



Deutsches Netz
Gesundheitsfördernder
Krankenhäuser gem. e.V.
Ein Netz der WHO



Deutsches Netz
Rauchfreier
Krankenhäuser &
Gesundheitseinrichtungen

**Call for Abstracts – Kurzdarstellung eines Beitrages für die
15. Konferenz für Gesundheitsförderung in Krankenhäusern & Ge-
sundheitseinrichtungen und das Forum Rauchfrei PLUS
27. bis 29. Oktober 2010 in Chemnitz**

Abgabeschluss:
10. August 2010
An info@dngfk.de
Fax: 030-81 79 858 29

Angaben zum Referenten:

Name: (Titel, Vorname, Nachname)
Dipl. Päd. Ramona Mika-Lorenz

Institution: Gemeinschaftsklinikum Koblenz-Mayen

Position: Stabsstelle: Gesundheitsförderung und Gleichstellung

Adresse: Koblenzer Str. 115-155

Telefon: 0261- 499 2028

Mail: Ramona.Mika-Lorenz@Gemeinschaftsklinikum.de

Titel des Beitrages:

Es gibt viel zu tun... STRESS lass´ nach!!!

Kurzdarstellung:

S- wie Strategien
T- wie Transparenz
R- wie Regelmäßigkeit / Ruhe
E- wie Ebenen/ Energie
S- wie Synergie
S- wie Sensibilität

Regelmässig durchgeführte Mitarbeiterbefragungen, Gesundheitsberichte der Krankenkassen, Unfall- und Krankenstatistik geben einen guten Überblick wie sich die Belastungsbereiche für die Beschäftigten darstellen.

Umstrukturierungen und zahlreiche Baumaßnahmen in der Klinik erhöhen die Belastungen in den Arbeitsbereichen, so dass eine systematische Strategie zur Stressbewältigung erarbeitet wird.

In den regelmässig stattfindenden Fortbildungen zum Thema Stress werden diese Erkenntnisse vertieft. Im Frühjahr des Jahres findet ein Tagesangebot zur Stressreduzierung für Führungskräfte statt. Es wird in Kooperation mit der Unfallkasse organisiert und im Herbst findet ein Tages- für alle MitarbeiterInnen statt.

Eine Arbeitssituationsanalyse im einzelnen Arbeitsbereich gibt Aufschluss über konkrete

Handlungsmöglichkeiten zur Stressreduzierung. Es ist ein klares mit geringem Zeitaufwand durchführbares Verfahren.

Individuelle Angebote der betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützen die Suche nach Stressreduzierung. Entspannungs-, Bewegungsangebote

Schwerpunkte des Vortrages sind die Stress- Seminare und ASA, beide sind hilfreiche Bausteine der systematischen Stress-Bearbeitung.