

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	<b>1</b>
<b>1. Besonderheiten der mobilen Pflege und Betreuung: Herausforderungen für die betriebliche Gesundheitsförderung</b> .....	<b>7</b>
1.1 Besonderheiten des Sektors und Entwicklungen .....	7
1.2 Besonderheiten der mobilen Pflege- und Betreuungsarbeit .....	11
1.3 Anforderungen, Belastungen und Gesundheit .....	14
1.4 Besondere Situation älterer Pflege- und Betreuungskräfte .....	19
<b>2. Gesundheitsbegriffe und Gesundheitsmodelle</b> .....	<b>23</b>
2.1 Was ist Gesundheit? .....	23
2.2 Gesundheitsmodelle und -konzepte .....	24
2.3 Die Ottawa-Charta als Grundlage der Gesundheitsförderung .....	32
2.4 Gesundheitsförderung und Prävention: ein klares Verhältnis? .....	33
2.5 Merkmale „gesunder“ Pflege- und Sozialdienste .....	35
<b>3. Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF): Grundlagen und Methoden</b> .....	<b>36</b>
3.1 Definition und Zielsetzungen .....	36
3.2 Kernprozesse .....	37
3.3 Vier Leitlinien .....	39
3.4 BGF: eine Management- und Führungsaufgabe .....	40
3.5 Ebenen der Intervention .....	42
3.6 BGF als Strategie der Organisationsentwicklung .....	43
3.7 Bewährte Ansatzpunkte der BGF .....	44
3.8 Sozialkapital stärken: ein neuer Fokus .....	46
3.9 Qualitätskriterien .....	48
3.10 Kosten und Nutzen .....	51
3.11 BGF und ArbeitnehmerInnenschutz in Österreich .....	55
Kurz gefragt .....	57
<b>4. Strategien für eine nachhaltige BGF in Pflege- und Sozialdiensten</b> .....	<b>58</b>
4.1 „Gesundheit“ in Gesundheitsorganisationen thematisieren .....	59
4.2 MitarbeiterInnen für persönliche Gesundheit sensibilisieren .....	59
4.3 Pragmatisches Vorgehen wählen .....	60

4.4	Externe Unterstützungsmöglichkeiten ausschöpfen . . . . .	61
4.5	Informieren und betriebliche Öffentlichkeit schaffen . . . . .	62
4.6	Partizipation der AußendienstmitarbeiterInnen ermöglichen . . . . .	63
4.7	Mittlere Führungsebene gewinnen und einbinden. . . . .	64
4.8	Gender und Diversity: Die Verschiedenheit der Belegschaft berücksichtigen .	65
4.9	Organisationsübergreifend agieren und Netzwerke bilden . . . . .	67

**5. Betriebliche Gesundheitsförderung praktisch umsetzen . . . . . 68**

5.1	Projektmanagement: Auftrag, Rollen, Methoden und Instrumente . . . . .	69
5.2	Vorprojektphase . . . . .	75
5.3	Ist-Analyse von Belastungen, Ressourcen und Gesundheit. . . . .	82
5.4	Planung von gesundheitsfördernden Maßnahmen. . . . .	86
5.5	Umsetzung von gesundheitsfördernden Maßnahmen: Praxisbeispiele in Pflege- und Sozialdiensten. . . . .	91
5.6	Evaluation . . . . .	104

**6. Der BGF-Prozess am Beispiel des Wiener Modellprojektes „Betriebliche Gesundheitsförderung in der mobilen Pflege und Betreuung“ . . . . . 109**

6.1	Entstehungskontext und Vorprojektphase . . . . .	110
6.2	Projektstruktur . . . . .	111
6.3	Projektziel und Zielgruppen. . . . .	114
6.4	Projektablauf . . . . .	114
6.5	Ergebnisse des Modellprojekts und der Evaluation. . . . .	123
6.6	Sicherung der Nachhaltigkeit. . . . .	123
6.7	Interne Öffentlichkeitsarbeit . . . . .	124
6.8	Erfolgsfaktoren und Stolpersteine. . . . .	125
6.9	Lernerfahrungen. . . . .	126

**7. Praktische Hilfen . . . . . 127**

7.1	BGF-Netzwerke in Österreich, Deutschland und der Schweiz . . . . .	127
7.2	Nützliche Links . . . . .	132
7.3	Checklisten . . . . .	133
7.4	Projektmanagement-Tools . . . . .	137
7.5	Arbeitstabellen . . . . .	141

	Glossar . . . . .	144
	Literaturverzeichnis . . . . .	148
	Stichwortverzeichnis . . . . .	157