

GESUNDHEITSTAG IN DER ALLOHEIM SENIORENRESIDENZ IN BRAMSCHE

Das Alloheim in Bramsche unter der Leitung von Frau Vivienne Urban ist eine teilnehmende Einrichtung der Initiative WERTGESCHÄTZT.

Nachdem im Februar 2023 bereits über die Entstehung der Gesundheitsstrategie und den ersten Schritten der Umsetzung in der Einrichtung berichtet wurde, war es nun soweit, dass der geplante Gesundheitstag umgesetzt werden konnte.

Hintergrund

Der Steuerkreis hatte sich im Rahmen der Entwicklung der Gesundheitsstrategie auf verschiedene Handlungsfelder festgelegt, die auf Basis der Analyseergebnisse erarbeitet wurden. Mit dem Gesundheitstag befinden wir uns im Handlungsfeld „Alloheim bewegt sich“. In diesem Handlungsfeld geht es vor allem um die individuelle Gesundheitsförderung (der Verhaltensprävention): Schwerpunkte sind die allgemeine Gesundheitsförderung und im Speziellen die Entspannungsfähigkeit der Mitarbeiter:innen. Es werden Gesundheitsangebote offeriert, mit denen die Mitarbeiter:innen für verschiedene Gesundheitsthemen sensibilisiert und motiviert werden sollen.

Der Gesundheitstag



Abbildung 1: Mitarbeiterin auf dem S3-Check

Der Gesundheitstag beinhaltete - dem Handlungsfeld „Alloheim bewegt sich“ entsprechend - verschiedene Angebote. So konnten sich die Mitarbeiter:innen an der Smoothiebar einen frischen Smoothie und gleichzeitig Tipps und Anregungen für eine gesunde Ernährung einholen.

Des Weiteren bestand die Möglichkeit, sich auf dem sogenannten S3-Check über die eigene Körperhaltung und Sensomotorik zu informieren und sich auch hier Tipps und Ratschläge einzuholen, wie diese weiter verbessert werden können. Die Teilnehmenden am S3-Check erhielten eine individuelle Auswertung, sodass jedem Mitarbeiter / jeder Mitarbeiterin ganz konkret etwas an die Hand gegeben wurde, woran er / sie sich zukünftig orientieren kann.

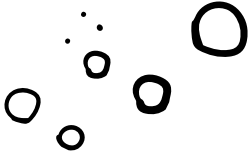


Abbildung 2: Mitarbeitende in der Fotobox

Ein weiteres Angebot war die Fotobox der Initiative WERTGESCHÄTZT. Diese fand sehr guten Anklang. Die Fotos wurden genutzt, um sie als Erinnerung in den Teamräumen und in der Eingangshalle auszuhängen, das Team Alloheim vorzustellen und gleichzeitig die Identifikation der Mitarbeiter:innen mit dem Alloheim in Bramsche zu stärken.

Als besonderes Highlight am Gesundheitstag wurde das Waldatmen angeboten. Beim Waldatmen hatten die Mitarbeiter:innen die Möglichkeit sich mit Hilfe einer Virtual Reality-Brille in den virtuellen Wald zu begeben und zu entspannen. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden zu diesem Angebot waren großartig. Die Teilnehmenden berichteten von einem wunderbaren Entspannungszustand, der auch nach der Durchführung noch anhielt.

Insgesamt war der Gesundheitstag wirklich erfolgreich! Viele Mitarbeiter:innen des Alloheims in Bramsche konnten motiviert werden und hatten die Möglichkeit von den Angeboten zu profitieren und gleichzeitig etwas Abwechslung in ihren Arbeitsalltag zu bekommen.

Ausblick

Nach Abschluss des Gesundheitstages freuen wir uns nun, die Arbeit der GESTE weiter vorantreiben zu können, um mit bedarfsgerechten Maßnahmen die Gesundheit der Mitarbeiter:innen weiter stärken zu können. Wichtige Bausteine in der weiteren Projektarbeit der GESTE werden die Themen Kommunikation, Wertschätzung und Führungskräftebildungen sein. Viele Vorhaben und viel Motivation, diese auch umzusetzen, sind auf jeden Fall vorhanden.



Abbildung 3: Mitarbeitende in der Fotobox

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Informieren Sie sich über die BKK-Initiative WERTGESCHÄTZT unter www.bkk-wertgeschaezt.de.