



Prof. Horst Kunhardt, Vizepräsident für Gesundheitswissenschaften an der TH Deggendorf, begrüßte die Teilnehmer sowie Anton Staudinger als Hausherrn, Bürgermeister Markus Hofmann, BRK-Kreisgeschäftsführer Manfred Aschenbrenner und BRK-Präsident Theo Zellner (v. r.) sowie Bereichs-Vorsitzenden Wolfgang Ludwig, seinen Vorgänger Dr. Dieter Casaretto, Prozessberater Stephan Fimmers (v.l.) und Prof. Erich Würh (2. Reihe l.).

FOTO: S. WEBER

# Pfleger lernen, auch auf sich zu achten

**WEITERBILDUNG** Ein Jahr lang hat das Rote Kreuz seine Mitarbeiter in der Pflege fit im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gemacht.

VON STEFAN WEBER

**BAD KÖTZTING.** Es ist eine große Runde, die sich am Dienstagvormittag zum Gesundheits-Impulstag im Hörsaal des Sinocur eingefunden hat. Der Bezirks- und der Kreisverband des Bayerischen Roten Kreuzes hatten zum Gesundheits-Impulstag geladen – und zwar zum letzten einer ganzen Reihe. Drei Monate lang wurden die über 500 Mitarbeiter des BRK, die in der Pflege tätig sind, zu diesen Veranstaltungen eingeladen, die einen „systemischen Prozess zur Verbesserung der Rahmen- und Arbeitsbedingungen“ aufsetzen sollen.

Das bedeutet in der Praxis, dass das BRK gemeinsam mit der Technischen Hochschule Deggendorf und der Stadt Bad Kötzing die Mitarbeiter fit im Betrieblichen Gesundheitsmanagement gemacht hat. In sechs Gruppen erhielten die Teilnehmer theoretische und praktische Tipps, wie sie selbst dafür

sorgen können, lange gesund zu bleiben. Für den BRK-Präsidenten ist das auch ein neuer Weg in der Personalentwicklung. „Um kranke Menschen zu pflegen, muss die Pflegekraft selber gesund sein und es auch bleiben“, sagt er – zumal die Arbeit in der Pflege viel mehr „Berufung als Beruf“ sei.

Prof. Horst Kunhardt begleitet die Entwicklung des Bad Kötztlinger Lebensstilprogrammes, das den BRK-Mitarbeitern an diesen Tagen im Ansatz vermittelt wird, seit zehn Jahren. „Wir bieten seitdem sehr viele theoretische Ansätze, aber das BRK setzt sie nun auch aktiv um, das ist sehr gut“, freut

er sich. Mit dem Impulstag sei der richtige Weg eingeschlagen. Im Beruf müssten die Pflegkräfte „viele Sorgen tragen, aber sie müssen auch für sich selbst Sorge tragen“. Große Freude auch bei Bürgermeister Markus Hofmann: „Ich finde es toll, dass das BRK mit gutem Beispiel vorangeht – professionelles betriebliches Gesundheitsmanagement ist heutzutage wichtig, um neue Mitarbeiter zu gewinnen.“ Doch auch wenn sich hier der Arbeitgeber um die Gesundheit seiner Mitarbeiter kümmere, dürften diese mit dem Abschlusstag nicht damit aufhören, diesen Weg aktiv mitzuverfolgen.

Dass sich auf dem betrieblichen Gesundheitssektor viel bewegt, erläutert zum Schluss Ruppert Glaser von der AOK. „Vor 15 Jahren waren es gerade einmal zehn Betriebe, die sich um dieses Thema gekümmert haben, heute sind es rund 100 im Jahr.“ Die AOK gebe im Jahr 15 Milliarden Euro in Bayern aus, 320 Millionen davon für betriebliches Gesundheitsmanagement. „Daran sieht man schon, wo der Weg hingeht“, zeigt er sich überzeugt.

Die ersten Schritte auf diesem Weg gehen die Mitarbeiter dann anschließend mit einem Vortrag von Prof. Erich Würh zum Lebensstilprogramm. Bis zum Nachmittag wechseln sich Praxis und Theorie dann ab.

## DIE STATIONEN

**Einführung:** Prof. Erich Würh: Das Lebensstilprogramm für individuelle Gesundheitsförderung  
**Vortrag:** Stress verstehen

**Praxis:** Schlauer essen

**Vortrag:** Kneipp'sche Gesundheitslehre.

**Praxis:** Kneipp'sche Anwendungen

**Vortrag:** Schlauer essen

**Praxis:** Qi Gong

**Vortrag:** Prof. Erich Würh: Praxis der Stimmungs- und Spannungsregulation