

STIFTUNG
FONDAZIONE



bewusst aktiv gesund • consapevoli attivi sani

Tätigkeitsprogramm 2007

Inhalt

| | |
|--|---|
| 1) Gesunde Betriebe..... | 3 |
| 2) Gesunde Gemeinden..... | 3 |
| 3) Healthy Fast Food fo Kids | 3 |
| 4) Rückenschule | 4 |
| 5) Gesunde Küche..... | 4 |
| 6) Gesunde Entspannung..... | 4 |
| 7) Kongress zur Betrieblichen Gesundheitsförderung..... | 4 |
| 8) Gesundheitswandertag..... | 5 |
| 9) Gesunder Preis..... | 5 |
| 10) Übergewichtige Kinder..... | 5 |
| 11) Ernährung- und Bewegungsprogramm für Diabetiker..... | 6 |
| 12) Förderung des aktiven Alterns | 6 |
| 13) Weiterbildung..... | 6 |
| 14) Internet..... | 6 |
| 15) Öffentlichkeitsarbeit..... | 7 |
| 16) Netzarbeit..... | 7 |
| 17) Bedarfs-Angebotserhebung | 7 |
| 18) Personal- und Organisationsentwicklung..... | 7 |

1) Gesunde Betriebe

Bei der praktischen Umsetzung der Betrieblichen Gesundheitsförderung in Klein- und Mittelständischen Unternehmen orientiert sich die Stiftung Vital an der von Schweizer Institutionen entwickelten Toolbox „KMU-Vital“. Nach den Vorgesprächen, die bereits im Sommer und Herbst 2006 stattgefunden haben, findet nun die konkrete Umsetzung in fünf Südtiroler Pilotbetrieben statt. Dabei ist folgender Ablauf vorgesehen: Nach den Einstiegsworkshops mit der betriebsinternen Steuerungsgruppe wird auf Management- und Mitarbeitererebene eine Bedarfserhebung durchgeführt (schriftliche Interviews und Gesundheitszirkel) und anschließend ein Gesundheitsbericht verfasst. Davon ausgehend wird gemeinsam mit der Betriebsleitung die weitere Vorgangsweise beschlossen. Die möglichen Arbeitsbereiche bzw. Module sind: Arbeitsgestaltung, Ergonomie, Teamarbeit, Stressmanagement, Wellness (Bewegung, Ernährung, Entspannung) und BGF als Führungsaufgabe. Mit Jahresende wird die erste Politphase mit einer Tagung, auf der die Ergebnisse präsentiert werden, abgeschlossen. Außerdem wird ein Handbuch erstellt, das die Implementierung der BGF in Südtiroler Betrieben erleichtern soll. Zum Projekt gehört auch der Aufbau eines Expertenpools, der in der Lage ist, BGF bzw. Betriebliches Gesundheitsmanagement durchzuführen sowie die Erarbeitung eines Geschäftsmodells, in dem das Verhältnis Stiftung-Betriebe-Freiberufler-Land geklärt wird.

2) Gesunde Gemeinden

Die Kommunale Gesundheitsförderung gehört ebenso wie die Betriebliche Gesundheitsförderung zu den Kernbereichen der Stiftung Vital. Das Pilotprojekt mit den drei Pilotgemeinden Bruneck, Plaus und Kurtatsch startet in den Wintermonaten 06/07, dabei geht es insbesondere darum, das Projekt den jeweiligen Gemeinderäten vorzustellen, die daraufhin formell den Einstieg in den Gesunde-Gemeinde-Prozess beschließen. Anschließend wird eine Bedarfserhebung durchgeführt, wobei sich diese in den kleineren Gemeinden auf eine Befragung von Focusgruppen beschränken wird. Nach der Auswertung der Ergebnisse wird in den jeweiligen Gemeinden ein Sozial- und Gesundheitsarbeitskreis ins Leben gerufen, der grundsätzlich allen interessierten Bürgern und Bürgerinnen offen steht. Dieser Arbeitskreis ist dann für die Planung und Umsetzung der Maßnahmen zuständig, wobei die Stiftung Vital auf Wunsch der Betroffenen den gesamten Prozess begleitet und moderiert.

3) Healthy Fast Food fo Kids

In diesem Pilotprojekt der Stiftung Vital geht es darum, Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie sich selber einfache Gerichte zubereiten können, die wenig kosten und die trotzdem schmecken und gesund sind. Das Projekt soll in Zusammenarbeit mit der Landesberufsschule Savoy, mit Jugendzentren, Lehrlingsheimen usw. entwickelt werden. Es beginnt beim Einkauf, beim Kennenlernen verschiedener Lebensmittel und geht dann weiter über das gemeinsame Kochen und Verköstigen, wobei das ganze ohne erhobenen Zeigfinger, dafür mit viel Spaß vor sich gehen soll. Ergebnis des Projektes wird ein Handbuch sein, das von anderen Partnerverbänden oder –gruppen kostengünstig übernommen und umgesetzt werden kann. Die Kosten für das

Modellprojekt werden von der Stiftung Vital übernommen. Zu klären ist hingegen, zu welchem Preis das Angebot (Köche, Ernährungsberater usw.) künftigen Partnern zur Verfügung gestellt werden kann.

4) Rückenschule

Immer mehr Menschen leiden unter Rückenschmerzen. Ursache sind der Bewegungsmangel und der Umstand, dass vielen Menschen auch beruflich viele Stunden sitzend verbringen. Gemeinsam mit Projektpartnern soll deshalb ein Konzept entwickelt werden, das bedarfs- und zielgruppenorientiert umgesetzt werden kann. Dabei soll nicht nur die Verhaltensebene der einzelnen Personen berücksichtigt werden, sondern auch die Verhältnisebene, die den Menschen sehr oft gar keine andere Möglichkeit lässt, als sich falsch und ungenügend zu bewegen.

5) Gesunde Küche

Bei diesem settingorientierten Projekt geht es darum, gemeinsam mit drei oder vier ausgewählten Restaurants bzw. Betrieb- oder Kindergartenmensen ein Konzept für eine Gesunde Küche zu entwickeln. Die Auszeichnung „Gesunde Küche“ wird an Betriebe verliehen, die bestimmte Kriterien erfüllen. Dazu gehört u.a., dass sie biologische Produkte und der Jahreszeit angepasste Speisen aus der Südtiroler Naturküche anbieten. Außerdem soll die Speisekarte in Zusammenarbeit mit einer Werbeagentur zu einem ebenso informativen wie unterhaltsamen Informationsträger entwickelt werden, auf dem nicht nur die Speisen und die dazu gehörenden Preise aufgelistet werden. Die Grundidee des Projektes besteht darin, eine Änderung des Essverhaltens nicht nur auf der Verhaltensebene anzustreben, sondern auch auf der Verhältnisebene. Anders formuliert: Im Sinne der Gesundheitsförderung soll nicht nur nachfrageseitig, sondern auch angebotsseitig interveniert werden. Die Details des Projektes sind noch auszuarbeiten.

6) Gesunde Entspannung

Zur Zielgruppe des Projektes gehören Erwachsene, die unter Stress am Arbeitsplatz, im Beruf, in der Familie oder im Alltag leiden und Personen, die lernen wollen, wie sie mit ihren Belastungen gelassener, sicherer und gesünder umgehen können. Der Kurs ist vor allem für Menschen geeignet, die sich mit ihrem Stressmanagement auseinandersetzen wollen und die aktiv die Progressive Muskelentspannung erlernen möchten. Das Pilotprojekt soll noch in den Wintermonaten starten. Nach Abschluss der Pilotphase soll es der Öffentlichkeit vorgestellt und interessierten Anbietern zur Verfügung gestellt werden.

7) Kongress zur Betrieblichen Gesundheitsförderung

Dieser Kongress wird in Zusammenarbeit mit dem Europäischen Netzwerk der Betrieblichen Gesundheitsförderung mit Sitz in Essen organisiert. Voraussichtlicher

Termin: November 2007. Ziel ist es, einen Know-how-Transfer nach Südtirol zu ermöglichen, indem models of best practice präsentiert werden. Dabei sollen theoretische Ansätze ebenso zu Wort kommen wie praktische Erfahrungen. Insbesondere den Südtiroler Pilotbetrieben, die in den BGF-Prozess bereits eingestiegen sind, soll die Möglichkeit zur Präsentation und zum Erfahrungstausch geboten werden. Die Details (Ort, Kosten, Referenten usw.) sind noch auszuarbeiten.

Eine Tagung in kleinerem Stil (maximale Teilnehmerzahl: 20 bis 30 Personen), die sich an Stakeholder aus Politik, Wirtschaft und Verwaltung richtet, wird am 19. Jänner 2007 stattfinden. Als Referentin konnte die Koordinatorin des Österreichischen Netzwerkes der Betrieblichen Gesundheitsförderung, Elfriede Kiesewetter, sowie die Mitautorin der Toolbox „KMU-vital“, Sandra Kündig, aus der Schweiz gewonnen werden.

8) Gesundheitswandertag

„Gesundheitsbezogene Gemeinschaftsaktionen unterstützen“ gehört zu den fünf Handlungsfeldern, die von der Ottawa-Charta aufgezeigt werden. In dieser Optik ist auch der Gesundheitswandertag zu sehen, der eine gute Möglichkeit bietet,

1) die Stiftung Vital sichtbar zu machen,

2) den Zusammenhang von körperlicher Bewegung und Gesundheit auf breiter Basis zu kommunizieren

3) außerdem ist der Wandertag ein geeignetes Mittel, um konkrete Netzarbeit zu leisten, das heißt viele Menschen und Vereine können für ein gemeinsames Anliegen bzw. ein gemeinsames Projekt mobilisiert und damit für gesundheitsfördernde Belange sensibilisiert werden.

9) Gesunder Preis

Einmal im Jahr werden unter der Schirmherrschaft des Landesrates für Gesundheit und Soziales Projekte ausgezeichnet, die geeignet sind, die Anliegen der Gesundheitsförderung einem möglichst breiten Publikum näher zu bringen. Mit der Auslobung des Gesunden Preises werden vorbildhafte, innovative und erfolgreiche Projekte prämiert. Darüber hinaus sollen gelungene Beispiele das ganze Jahr über medial (TV-Vital, Homepage der Stiftung Vital usw.) vorgestellt und damit auch die Personen, die hinter diesen Projekten stehen, sichtbar werden. Das Projekt Gesunder Preis ist damit Teil des Kommunikationskonzeptes der Stiftung Vital, mit dem Ziel, die teilweise abstrakten Inhalte und Anliegen von Gesundheitsförderung konkret erlebbar und nachvollziehbar zu machen. Darüber hinaus soll der Gesunde Preis nicht nur Ansporn, sondern auch Impuls zur Nachahmung und Weiterentwicklung von Gesundheitsförderung in Südtirol sein.

10) Übergewichtige Kinder

Die Zahl der Kinder, die an Übergewicht leiden, steigt kontinuierlich. Dafür gibt es mehrere Ursachen. Es muss deshalb für diese Kinder ein Angebot entwickelt werden, das einerseits von den Kindern angenommen wird, das aber andererseits auch in der Lage ist, angemessen auf die Vielschichtigkeit der Ursachen zu reagieren. Das Projekt soll für den

außerschulischen Bereich konzipiert, aber gemeinsam mit der Schule sowie mit Ernährungs- und Bewegungsexperten entwickelt werden.

11) Ernährung- und Bewegungsprogramm für Diabetiker

Ausgangspunkt der methodischen Überlegungen ist auch in diesem Fall der bedarfs- und settingorientierte Ansatz, der sich nicht darauf beschränkt, Appelle an das richtige individuelle Bewegungs- und Ernährungsverhalten zu verschicken. Sämtliche Details sind noch auszuarbeiten, der Südtiroler Diabetikerbund wird als Partner dieses Projektes eine zentrale Rolle spielen.

12) Förderung des aktiven Alterns

Die Bevölkerung Europas wird älter, der Anteil der Erwerbstätigen geht zurück. Vor diesem Hintergrund muss sichergestellt werden, dass die Menschen im Alter bei guter Gesundheit bleiben. Im Vordergrund steht also das Anliegen, gemeinsam mit interessierten Partnerverbänden ein Projekt bzw. ein Programm zu entwickeln, das dem Ziel, den Menschen ein gesundes Altern zu ermöglichen, gerecht werden kann.

13) Weiterbildung

Die Methoden und Erkenntnisse im Bereich von Public Health, Prävention und Gesundheitsförderung sind einer rasanten Entwicklung unterworfen. Auf die Weiterbildung der Mitarbeiter der Stiftung Vital wird deshalb größter Wert gelegt. Darüber hinaus soll auch anderen Interessierten die Möglichkeit geboten werden, das Wissen über Methoden, Ziele und Anliegen in diesem Bereich zu vertiefen. Das gilt insbesondere für den Expertenpool, den die Stiftung Vital schrittweise aufbauen möchte.

14) Internet

Das Internet hat sich zu einem unverzichtbaren Arbeits- und Informationsinstrument entwickelt. Die Zahl der Menschen, die ihre Informationen über das Internet beziehen, steigt kontinuierlich. Gleichzeitig steigt auch das Bedürfnis bei immer mehr Menschen, das Wissen um gesundheitsbezogene Themen zu vertiefen. Die Stiftung Vital betrachtet es deshalb als eine ihrer wichtigsten Aufgaben, diese Nachfrage fachkompetent und usergerecht zu bedienen. Der Aufbau eines Redaktionsteams, das aus SchreiberInnen und aus Fachleuten besteht, sowie der inhaltlich-methodischen Vorgaben, ist im Gange. Die offizielle Freischaltung der Homepage ist für Ende Jänner geplant.

15) Öffentlichkeitsarbeit

Den vielfältigen Initiativen der Stiftung Vital kann nur dann die notwendige Sichtbarkeit gegeben werden, wenn sie durch öffentlichkeitswirksame Maßnahmen begleitet werden. Ein entsprechendes Kommunikationskonzept (siehe Gesunder Preis) ist in Ausarbeitung. Dabei ist das Internet ein unverzichtbares Medium, aber sicher nicht das einzige. Die elektronischen Informationsträger (TV-Gesundheitsmagazin und TV-Vital, aber auch die privaten und öffentlichen Radios) gehören ebenso dazu wie die verschiedenen Möglichkeiten, die sich im Print-Bereich anbieten. Konkret in Vorbereitung ist je ein Flyer zur Kommunalen und zu Betrieblichen Gesundheitsförderung sowie ein Folder, der die Tätigkeiten und die Ziele der Stiftung Vital in knapper und gefälliger Form beschreibt.

16) Netzarbeit

Eng mit der Öffentlichkeitsarbeit verbunden ist die Netzarbeit, die zu den wichtigsten Instrumenten der Gesundheitsförderung gehört, und zwar auf allen Ebenen. Nach Ansicht der WHO kann Gesundheitsförderung nicht im Alleingang einzelner Gruppen oder einzelner ExpertInnen geschehen, sondern nur im Zusammenspiel von möglichst vielen Einzelpersonen und gesellschaftlichen Realitäten (social capital). Vernetzung bzw. Netzarbeit bedeutet zudem Erfahrungsaustausch, gemeinsames Lernen sowie die optimale Nutzung von Synergien und Ressourcen. Und schließlich ist auch die Vernetzung unterschiedlicher Politikbereiche gemeint. Die Stiftung Vital wird sich deshalb bemühen, sowohl projektbezogene als auch langfristige Partnerschaften aufzubauen, bei denen Einzelne ebenso zur Teilnahme eingeladen werden wie organisierte Interessensvertretungen. Und schließlich geht es der Stiftung Vital um die Vernetzung mit Partnern im In- und im Ausland, die auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung eine langjährige Erfahrung besitzen.

17) Bedarfs-Angebotserhebung

Die Gesundheit bzw. die Lebensqualität zu erfassen und zu messen, ist für jedes gesundheitsfördernde Projekt oder Programm unerlässlich, wenn es zielgruppen- und bedarfsorientiert sowie kosteneffizient und nachhaltig sein will. Dabei wird erhoben, welche gesundheitlichen Verbesserungen möglich sind, und es ist zu entscheiden, welche Gruppen oder Lebenswelten den Vorrang haben. Gemeinsam mit kompetenten Partnern und aufbauend auf vorhandene Erfahrungswerte, sind deshalb Instrumente zur Erhebung der Lebensqualität zu entwickeln bzw. anzuwenden.

18) Personal- und Organisationsentwicklung

Neben dem „Produkt“ (Gesundheitsförderung), das die Stiftung Vital anbietet, stehen im Jahr 2007 zwei Arbeitsschwerpunkte im Mittelpunkt:

- a) der organisatorische Aufbau der Stiftung und
- b) die Qualifizierung der MitarbeiterInnen

Ad a)

Der organisatorische Aufbau der Stiftung Vital hat vielschichtig zu erfolgen. Zur Verdeutlichung werden einige Beispiele angeführt:

- für die interne Arbeit werden verbindliche und transparente Regeln bezüglich Verwaltung, Buchhaltung, Telefondienst, Kommunikation, Dokumentation usw. erstellt,
- es werden Jahresabläufe definiert und Kriterien einer gemeinsamen Terminplanung erarbeitet,
- es wird ein Stellenplan und ein Organigramm mit klar zuordenbaren Rollen und Aufgaben erstellt,
- im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung wird ein Geschäftsmodell entwickelt, aus dem hervorgeht, bei welchen Körperschaften die Betriebe um Beiträge ansuchen können und wie sich diese Beiträge bemessen,
- es wird ein Modell für einen Beirat erstellt, der der Stiftung nach innen und nach außen in den Bereichen Gesundheitsförderung und Projektmanagement beratend zur Seite steht
- es werden Arbeitsinstrumente (Projektmanagement) erarbeitet, die allen MitarbeiterInnen der Stiftung Vital, aber auch Außenstehenden zur Verfügung stehen werden
- es wird ein Pool von fest angestellten und freien MitarbeiterInnen aufgebaut, deren Fachkompetenz in den Bereichen Gesundheitsförderung und Projektmanagement sowie auf den Gebieten Bewegung, Ernährung und Entspannung gesichert ist.

Ad b)

Die zweite große Herausforderung für das Geschäftsjahr 2007 (und darüber hinaus) besteht in der Qualifizierung von MitarbeiterInnen der Stiftung Vital, aber auch von anderen interessierten Personen. Entsprechende Angebote sind deshalb zur Verfügung zu stellen. Darüber hinaus

- sind gemeinsame Ziele (Unternehmensziele) zu definieren
- das inhaltliche Verständnis von Gesundheitsförderung zu vertiefen
- sicherzustellen, dass MitarbeiterInnen der Stiftung Vital (und andere) qualitativ hochwertige Weiterbildungsangebote wahrnehmen können
- sind Tools zu erarbeiten, mit denen einheitliche Qualitätsstandards erreicht werden können.

Das 18 Punkte umfassende Tätigkeitsprogramm 2007 ist sehr ambitioniert. Unterfertiger möchte daher betonen, dass es nur unter der Voraussetzung realisierbar ist, dass der Stiftung Vital weitere personelle Ressourcen zur Verfügung gestellt werden.

Bozen, am 22.11.2006

Mag. Franz Plörer