

Yoga, Resilienz und gesunde Jause: Eine Woche zum Wohl der Mitarbeiter:innen

In Krankenhäusern dreht sich alles um die Gesundheit der Patientinnen und Patienten. Doch hochwertige Versorgung kann nur dann sichergestellt werden, wenn auch auf das Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geschaut wird. Die Gesundheit Burgenland hat mit der internen „Gesundheitswoche“ genau das gemacht. Das Angebot reichte von Bewegungseinheiten und gesunden Snacks bis hin zu Infos über bunte Stützstrümpfe.

EISENSTADT, 22. NOVEMBER 2024 – In der Gesundheit Burgenland fand von 18. bis 21. November zum ersten Mal die „Gesundheitswoche“ statt. „Für ein Unternehmen im Gesundheitsbereich ist es natürlich wesentlich, auch auf die Gesundheit der eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu achten. Ich bin mir sicher, dass die Angebote im Rahmen der Gesundheitswoche dabei helfen, das Wohlbefinden unserer Kolleginnen und Kollegen zu steigern“, so der kaufmännische Geschäftsführer Mag. Franz Öller, MBA, MPH.

Jeder Standort – die Kliniken Kittsee, Oberpullendorf, Oberwart und Güssing sowie die Direktion in Eisenstadt – gestaltete dabei ein individuelles Programm mit zahlreichen Schmankerln. Univ.-Prof. Dr. Stephan Kriwanek, medizinischer Geschäftsführer der Gesundheit Burgenland: „Es freut mich zu sehen, wie engagiert die Gesundheitswoche in unseren Kliniken umgesetzt wurde und wie breit gefächert das Angebot war. Wir werden auch in Zukunft versuchen, unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Aktionen der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu sensibilisieren.“

Klinik Kittsee: In der nördlichsten Klinik des Burgenlandes standen dem Team verschiedenste Mitmach-Stationen zur Verfügung. Eine Shiatsu-Masseurin bot zur Druckpunktmassage. Bei einer ergotherapeutischen Handkraftmessung erfuhr man spannende Details zur Kraft in den Händen. Eine Diätologin beantwortete Fragen zum Thema Ernährung im Schichtbetrieb. An einem gesunden Buffet konnten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den ganzen Tag über ihre Energien aufladen. Personalisierte Tipps gegen Verspannungen und Schmerzen im Arbeitsalltag gab es vom Physiotherapeuten, während eine Psychologin Interessierte über Burn-Out-Prophylaxe informierte. In einem „Stimmhygiene“-Workshop erfuhren die Teilnehmenden spannende Fakten zum ökonomischen Stimmensatz im Arbeitsalltag. Als Höhepunkt wurde der beste Tipp zur Betrieblichen Gesundheitsförderung mit einem 10er-Block „Shiatsu-Massage“ belohnt.

Klinik Oberpullendorf: Auf den Stationen wurden Yoga-Atemübungen erklärt, die jederzeit während der Arbeit oder in den Pausen zur Entspannung beitragen können, zudem standen Obstkörbe und gesunde Snacks bereit. Das Team der Physiotherapie präsentierte Hilfsmittel für rückschonendes Arbeiten und gab Tipps zur richtigen Haltung beim Sitzen. Der größte Andrang im Festsaal herrschte beim „xunt“-Stand, wo es Stützstrümpfe in knalligen Farben und mit witzigen Designs für Sport und Alltag zu bestaunen und zu erwerben gab. Die Küche ließ sich ebenfalls etwas einfallen: Es gab neben Salaten und Smoothies eine gesunde Nachspeise, inklusive Rezept zum Nachbacken.

Klinik Oberwart: In Oberwart lag der Fokus auf drei Bereichen: Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit. Ein Besprechungsraum wurde zum Turnsaal umfunktioniert, wo Yoga- und Tanzeinheiten mit professionellen Trainerinnen stattfanden. Für die mentale Gesundheit stand das PsychologInnen-

Team der Klinik Oberwart zur Verfügung. Fachvorträge zu den Themen „Resilienz und Achtsamkeit im (Berufs-)Alltag“, „Gesunder Schlaf“ und „Maßnahmen zur Stressbewältigung“ boten wertvollen Input. Das Mitarbeiterrestaurant war aufgrund des gesunden Menüs so gut besucht, wie noch nie. Neben gegrilltem Fisch, Kichererbsen-Curry oder Topfengnocchi erfreuten sich frische Smoothies großer Beliebtheit. Die Diätologinnen riefen mit Zucker-Schätzspiel und Schoko-Genussreise das bewusste Essen und Genießen in Erinnerung. Und weil auch Lachen gesund ist, sorgte eine Fotobox mit bunten Accessoires für den Spaßfaktor.

Klinik Güssing: In der Klinik Güssing informierten die Diätologinnen der Klinik über gesunde Zwischensnacks in Form von Nüssen, Kostproben inklusive. Als „Gruß aus der Küche“ erhielten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zudem gesunde Snacks serviert. Zur „Fußanalyse“ bat OA Dr. Ewald Musser. Dazu wurde eigens eine Druckplatte angemietet. Außerdem wurde mithilfe eines Kraftmessungsgerätes die stärkste Frau/der stärkste Mann ermittelt. Zum Thema „Die eigene Gesundheit erhalten und fördern“ informierte Mag. Kathrin Supper. Außerdem im Fokus stand die Ergonomie am Arbeitsplatz. Im Angebot hatte die Physiotherapeutin zudem Tipps für kurze Bewegungs- und Dehnübungen, die einfach in den Arbeitsalltag zu integrieren sind. Auch eine diesbezügliche Broschüre mit wertvollen Tipps wurde verteilt. Viel zu lachen gab es mit zwei CliniClowns, die die Wichtigkeit von Humor als Ressource für die Gesundheit vermittelten.

Direktion Eisenstadt: In der Direktion in Eisenstadt standen für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Früchte (Zitronen, Orangen, Erdbeeren etc.) für „Infused Water“ bereit. Zusätzlich wurde in mehreren Mitarbeiterküchen eine gesunde Jause, bestehend aus Gemüsesticks, Vollkornbrot, Aufstrichen und Obst zur Verfügung gestellt. „Die Gesundheitswoche stand ganz im Zeichen der Betrieblichen Gesundheitsförderung. Schon in der Vergangenheit haben wir an unseren Standorten verschiedene Aktionen – oft auch gemeinsam mit der BVAEB – durchgeführt. Die Gesundheitswoche war der vorläufige Höhepunkt. Für das kommende Jahr sind bereits weitere Maßnahmen in Planung“, so Dr. Roland Graszitz, Direktor für Personal und Recht in der Gesundheit Burgenland, abschließend.

Gesundheit Burgenland

Die Gesundheit Burgenland – Burgenländische Krankenanstalten-Gesellschaft m.b.H. wurde 1992 als 100-prozentige Tochtergesellschaft des Landes gegründet und ist seit Jänner 1993 operativ tätig. Sie steht seit 2019 im Eigentum der Landesholding Burgenland GmbH (90 Prozent der Anteile) sowie des Landes Burgenland (zehn Prozent). Die Direktion der Gesundheit Burgenland befindet sich in Eisenstadt. Kaufmännischer Geschäftsführer ist Mag. Franz Öller, MBA, MPH, medizinischer Geschäftsführer ist Univ.-Prof. Dr. Stephan Kriwanek. Die konsolidierte Gesundheit-Burgenland-Gruppe hat 2500 MitarbeiterInnen und ist damit der größte Arbeitgeber des Landes. Das Unternehmen generiert rund 22 Prozent der Umsätze der Landesholding-Unternehmensgruppe und ist nach diesem Kriterium das zweitgrößte Unternehmen des Konzerns (nach der Burgenland Energie AG). Seit April 2023 treten die landeseigenen Kliniken nicht mehr unter dem Kürzel KRAGES, sondern unter der Marke Gesundheit Burgenland auf. Die Kliniken Oberwart, Oberpullendorf, Güssing und Kittsee haben insgesamt rund 650 Betten. In Oberwart wurde eine neue Klinik errichtet, die seit Mai 2024 in Betrieb ist. Weiters plant die Gesundheit Burgenland, eine Klinik in Gols im Bezirk Neusiedl am See zu bauen. Das Unternehmen führt eine Schule für Gesundheits- und Krankenpflege an den Standorten Oberwart und Eisenstadt. An der Burgenländischen Pflegeheim-Betriebsgesellschaft (Bad Tatzmannsdorf) werden 51 Prozent gehalten. Eine Drittelbeteiligung besteht am Ersten Burgenländischen Rechenzentrum (EBRZ, Eisenstadt).