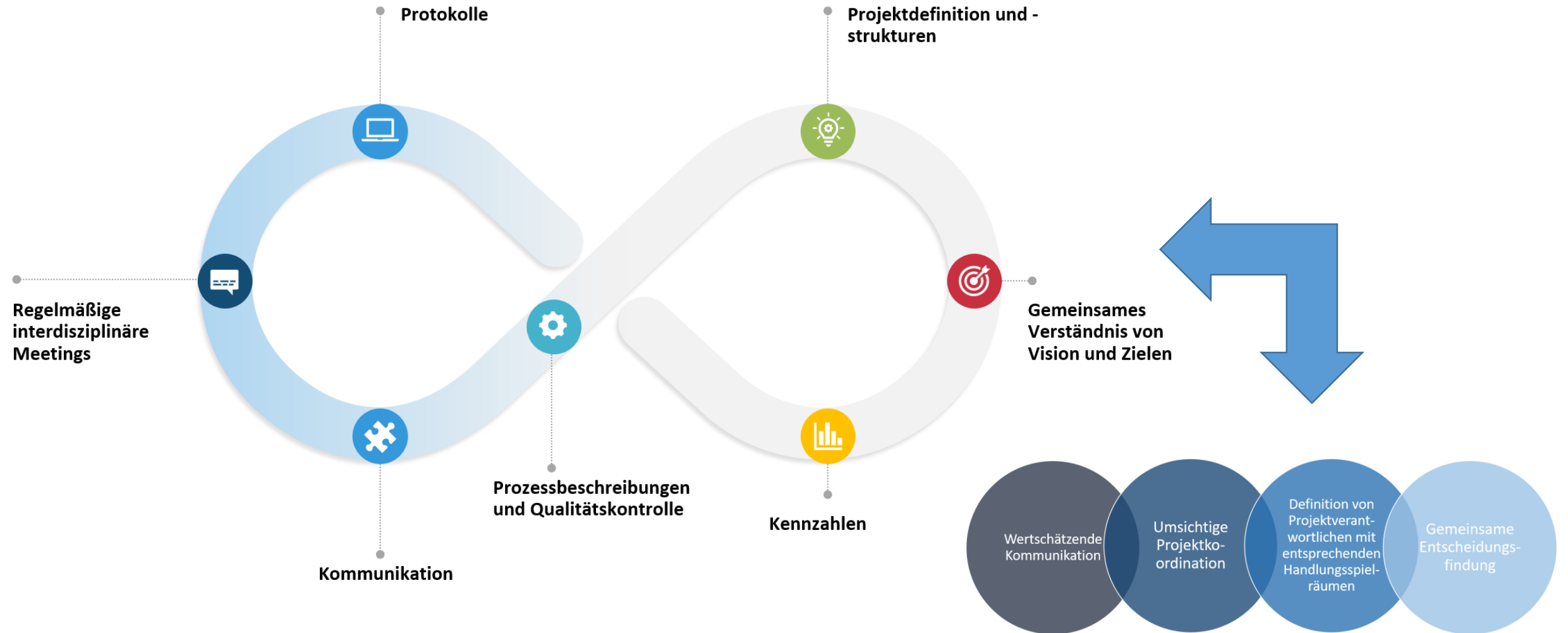


*Unsere Vision:  
„Ein gesundes Füreinander“*

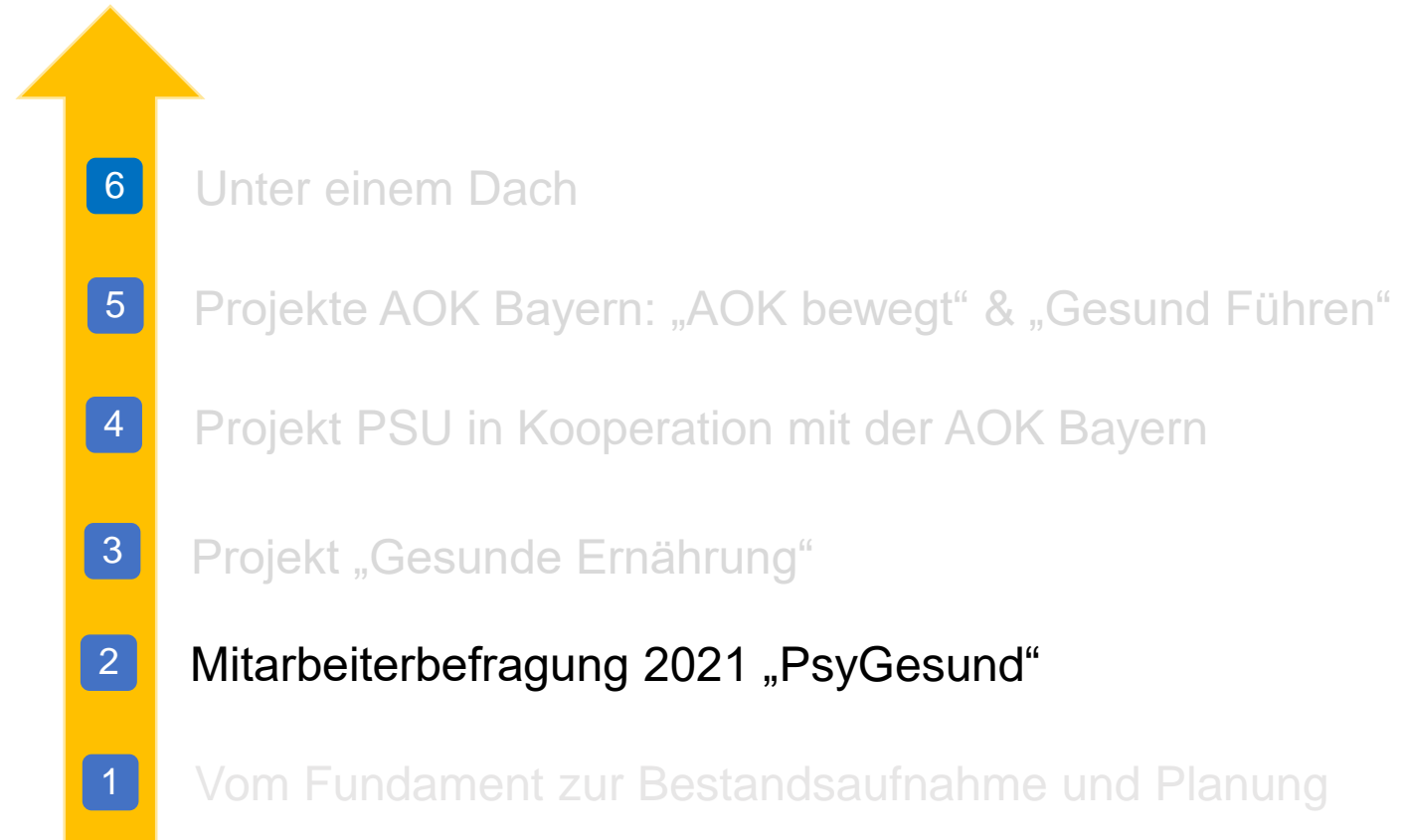
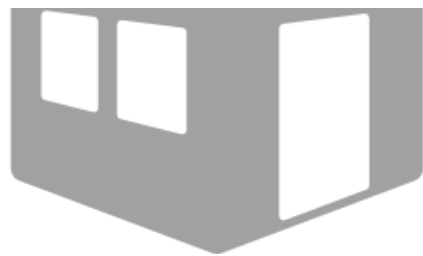
# Definition der Vision und Ziele



# Etablierung von Strukturen und Prozesse



# UNSER BGM-HAUSBAU



# „Gesund am Arbeitsplatz?! – Jetzt zählt Ihre Meinung!“

## - ein Projekt mit aktiver Beteiligung des Kernteams

Gemeinsame  
Entscheidungs-  
findung

### Ziele der Befragung:

- ✓ Pulsmessung / Befragung zur Arbeitssituation
- ✓ Erfüllung der gesetzlichen Verpflichtung zur psychischen Gefährdungsbeurteilung (§ 5 ArbSchG)
- ✓ Ableitung und Umsetzung von Maßnahmen
- ✓ Verbesserung Arbeitsplätze und Arbeitsbedingungen



# Das eingesetzte Instrument

Gemeinsame  
Entscheidungs-  
findung

## Instrument zur Erfassung der psychischen Belastungen

Inhalte (orientiert an GDA-Merkmalsbereichen)

Grundmodul (obligatorisch: 49 Items)



19 Zusatzmodule (optional,  
4-10 Items,  
z.B.

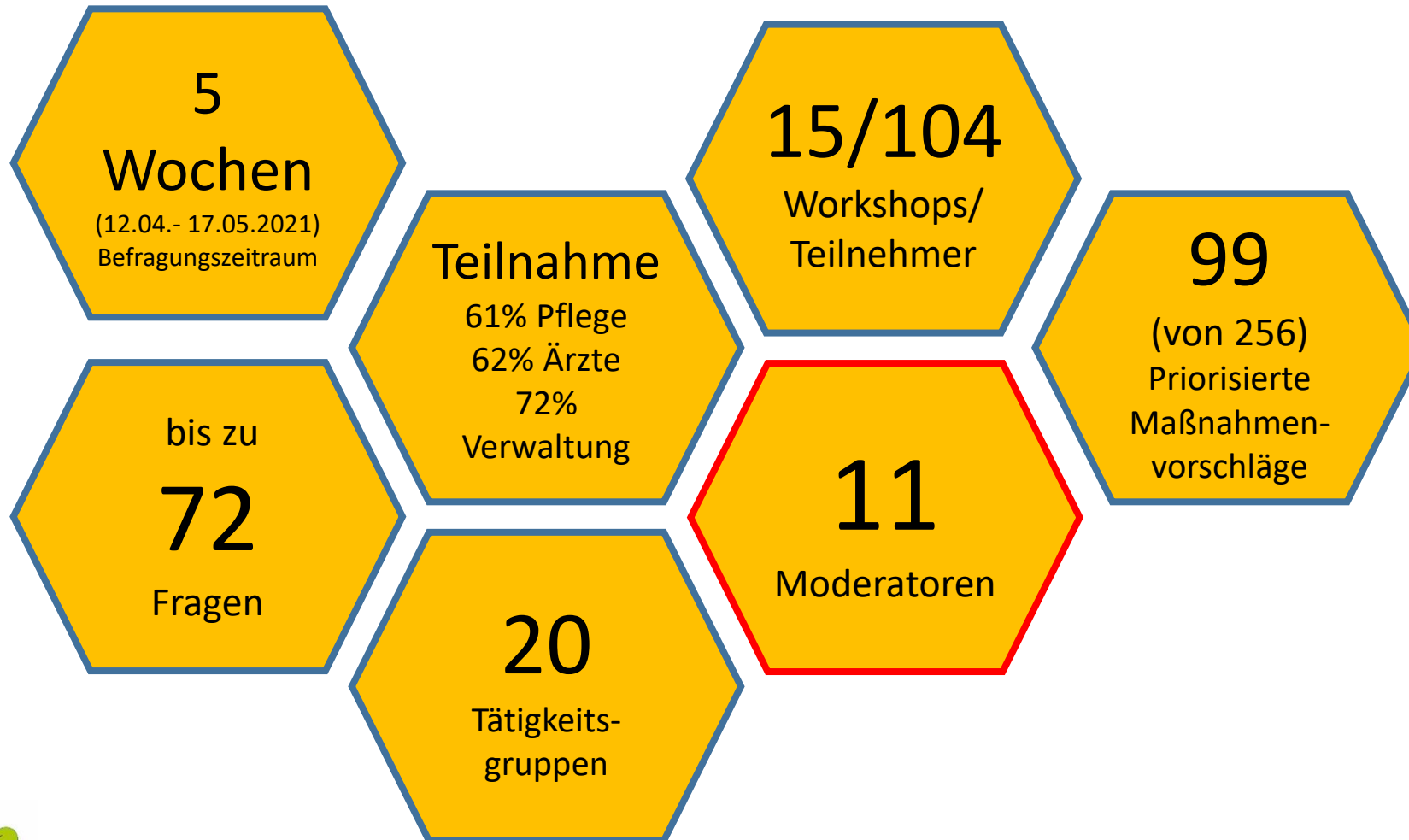
- Aggression und Gewalt
- Schicht- und Bereitschaftsdienst
- Stationäre Patientenversorgung
- Führungsaufgaben





# Highlights

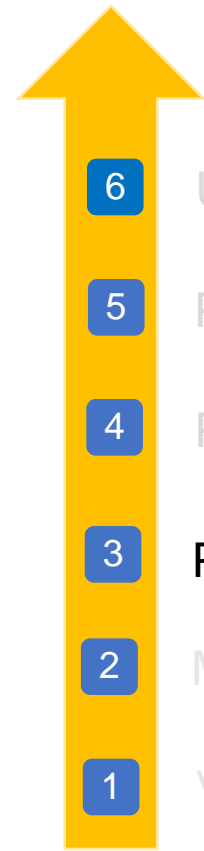
Gemeinsame  
Entscheidungs-  
findung



# Die Top 5 in Workshops identifizierten Maßnahmenvorschläge und deren Umsetzung

Nr.	Themengebiet	Umsetzung Maßnahmenvorschläge
1	Mehrfachaufgaben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etablierung ärztliche Assistenz in CHI, um nicht-ärztliche Tätigkeiten delegieren zu können</li> <li>• Übernahme von bestimmten Aufgaben durch Oberärzte zur Entlastung der Assistenten</li> <li>• Prozess Stellenplanung erarbeitet und veröffentlicht, Präsentation Stellenplanung in monatlicher Leitungskonferenz</li> </ul>
2	Personalführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ermöglichung „Mobile Arbeit“ für Org-Tage der Stationsleitungen und Stellvertretungen in der Pflege</li> <li>• Kommunikation der Stellvertreterregelung im Organigramm</li> <li>• Regelmäßige Vorstellung neuer Führungskräfte mit Foto</li> <li>• Leitbild, Führungsgrundsätze und zehn Grundsätze der Zusammenarbeit veröffentlicht</li> </ul>
3	Weiterbildungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einrichtung öffentliche e-Learning Schulungsbibliothek für Gesamthaus und Führungskräfte, um zeit- und ortsunabhängig den Schulungsbedarf bedienen zu können</li> <li>• Seit 01.03.22 Herr K. als EDV-Ansprechpartner für die Pflege</li> <li>• Interaktives Lernangebot „Gesund Führen“ als Pilotprojekt</li> </ul>
4	Unterbrechungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusätzliche IP-Telefongeräte in einigen Assistenzarztzimmern</li> <li>• Rufnummerunterdrückung nach Extern aktiv</li> <li>• Optimierung IT-Ausstattung für Visiten im ärztlichen Dienst</li> <li>• Veranstaltung "Gesunde Pausen in der Pflege" am 18.10.21 / Broschüre „Pausen in der Pflege gut gestalten</li> <li>• Anschaffung weiterer technischer Kommunikationsmittel sowie Gehwägen für Physio</li> </ul>
5	Rückzugsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HWD: Möglichkeit geschaffen, sich im UG zu festen Zeiten zurückzuziehen</li> <li>• Verlängerte Öffnungszeiten Cafeteria</li> </ul>
6	Ergonomie am Arbeitsplatz / Körperliche Belastung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arztzimmereinrichtung optimiert (höhenverstellbare Schreibtische, adäquate Bürostühle etc.)</li> <li>• HWD: Müllentsorgung neu organisiert</li> </ul>

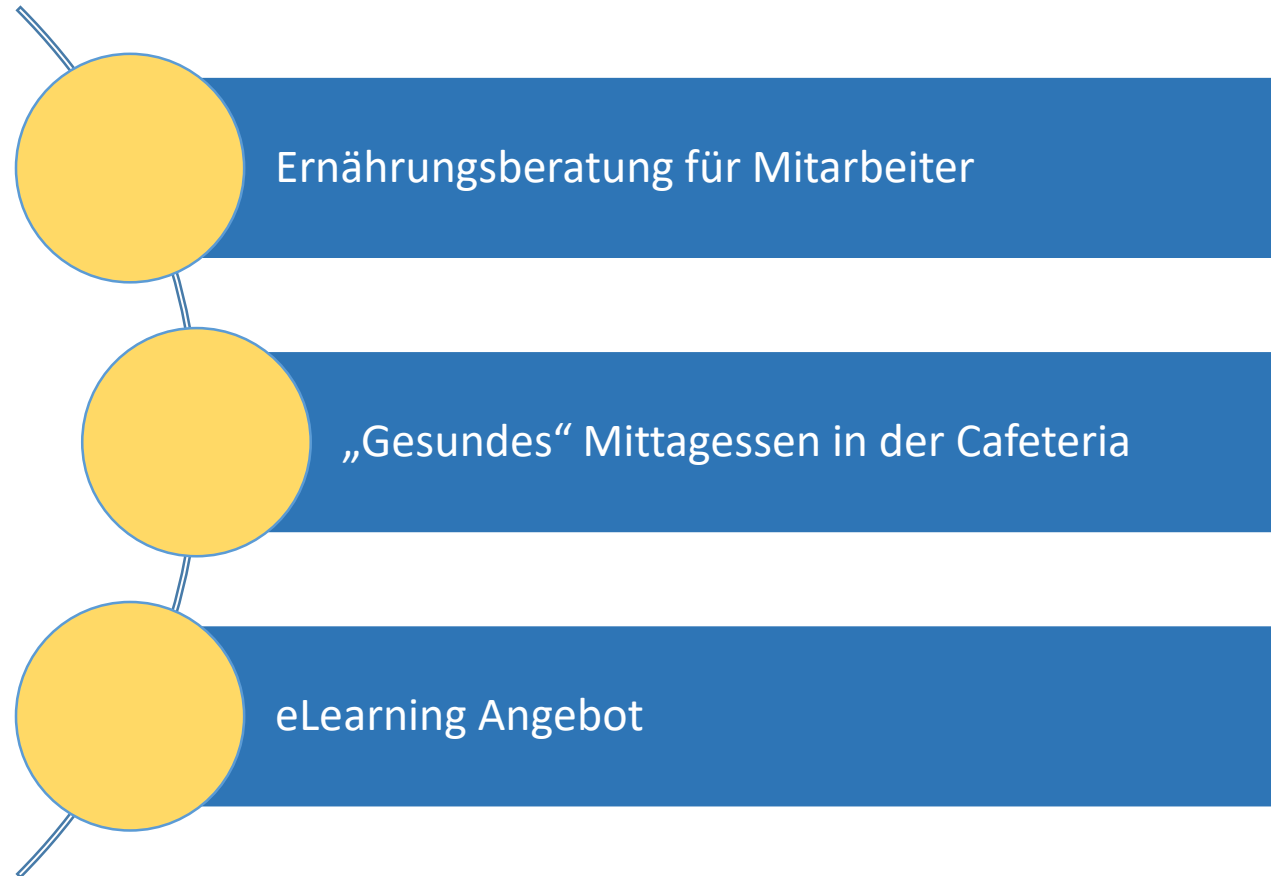
# UNSER BGM-HAUSBAU



- 1 Vom Fundament zur Bestandsaufnahme und Planung
- 2 Mitarbeiterbefragung 2021 „PsyGesund“
- 3 **Projekt „Gesunde Ernährung“**
- 4 Projekt PSU in Kooperation mit der AOK Bayern
- 5 Projekte AOK Bayern: „AOK bewegt“ & „Gesund Führen“
- 6 Unter einem Dach

# Projekt „Gesunde Ernährung“

Definition von  
Projektverant-  
wortlichen



# Projekt „Gesunde Ernährung“



Definition von Projektverantwortlichen



## GESUNDE ERNÄHRUNG

### Das heutige „Ma(h)l mit Mehrwert“ für Sie:

Datum: 25.08.2021

#### Gegrilltes Seelachsfilet mit Tomaten-Paprika-Ragout und Vollkornspaghetti

*Seelachs leistet einen Beitrag zur Versorgung von essentiellen Fettsäuren*

*In Paprika und Tomaten ist der Mineralstoff Kalium zu finden. Dieser ist ein wichtiger Bestandteil bei der Weitergabe von Nervenimpulsen. Kalium senkt nachgewiesen das Risiko für Blutdruck sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen.*

*Durch den Ballaststoffgehalt im Ragout und in den Vollkornspaghetti steigt der Blutzuckerspiegel nur langsam an, was zu einem langanhaltenden Sättigungsgefühl führt. Außerdem fördern Ballaststoffe die Verdauung.*

Guten Appetit ☺

Nährwerte bezogen auf eine Portion

Artikelnr.	Bezeichnung	kcal (kcal)	Eiweiß (g)	Fett (g)	KH (g)
	Cepilliertes Seelachsfilet	150,00	20,90	3,59	0,00
	Vollkornnudeln	347,00	13,00	2,50	64,00
	Indienische Tomaten Saße	77,78	1,75	0,58	15,15
	CC11750041   O   G Paprika rot (Kal 90 110mm)	29,60	1,01	0,40	5,12
<b>Gesamt</b>		<b>603,98</b>	<b>44,77</b>	<b>7,04</b>	<b>84,27</b>

#### Hier der Artikel von Dr. Harald Tigges: Ultraverarbeitete Nahrungsmittel fördern Übergewicht und Adipositas

Ultraverarbeitete Nahrungsmittel sind Nahrungsmittel, deren Zusammensetzung für den Verbraucher kaum noch erkennbar sind. Die Zutaten stammen aus einer hochindustrialisierten Landwirtschaft und Viehzucht, die auf maximale Erträge und Gewinne ausgerichtet sind. Tierische und pflanzliche Bestandteile werden zerkleinert, chemischen Prozessen und Modifikationen unterzogen, um die Haltbarkeit zu erhöhen. Konsistenz und Geschmack werden durch Emulgatoren, hohem Salzanteil, Frittieren und künstliche Aromen erreicht. Fertigprodukten wird zudem häufig Zucker hinzugefügt. Dies verleitet zusammen mit dem fettigen Anteil zu einer höheren Nahrungsaufnahme und einem schnelleren Verzehr.

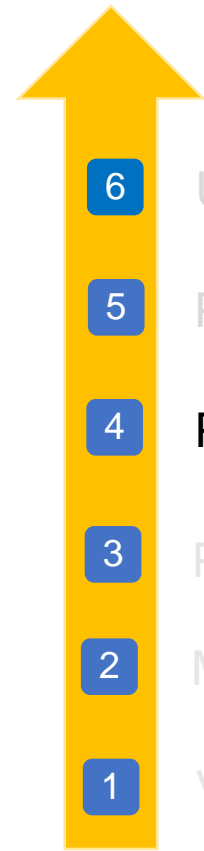
Ultraverarbeitete Nahrungsmittel sind sehr kalorienreich, die den Energiebedarf decken, bevor die Sättigung eintritt. Besonders Kinder sind für diese Nahrungsmittel sehr empfänglich, was das Risiko für ein späteres Übergewicht und eine Adipositas drastisch erhöht.



Wie hat Ihnen das heutige „Ma(h)l mit Mehrwert“ geschmeckt?	4	15	54	52
Würden Sie das Gericht zuhause nachkochen?	12	28	45	34
Waren die Zusatzinformationen auf dem Aussteller hilfreich für Sie?	5	20	52	35



# UNSER BGM-HAUSBAU



- 6 Unter einem Dach
- 5 Projekte AOK Bayern: „AOK bewegt“ & „Gesund Führen“
- 4 Projekt PSU in Kooperation mit der AOK Bayern
- 3 Projekt „Gesunde Ernährung“
- 2 Mitarbeiterbefragung 2021 „PsyGesund“
- 1 Vom Fundament zur Bestandsaufnahme und Planung

# Psychosoziale Unterstützung (PSU)

Einblicke in das Projekt psychosoziale Unterstützung mit PSU Akut e.V.  
und in Kooperation mit der AOK Bayern

# Projekt PSU – Ziele und Konzept



Blick auf die Ergebnisse der Mitarbeiterbefragung PsyGesund 2021:

**FÜHRUNGSKRÄFTE:**

„Gestaltbarkeit der Beschäftigungsgesundheit“



**MITARBEITER:**

„Begegnung mit schweren Schicksalen anderer Menschen“



„Unterstützung unter Kollegen“



PSU setzt zur Vermeidung einer potentiellen Gefährdung eine ausgeprägte Ressource ein!

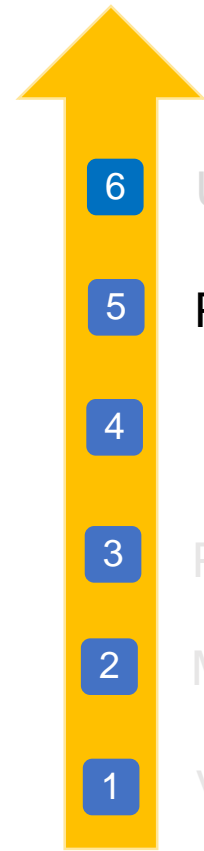
	Interne Angebote zur Intervention*	Reaktionszeit	Dauer
1.	Einzelgespräch	Möglichst zeitnah / sofort	10 Minuten
2.	Kurzintervention (Gruppe)	Zeitnah	20-30 Minuten
3.	Nachbesprechung	Innerhalb 1 Woche nach Ereignis	1-2 Stunden

## Ziele

- ✓ Personalfürsorge auf kurzem und direktem Wege
- ✓ Kollegiale Unterstützung in Extremsituationen und bei belastenden Ereignissen
- ✓ Konstruktiver und positiver Umgang mit Belastungen
- ✓ Reduktion von Fehlzeiten
- ✓ Burnout-Prävention
- ✓ Maßnahmen zur strukturierten Krisenintervention
- ✓ Sensibilisierung Führungskräfte / Schulung kollegialer Erstbetreuer / Peers (Benefit auch für Patientenversorgung)
- ✓ Stärkung der Personalbindung und des Arbeitgeberimages



# UNSER BGM-HAUSBAU



- 1 Vom Fundament zur Bestandsaufnahme und Planung
- 2 Mitarbeiterbefragung 2021 „PsyGesund“
- 3 Projekt „Gesunde Ernährung“
- 4 Projekt PSU in Kooperation mit der AOK Bayern
- 5 **Projekte AOK Bayern: „AOK bewegt“ & „Gesund Führen“**
- 6 Unter einem Dach

# Projekt „AOK bewegt“

Umsichtige  
Projekt-  
koordination



## Digitale betriebliche Gesundheitsförderung



Überall,  
jederzeit verfügbar

Online verfügbar, 24/7, für alle  
Geräte



Regelmäßige  
Gesundheitstipps

Kompakt, regelmäßig,  
motivierend.  
Ernährung, Bewegung,  
gesunder Arbeitsplatz, aktiv  
gegen Stress



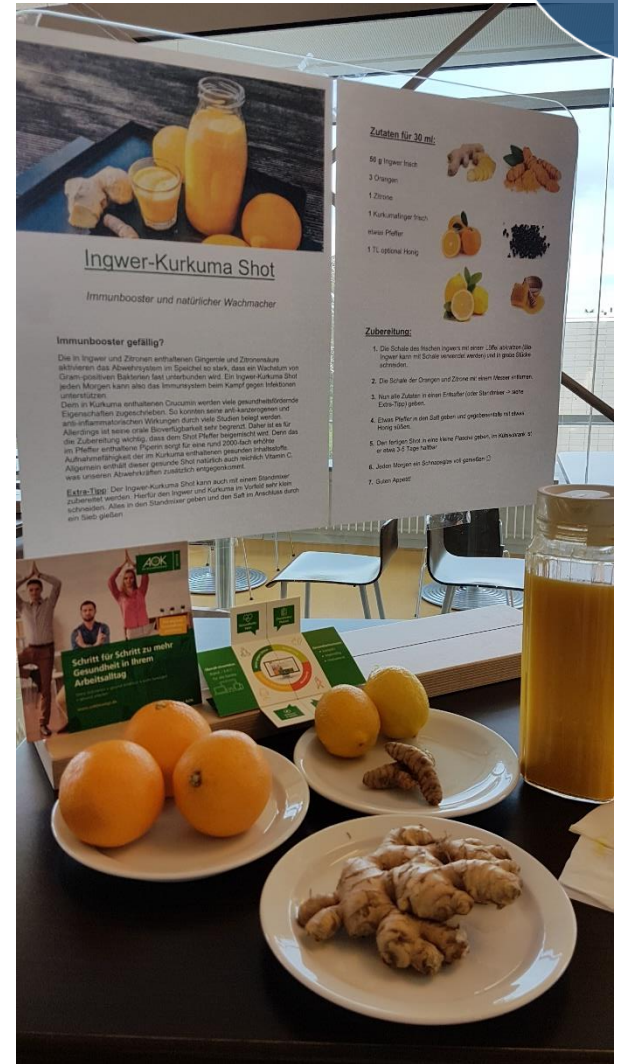
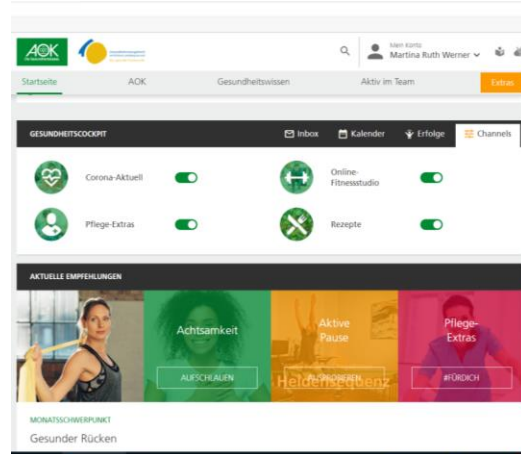
Challenges und  
Gesundheitsaktionen

Fordern Sie KollegINNEN zu  
Gesundheitsaufgaben heraus.  
Werden Sie aktiv!



Digitale Toolbox für  
Unternehmen

Büroplakate, Aktionstipps und  
BGM-News unterstützen die  
Umsetzung Ihrer BGM-Ziele.



# Projekt „Gesund Führen“

Umsichtige  
Projekt-  
koordination

## Bedeutung

- ✓ Feedback aus Mitarbeiterbefragung:
  - Gestaltbarkeit der Beschäftigungsgesundheit wird nur als mittlere Ressource betrachtet
  - Maßnahmvorschlag: Angebot an Führungskräftebildungen
- ✓ AOK-Programm „Gesund führen“ basiert auf wissenschaftlich validierten und erprobten Ressourcen- und Stressmanagement-Programmen
- ✓ Führung hat einen maßgeblichen Einfluss auf die Mitarbeitergesundheit
- ✓ Teil von BGM Maßnahmen

## Durchführung und Moderation by



## Ziele

- ✓ Erweiterung der Führungskräftebildung um ein kompetenzbasierte Schulung (soft skills)
- ✓ Kombination von digitalen Lerninhalten und kollegialem Austausch
- ✓ Möglichst homogene Teilnehmergruppe für Pilotprojekt
- ✓ Orientierung an Zielen des BGM und Führungsgrundsätzen
- ✓ Rückkopplung Kernteam Steuerkreis

## Interne Projektleitung

- Personaldirektorin
- Personalratsvorsitzender

# Im Einklang mit Führungsgrundsätzen und Grundsätzen der Zusammenarbeit

## UNSERE FÜHRUNGSGRUNDSÄTZE FÜR LEITENDE MITARBEITER/INNEN AM KLINIKUM LANDSBERG AM LECH



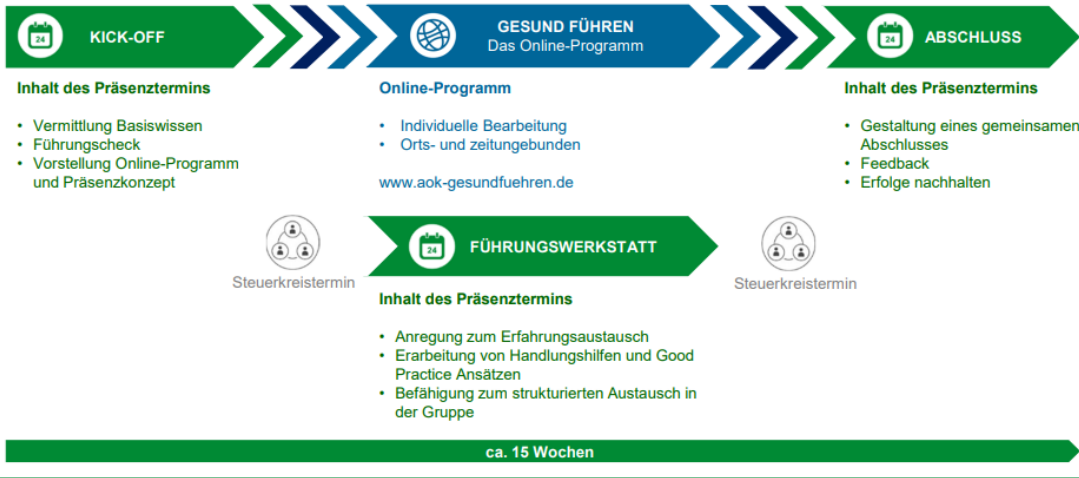
## UNSERE 10 GRUNDSÄTZE DER ZUSAMMENARBEIT AM KLINIKUM LANDSBERG AM LECH



# Programmübersicht und Inhalte „Gesund Führen“



„Gesund führen“ – Das Kombi-Angebot für Führungskräfte

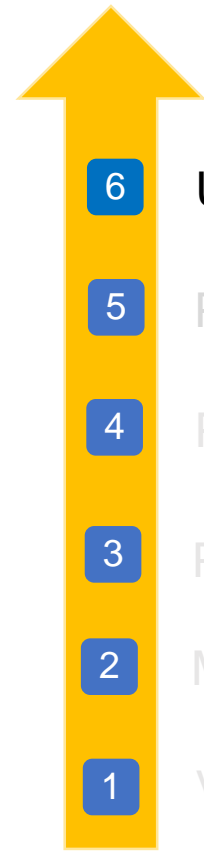


## Kernkompetenzen gesunder Führung



- |   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>KOMPETENZ „Ich als Unterstützer“ 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Belastungen und Ressourcen im Arbeitsleben erkennen</li> <li>• Unterstützung geben</li> </ul>     | <p><b>KOMPETENZ „Ich als Zuhörer“ 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interesse zeigen</li> <li>• Zuhören im Alltag</li> <li>• Aktives Zuhören</li> </ul>                 | <p><b>KOMPETENZ „Ich als Feedbackgeber“ 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wertschätzung zeigen</li> <li>• Lob und Kritik äußern</li> <li>• Feedback geben</li> </ul>                          |
| <p><b>KOMPETENZ „Ich als Gestalter“ 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeit gesund gestalten</li> <li>• Entwicklung anstoßen</li> <li>• Mitarbeiter beteiligen</li> </ul> | <p><b>KOMPETENZ „Ich als Vorbild“ 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorbildwirkung reflektieren</li> <li>• Eigenes Stress- und Ressourcenmanagement aufbauen</li> </ul> | <p><b>KOMPETENZ „Ich im Gleichgewicht“ 6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Work-Life-Balance reflektieren</li> <li>• Ausgleich finden</li> <li>• Gesundheitsnetzwerk aufbauen</li> </ul> |

# UNSER BGM-HAUSBAU



6 Unter einem Dach

5 Projekte AOK Bayern: „AOK bewegt“ & „Gesund Führen“

4 Projekt PSU in Kooperation mit der AOK Bayern

3 Projekt „Gesunde Ernährung“

2 Mitarbeiterbefragung 2021 „PsyGesund“

1 Vom Fundament zur Bestandsaufnahme und Planung

# Unser BGM – Haus „Ein gesundes Füreinander“

EIN GESUNDES FÜREINANDER:  
Erhalt und Förderung der Leistungsfähigkeit &  
Leistungsbereitschaft

Quelle: nach WEINREICH & WEIGL (2011)

KÖRPER

SEELE

(Fach-) WISSEN

ARBEITSSITUATION

- ✓ Fitnessstudio „CleverFit“
- ✓ „Mit dem Rad zur Arbeit“
- ✓ **Projekt Gesundes Ernährung**
- ✓ „AOK bewegt“
- ✓ Impfungen, arbeitsmedizinische Vorsorge

- ✓ RESIST-Programm
- ✓ **PSU Akut e.V.**
- ✓ Deeskalation
- ✓ Beratung für erkrankte Beschäftigte
- ✓ Gesprächsangebote bei Konflikten

- ✓ Fachliche Aus- und Fortbildungen
- ✓ Überfachliche Fortbildungen (z.B. Deeskalation)
- ✓ Angebote auf der eLearning Plattform
- ✓ **„Gesund Führen“**

- ✓ **Psychische Gefährdungsbeurteilung**
- ✓ Arbeitsplatzbegehungen
- ✓ Bildschirmbrille
- ✓ Beratung
- ✓ Mobile Arbeit

# UNSER BGM-HAUSBAU



Alle Architekten und beteiligten „Gewerke“ haben ihren Teil zum erfolgreichen Hausbau beigetragen. Das Fundament und die Säulen stehen, jetzt kann der Innenausbau unter Beteiligung aller Akteure und Experten weiter vorangetrieben werden.



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

