

Praxisexpert*in in der Gerontologie

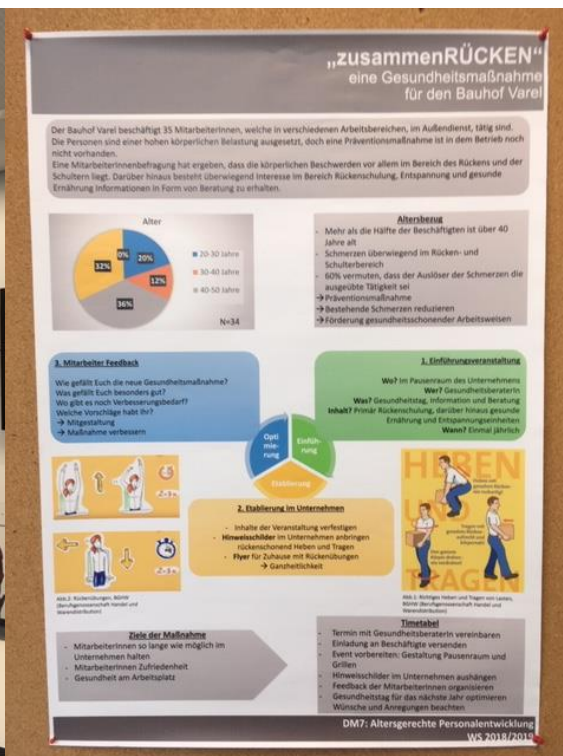
Am 24. Januar 2019 besuchte die langjährige Personalentwicklerin Gabriele Brümmer als Praxisexpertin die Abschlussveranstaltung des Seminars „Alter(n)sgerechte Personalentwicklung in Betrieben“ im Studienfach Gerontologie.

Ziel des Seminars ist es, dass Studierende in Kleingruppen beispielhafte Konzepte für alter(n)sgerechte Personalentwicklungsmaßnahmen erarbeiten. Mit Fokus auf klein- und mittelständige Betriebe geht es darum, dass die Studierenden selber in die Rolle eines/r Personalentwickler*in schlüpfen und ausgehend von einem konkreten Betrieb eine entsprechende Maßnahme konzipieren, planen und – wenn möglich – in der Praxis zur Erprobung bringen. Im Zentrum des Interesses steht dabei immer die Personengruppe der älteren Beschäftigten bzw. die Frage wie durch präventive Personalentwicklungsmaßnahmen ein „erfolgreiches durchaltern“ in den Betrieben ermöglicht werden kann.

Dabei arbeiten die Gruppen, unter Anleitung, selbständig das ganze Semester über an den Projektideen und präsentieren ihre Arbeitsergebnisse dann im Rahmen der Abschlussveranstaltung vor fachkundigem Publikum. In einem gemeinsamen Workshop mit Frau Brümmer werden die Projekte dann einem s.g. „Praxis-Check“ unterzogen und die Studierenden bekommen detailliertes Feedback von einer Expertin zu ihren Projektideen.

Diesjährige Projektkonzeptionen umfassten dabei u.a. gesundheitsförderliche Maßnahmen auf einem Bauhof, in einer öffentlichen Verwaltung und in einem Frisörhandwerksbetrieb. Andere Projektgruppen befassten sich mit einer Anti-Rauchen-Maßnahme für einen ambulanten Pflegedienst oder der Förderung der psychischen Gesundheit bei älteren Mitarbeiter*innen in einem Hospiz. Ausgewählte Poster sind im 2. Stock des R-Gebäudes (Nähe Raum 206) für Interessierte einzusehen.

Besonderer Dank gilt an dieser Stelle auch noch einmal dem Career-Service der Universität Vechta, welche den Besuch von Frau Brümmer im Rahmen des Employability-Programms finanziell unterstützt hat.



Gesund & Fit – der Zirkel hilft mit!

Der Betrieb - Stadt Dinklage

Drei Standorte:

- Lange Straße (Familienbüro)
- Rombergstraße (Sozial- und Ordnungsamt, Finanzen und Liegenschaften)
- Am Markt, Rathaus (Haupt-, Personal- und Schulamt)

Betriebliche Altersstruktur:

- 37 Mitarbeiter, davon 33 im Büro
- < 30 Jahre: 9 Mitarbeiter
- 30-50 Jahre: 19 Mitarbeiter
- > 50 Jahre: 12 Mitarbeiter
- Teilzeitbeschäftigt: 12 Mitarbeiter

Organigramm:

Der Gesundheitszirkel

Grundidee:

- Teilnehmende setzen sich in regelmäßigen Abständen zusammen
- Aufdeckung gesundheitlicher Probleme aus Sicht der Betroffenen & Ausarbeitung von Verbesserungsvorschlägen
- Aktive Gestaltung und Mitbestimmung der Mitarbeiter bzgl. des betrieblichen Gesundheitsmanagements

Teilnehmende:

Durchführung:

- Kick-Off-Veranstaltung am 03.04.2019
- Suche nach freiwilligen Teilnehmern
- Vorgespräch mit dem Moderator & dem Bürgermeister
- Beginn der Zirkelsitzungen am 24.04.2019 um 14.00 Uhr
- Sieben Termine à 90 Minuten während der Arbeitszeit

Zirkelsitzungen:

1. Kennenlernen
2. Erfassung der gesundheitlichen Probleme
3. Fortsetzung Erfassung der gesundheitlichen Probleme
4. Vision gesundheitsfördernder Unternehmen
5. Vision nutzen
6. Ausarbeiten von Verbesserungsvorschlägen
7. Abschluss Zirkelarbeit

Katharina Dreier, Lina Schöckers, Liliana Bohlen



Arbeitsleerläufe clever füllen - Schnell zum Erfolg - Friseur Vossmann

Betrieb

Projektskizze

Gesprächs-
führung

Konzept-
erstellung

„Kick-Off-
Hour“

Friseur Uwe Vossmann
Hauptstraße 57
49681 Garrel

Damen- und Herrensalon

Mitarbeiter*innen:

- 10 Salubur (Friseurmeister)
- 3 Friseurgesellen
- 3 Auszubildende

Altersstruktur:

- 18 – 56 Jahre

Problemlage:

- einseitige Körperhaltung
- Krankheiten im Bewegungsapparat

Ziele:

- präventiv
- Krankheiten verhindern
- Ausfälle minimieren
- längere Berufsausübung
- Was machen wir?

Gesundheitsmaßnahmen:

Übung = 10 Min. 1 Übung 2x 1 Übung 1 Übung

Pause = 10 Min.

Übungsarten:

- Theraband
- Massage
- Dehnübung

→ entgegengesetzte Übungen

Problemstellungen nach Zielvereinbarung:

- Raum?
- Bonusystem?
- Vertrauen Mitarbeiter*innen?
- Bewältigung durch Gespräche

Mitarbeiter*innen:

- keine anstrengenden, schnelllebenden Übungen
- Erklärungen zu Übungen
- nicht in der Mittagspause

Herr Vossmann:

- Arbeitsleertage der Mitarbeiter*innen nutzen
- Belohnung nicht in Form von Urlaub / Gehalt
- Kick-Off-Veranstaltung eher Feierabend

Physiotherapeutin:

- Wiederkehrende Aktivierung
- Nachhaltigkeit schaffen
- entgegengesetzte Übungen zum Friseuralltag
- Tabata ungenutzt
- Zeitdruck als zusätzliche Belastung
- 7 Wochen Integrationsphase
- Physio im Alltag integrieren
- Konzept entwickeln!

Raum = Movementpoint

Übungen:

- Integration Arbeitsleertage
- Hilfestellung durch Physio
- A4 Dokumente Erklärung → „Eye-Catcher“

Projektprinzip:

- 1) Kick-Off-Hour
- 2) Übungen Movementpoint
- 3) Integrationsphase
- 4) Physio im Arbeitsalltag
- 4) neues Quartal – neue Übung

Bonusystem:

- 20€ Wertgutschein am Ende des Quartals (bei Erfüllung)

Kosten:

- Physio Kick-Off: 50€ (Quartal)
- Physio 7 Wochen: 400€ (einmalig)
- Wertgutschein: 120€ (Quartal)
- Mitarbeiter: 20€ (einmalig)
- Kick-Off-Hour Planung

02.04.2019 17-18h

Vorbereitung (vor Kick-Off):

- Terminrückmeldung
- Dokumente erstellen
- Physio informieren
- Mitarbeiter*in informieren

15h:

- Projektteam trifft sich
- Vorbereitung
- Movementpoint
- Dokumente aufhängen

17h Start Kick-Off-Hour:

- Begrüßung
- Projektteam stellt Konzept vor
- Physiovorstellung
- gesundheitliche Probleme
- Übungen
- Dokumenterstellung
- Bonusprogramm
- Integrationsphase & Quartalsheute neue Übungen

© 2019 Arbeitsleertage Personalentwicklung, Lehrstuhle Laura Knappe, Daniel Weller, Nina Hoffmann und Martina F. F.

ZUSAMMENRÜCKEN
mit den Kollegen
für den Gesundheitstag

Rückengymnastik
für den Arbeitsplatz

MAKRO MITZ

Unternehmen
Mitarbeiterinnen Zufriedenheit
Gesundheit am Arbeitsplatz

