



**Mitarbeiter-  
gesundheit und  
Elternpartnerschaft**

# Mitarbeitergesundheit - Zahlen und Fakten -

---

- 72% aller Erzieherinnen und Erzieher sehen ihre Arbeit als anstrengender an, als mit der erhaltenen Entlohnung wertgeschätzt wird
  - 60% fühlen sich überfordert
  - Unter 5% der Kita-Fachkräfte sind über 60 Jahre
- Frühes Ausscheiden aus dem Berufsleben deutet sich an ...



# Belastungsfaktoren im Arbeitsalltag



# Belastungsfaktoren im Arbeitsalltag 1/4

---

## ● **Arbeitsumgebung**

- Lärm (Schalldruck, Frequenz)
- Temperatur
- Beleuchtung (Kontrast, Helligkeit)
- Luftqualität (Luftfeuchtigkeit, Gerüche)
- Räumliche Bedingungen  
(Raumgröße, Anzahl zu nutzender Räume)
- Vorhandene Mittel  
(Ausstattung mit Möbeln, Küchengeräte)
- Chemische Stoffe  
(Desinfektions- und Reinigungsmittel)



# Belastungsfaktoren im Arbeitsalltag 2/4

---

## ● Organisatorische Bedingungen

- Art und Größe der Kita
- Pädagogisches Konzept der Kita
- Gruppengröße ( Anzahl der Kinder und Zusammenarbeit mit anderen Personen)
- Gruppenzusammensetzung (Altersbereich der betreuten Kinder, offene Arbeit)
- Anzahl der Mitarbeiter im Team (Kompensation von Krankheit und Urlaub)
- Arbeitszeit- (Arbeitszeitumfang, Schichtarbeit) und Pausenregelung
- Mahlzeitenfrequenz und Mahlzeitsituation



# Belastungsfaktoren im Arbeitsalltag 3/4

---

- **Anforderungen resultierend aus der Arbeitsaufgabe**
  - Aufgabeninhalte (Komplexität, Vielfalt, Sinnhaftigkeit, Kontrollmöglichkeit)
  - Informationsdichte (Anzahl parallel auszuführender Aufgaben)
  - Zeitdruck (Vor- und Nachbereitung, Zeit für die direkte Arbeit)
  - Daueraufmerksamkeit (Beaufsichtigung der Kinder)
  - Verantwortlichkeit (für die Gesundheit der Kinder)
  - Physische Belastung (Heben und Tragen der Kinder, von Kochgeräten, ungünstige Körperhaltungen)
  - Sprechbelastung
  - Emotionale Anforderungen (Diskrepanz zwischen äußerer und innerer Gefühlslage)
  - Berufliche Entwicklung (Fort- und Weiterbildungen)
  - Gefahrenquellen (Treppen, Nässe, Spielzeug und Ausstattung)



# Belastungsfaktoren im Arbeitsalltag 4/4

---

## ● Soziale Bedingungen

- Sozialstruktur der Familien (Migrationshintergrund, sozioökonomischer Hintergrund der Kinder und Eltern)
- Teammerkmale (Arbeitsstruktur, Qualitätsniveau, Rolle)
- Betriebsklima (Kooperation, Kommunikation, persönliche Akzeptanz, sozialer Rückhalt z.B. auch zwischen pädagogischem Team und Küchenteam)
- Führung (Führungsstil, Kommunikation, Fairness)
- Soziale Kontakte (zu Kindern, Eltern, anderen Personen)



# Ideen zur Umsetzung für KiCo-Coaches 1/3

---

- **Gemeinsame Haltung entwickeln zu**
  - Teamsicht – Sind wir EIN Team?
  - Krankheit und Ausfällen von Kolleginnen und Kollegen – wer krank ist, darf auch krank sein!
  - Reflektion des Arbeitsklimas
  - Reibungsverlusten durch nicht erfolgte Absprachen
  - Ressourcen des Berufs, das Schöne an der Arbeit mit Kindern, wieder bewusst machen/ stärken
  - Regelungen zu Pausenzeiten/ Pausenraum





# Ideen zur Umsetzung für KiCo-Coaches 2/3

---

## ● **Arbeitsumgebung**

- Lärm – Ideensammlung von Lärmampel über Apps etc.
- Ergonomie – Was kann ich selbst tun? Was fehlt?
- Gibt es geeignete Rückzugsräume, die das Personal gerne nutzt?
- Werden Aktivitäten mit den Kindern aktiv von den Mitarbeitern genutzt, um sich selbst zu bewegen oder zu entspannen?



# Ideen zur Umsetzung für KiCo-Coaches 3/3

---

## ● Organisatorische Bedingungen

- Dienstplan – werden die Wünsche der Mitarbeiter berücksichtigt?
- Sind tägliche Pausenzeiten selbstverständlich vorgesehen und werden sie wahrgenommen?
- Gibt es klare Regelungen zu Überstunden, Vertretungen und deren zeitlichem Ausgleich?
- Teambesprechung „Umgang mit Stress“ (auch im kompletten Team mit Küchenmitarbeitern)
- Werden Angebote von Krankenkassen zu Vorsorgemaßnahmen wahrgenommen?

➤ Weitere Ideen siehe Referenzrahmen





**Exkurs  
Betriebliche  
Gesundheitsförderung**

# Betriebliche Gesundheitsförderung

---

## Ziele

- Verbesserung der gesundheitlichen Situationen
- Stärkung der gesundheitlichen Ressourcen und Fähigkeiten der Erwerbstätigen

*Betriebliche Gesundheitsförderung umfasst alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz*

(Quelle: Luxemburger Deklaration des Europäischen Netzwerks für betriebliche Gesundheitsförderung)



## § 20a SGB V – Betriebliche Gesundheitsförderung

---

- Krankenkassen
  - stehen in der Pflicht die betriebliche Gesundheitsförderung zu unterstützen
  - können die Leistungen selber erbringen, geeignete Dritte oder zu diesem Zweck gebildete Arbeitsgemeinschaften beauftragen
- Gesetzesnorm stellt sicher, dass Maßnahmen bedarfsgerecht sind
- Bei der Planung werden die Versicherten und Verantwortlichen mit einbezogen
- Ausdrückliche Verpflichtung des Arbeitgebers zur Verhütung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren bleibt bestehen



# Leistungsarten der Krankenkassen

---

- Beratung zur gesundheitsförderlichen Arbeitsgestaltung
  - Gestaltung von Arbeitstätigkeiten und –bedingungen
  - Gesundheitsgerechte Führung
  - Gestaltung betrieblicher Rahmenbedingungen



# Leistungsarten der Krankenkassen

---

- Gesundheitsförderlicher Arbeits- und Lebensstil
  - Stressbewältigung und Ressourcenstärkung
  - Bewegungsförderliches Arbeiten und körperlich aktive Beschäftigte
  - Gesundheitsgerechte Ernährung im Arbeitsalltag
  - Verhaltensbezogene Suchtprävention
- Überbetriebliche Vernetzung und Beratung
  - Verbreitung und Implementierung durch überbetriebliche Netzwerke



# Arbeitgeber geförderte Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen

---

- Arbeitgeber können Arbeitnehmern Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands sowie zur betrieblichen Gesundheitsförderung geben
- Arbeitnehmer müssen diese Zuschüsse nicht versteuern, wenn diese nicht 500 € im Jahr übersteigen





# Arbeitgeber geförderte Präventionsmaßnahmen

## Allgemeine Anforderungen:

---

- Nachgewiesene Wirksamkeit des Konzepts
- Konzeptmanual (Aufbau, Ziele, Inhalte, Methoden) und Teilnehmerunterlagen
- Weltanschauliche Neutralität
- Grundsätzlich in Gruppen (max. 15 Personen)
- In der Regel 8 bis 12 Kurseinheiten, auch als Kompaktangebote über mind. zwei Tage
- Bei Handlungsfeld übergreifenden Maßnahmen muss das Haupthandlungsfeld mindestens 8 x 45 Minuten mit thematisch aufeinander aufbauenden Einheiten umfassen
- Angemessene Räumlichkeiten



# Gesundheitskurse der Krankenkassen

---

- Sind bereits durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert
- Entsprechen den Anforderungen der Krankenkassen
- 80% der Kursgebühren werden erstattet
  - Bedingung: Teilnahme von mind. 80% der Kurstermine
- Einreichen der Teilnahmebescheinigung bei der Krankenkasse
- Bis max. zwei Kurse im Jahr werden erstattet



# Gesundheitskurse Barmer GEK

## Präventionsdatenbank auf der Internetseite der Barmer GEK

### Aktiv für Ihre Gesundheit

Veranstaltungen und zertifizierte Gesundheitskurse

Suchen Sie nach einer Möglichkeit, sich fit zu halten? Ob Sportvorführungen, Vortragsveranstaltungen oder zertifizierte Gesundheitskurse - hier finden Sie Angebote in Ihrer Nähe. Am besten gleich anmelden.

**Suche nach Veranstaltungen und zertifizierten Gesundheitskursen**

Bitte geben Sie eine Postleitzahl oder einen Ort ein und wählen Sie einen Themenbereich für die Suche nach einem Gesundheitskurs oder einer Veranstaltung aus.

PLZ:     Umkreis:     Ort (optional):

Themenbereich:

Altersgruppe:     Anzahl der Ergebnisse pro Seite:

Stichwort (optional):

Bezeichnung ↑	Kursanbieter ↑	Veranstaltungsort / Termin
<b>Aktive Rückenschule</b>	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH, - Beriebsstätte Berlin- Markgrafenstraße 19 10969 Berlin Tel: 030/25899 500 E-Mail: berlin@ruecken-zentrum.de	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH Markgrafenstraße 19 10969 Berlin  Entfernung: <b>1,5 km</b>
	Kursleiter: Thomas Raatz	
<b>Aktive Rückenschule</b>	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH, - Beriebsstätte Berlin- Markgrafenstraße 19 10969 Berlin Tel: 030/25899 500 E-Mail: berlin@ruecken-zentrum.de	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH Markgrafenstraße 19 10969 Berlin  Entfernung: <b>1,5 km</b>
	Kursleiter: Alexander Glaue	
<b>Aktive Rückenschule</b>	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH, - Beriebsstätte Berlin- Markgrafenstraße 19 10969 Berlin Tel: 030/25899 500 E-Mail: berlin@ruecken-zentrum.de	Rückenzentrum am Michel Prävention GmbH Markgrafenstraße 19 10969 Berlin  Entfernung: <b>1,5 km</b>
	Kursleiter: Frauke Dölp	

# Gesundheitskurse Techniker Krankenkasse

## Präventionsdatenbank auf der Internetseite der TK

**Wählen Sie Ihr Kursangebot**

PLZ  oder Ort  Umkreis


**Gesundheitskurse**

- Bewegung
- Ernährung
- Stressbewältigung / Entspannung
- Suchtmittelkonsum

Stichwortsuche nach Kurstitel  ?

Suche nach Kurs-ID

Suche nach Kursanbieter

	Kurstitel	Kursort	Kurstermin	Distanz
	▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲	▼ ▲
<input type="checkbox"/>	TK Fitness Basic	Friedrichstraße 68 10117 Berlin	16.11.2016 Mo: 20:15 - 21:45 10 Termine	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness basic	Charlottenstraße 65 10117 Berlin	Weitere Details erfragen Sie bitte beim Anbieter	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness basic	Charlottenstraße 65 10117 Berlin	Weitere Details erfragen Sie bitte beim Anbieter	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness basic	Charlottenstraße 65 10117 Berlin	Weitere Details erfragen Sie bitte beim Anbieter	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness Basic	Friedrichstraße 68 10117 Berlin	07.09.2016 Mittwoch 20.15 10 Termine	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness Basic	Friedrichstraße 68 10117 Berlin	16.11.2016 Mittwoch 20.15 10 Termine	1
<input type="checkbox"/>	TK Fitness special	Charlottenstraße 65 10117 Berlin	Weitere Details erfragen Sie bitte beim Anbieter	1

# Gesundheitskurse der Krankenkassen

---

- Eingetragene Trainer in den Listen der Gesundheitskurse von Krankenkassen kommen nach Anfrage auch in den Betrieb
  - Oft muss eine gewisse Teilnehmeranzahl erreicht werden
- Abrechnung der Gesundheitskurse kann durch den Arbeitgeber oder die MitarbeiterInnen selbst erfolgen



# Betriebliches Gesundheitsmanagement BARMER GEK

---

- Seminare und Workshops
  - Führung und Gesundheit
  - Work-Life-Balance
  - Vereinbarkeit von Pflegesituation und Beruf
  - Demografischer Wandel
  - Gender/Diversity
- Rückenprogramme
- Rauchfreier Betrieb

Quelle: BARMER GEK

Mehr Informationen unter:

<https://firmenangebote.barmer-gek.de>



# Betriebliches Gesundheitsmanagement Techniker Krankenkasse

---

- TK berät nach den Prinzipien der Organisations- und Prozessberatung
- TK-Experten für Betriebliches Gesundheitsmanagement
  - führen Bestandsanalyse durch
  - helfen bei der Entwicklung und Durchführung von Maßnahmen
  - evaluieren die Maßnahmen

Quelle: Techniker Krankenkasse

Mehr Informationen unter:

<https://www.tk.de/tk/gesundheitsmanagement/18168>





**Elternpartnerschaft**



# Dialog auf Augenhöhe

---

- Partnerschaftliche Zusammenarbeit
- Gleichberechtigtes Miteinander
- Beginnt bereits beim Aufnahmegespräch
- Bezugsperson sollte von Beginn an Bedürfnisse, Sorgen und Ängste der Eltern kennen
- Bessere Klärungsmöglichkeit von unterschiedlichen Erwartungen auf beiden Seiten



# Kulturelle Vielfalt als Chance

---

- Potential für Interkulturelle Erziehung der Kinder
- Lernen über fremde Länder mit Tänzen, Spielen und Speisen
- Bei großen Sprachbarrieren ist ein Dolmetscher für das Elterngespräch nötig oder ggf. ein bekannter Elternteil mit Migrationshintergrund



# Partnerschaftliche Zusammenarbeit

---

- Austausch über Themen im Bereich Gesundheitsförderung mit Plakaten, Postern, Werkarbeiten
- Elternbriefe, schwarzes Brett, Briefkasten für Eltern
- Aktionen im Rahmen von Elternabenden, kleinen Arbeitsgruppen
- Feste und Veranstaltungen bieten Raum zum Austausch und Beteiligung der Eltern
- Termine zur gemeinsamen Gartenarbeit



## Kinder unter 3

---

- Vertrauensvolle und verlässliche Beziehung der Eltern mit der Kita ist für die (früh-)kindliche Entwicklung des Kindes sehr bedeutsam
- Aufnahmegespräch über detaillierten Entwicklungsstand des Kindes und Ernährungsgewohnheiten
- Phasen der Eingewöhnung klären
- Regelmäßige Entwicklungsgespräche
- Dokumentation der Aktivitäten der Kleinen im Kita-Bereich mit Foto
- Einladung an die Eltern zu hospitieren



# Zusammenarbeit mit Eltern als KiCo-Coach

---

- Maß der Partizipation mit Kita-Team klären
- Minimum: Eltern fortlaufend und aktuell informieren
- Maximum: Eltern oder ihre Vertreter wirken an der Projektausgestaltung und Maßnahmenumsetzung (z.B. Gartengestaltung, Wellnessstag mit Eltern ...) mit
- Feste und Veranstaltungen als Raum zum Austausch und Beteiligung der Eltern



## Impressum

Herausgegeben von Plattform Ernährung und Bewegung e.V.,  
Wallstr. 65, 10179 Berlin  
2016

mit Förderung durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft  
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

**Fotos:** Matthias Martin

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



[www.in-form.de](http://www.in-form.de)