

## Pressemitteilung

### 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben

**Ingolstadt, 9. Oktober 2019-** Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben der Partner aus dem Gesundheitsnetzwerk Leben in der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt am Campus Ingolstadt ist beendet. Experten aus Wissenschaft und Praxis vermittelten die Inhalte von moderner berufsgruppenbezogener Prävention, die Unterstützung durch eine Präventions- und Rehabilitationssprechstunde sowie eines Ü45-Gesundheitschecks, um den Präventions- und Rehabilitationsbedarf zeitnah zu erkennen und die zielgerichtete bedarfsorientierte Gesundheitsversorgung durch die elektronische Antragstellung zügig einzuleiten. Die Inhalte des Ü45-Gesundheitschecks zur Ermittlung des Gesundheitspotenzials sowie die im Bedarfsfall, im Rahmen einer anschließenden Präventionsleistung zur Unterstützung der Gesundheit durch Bewegung, bewusste Ernährung und eine geschärfte Aufmerksamkeit für die Balance zwischen Freizeit und Beruf wurden vorgestellt. Zeitgleich wurde aufgezeigt, dass der Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess nachhaltig unterstützt und die Resilienz im Betrieb gefördert werden kann. Qualifiziertes Coaching ist dabei eine wertvolle Ressource, die sowohl in der Gesundheitsversorgung, bei der beruflichen Rehabilitation, beim Ausstieg aus der Sucht, nach Suchtbehandlungen und beim Wiedereinstieg in das Arbeitsleben erfolgreich erprobt wurde.

Alle Akteure waren sich darin einig, dass die rechtzeitige Einleitung und Durchführung von Präventionsmaßnahmen die Gesundheit erhalten kann. Es ist wichtig, dass Berufstätige diese Angebote kennen und noch mehr als bisher in Anspruch nehmen. Hier sind auch die Arbeitgeber gefordert ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu motivieren und zu unterstützen notwendige Gesundheitsmaßnahmen zeitnahe zu nutzen. Durch die elektronische Antragstellung ist der Antrag sofort im elektronischen Posteingang beim zuständigen Sachbearbeiter bei der Deutschen Rentenversicherung. Zeitliche Verzögerungen durch mögliche Fehler bei der Antragstellung werden komplett ausgeschlossen. Das Antragverfahren wurde erheblich vereinfacht. Bei Bedarf unterstützen die Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben bei der elektronischen Antragstellung.

Coaching wird in vielen Bereichen in der Wirtschaft und auch in der Gesundheitsversorgung erfolgreich eingesetzt. Wissenschaftliche Studien belegen, dass in der beruflichen Wiedereingliederung, beim Ausstieg aus der Sucht, nach erfolgreicher Suchtbehandlung, um den Wiedereinstieg nachhaltig zu sichern, ein qualifiziertes Coaching der Betroffenen sehr gezielt helfen kann. Erkenntnisse aus der Praxis zeigen, dass in akuten beruflichen Belastungssituationen das zeitnahe Coaching eine wertvolle Ressource ist, um Krankheiten und Arbeitsunfähigkeiten zu vermeiden. Nicht außer Acht zu lassen ist dabei, dass nicht alle Beratungsangebote seriös sind und auf jeden Fall auf die Qualifikation der Coaches geachtet werden sollte.

Kontakt Audi BKK:

Helga Friehe  
Projektleitung  
Gesundheitsnetzwerk Leben  
Audi BKK  
85001 Ingolstadt

Hausanschrift:  
Porschestr. 1  
38440 Wolfsburg

Telefon +49 (5361) 8482 -204  
Telefax +49 (5361) 8482 22204

helga.friehe@audibkk.de

[www.audibkk.de](http://www.audibkk.de)

Ein Einblick in die umfassenden Arbeitsbereiche, bis hin zur gezielten Einzelberatung, wurde an den Informationsständen der Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben: Agentur für Arbeit, Audi BKK, Bayerische Krebsgesellschaft, Bayerische Telemedallianz, Caritas-Kreisstelle Ingolstadt Beratungsstelle für psychische Gesundheit, Suchtambulanz Caritas-Kreisstelle Ingolstadt, Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd, Deutsche Rentenversicherung Bund, Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, EASC e.V., EUTB Oberbayern Nord, GOIN e.V., Integrationsfachdienst München-Freising gGmbH, Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt, Krisendienst Psychiatrie, PASSAUER WOLF, Reha-Fit Gesundheitszentrum Ingolstadt, PROFESSION FIT, ermöglicht.

Für Helga Friehe, Projektleitung im Gesundheitsnetzwerk Leben, wurden auch bei der fünften Fachtagung die Erwartungen erfüllt. „7 Jahre Gesundheitsnetzwerk Leben zeigen uns, dass wir gemeinsam mit allen beteiligten Akteuren die richtige Entscheidung getroffen haben. Mit der sektoreneinengreifenden Gesundheitsstrategie für ein gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau können wir Berufstätigen schnelle Hilfe zur Verfügung stellen. Gemeinsam ist es uns gelungen Bürokratie abzubauen, die Versorgung zu verbessern sowie Prozessabläufe zu vereinfachen“. „Wir haben damit für Arbeitserleichterung bei den Anbietern und auch Kostenträgern weit über die Region hinaus gesorgt. Seit Bestehen unseres Netzwerkes gab es keinen Stillstand in der Entwicklung. Das unermüdliche Engagement aller Akteure ist immer wieder beeindruckend und verdient großen Respekt. Gemeinsam stellen wir uns den Problemen und sorgen für mehr Gesundheit im Berufsleben“, ergänzte Prof. Dr. Siegfried Jedamzik, Vorsitzender von dem Ärztenetz GOIN und der Bayerischen Telemedallianz.

Eine sektoreneinengreifende Gesundheitsversorgungskette bietet die Chance Langzeiterkrankungen sowie das vorzeitige Ausscheiden aus dem Erwerbsleben, das häufig auch mit einer Einschränkung in der Lebensqualität einhergeht, zu reduzieren. Die bisherigen Studienergebnisse bzw. forschungsbegleitenden Lösungsansätze im Bereich Wiedereingliederung von berufstätigen Patienten lassen erwarten, dass durch ein qualifiziertes Coaching die Nachhaltigkeit von Maßnahmen gesichert werden kann. Der „Schritt“ zum Coach fällt vielen etwas leichter als das Aufsuchen eines Mediziners oder Psychotherapeuten. Gesundheitscoaching in der Praxis kann jedoch nur als eine Ergänzung zu den schon vorhandenen Gesundheitsdiensten verstanden werden und muss von ihnen deutlich abgegrenzt werden. Gesundheitscoaching zielt auf Befähigung und Aktivierung der Ressourcen des Einzelnen, die ihm ermöglichen das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und das Verhalten zu ändern sowie Dank der Vermittlung der Fähigkeiten und des Selbstvertrauens zu mehr Selbstbestimmung im Gesundheitsverhalten beizutragen. Die Theorie und Forschung zur Selbstdetermination zeigt, dass durch die Maximierung der Erfahrung des Patienten mit eigener Autonomie, mehr Selbstkompetenz und seiner Compliance in Gesundheitssettings Dank Verinnerlichung der Gesundheitsüberzeugungen es zu einer Verhaltensveränderung und Verbesserung des Gesamtwohlbefindens beiträgt. „Eine selbstbestimmende, gesunde und motivierte Belegschaft wird immer wichtiger und bietet eine wertvolle Ressource im globalen Wettbewerb“, hoben die Eichstätter Professoren Janusz Surzykiewicz und Joachim Thomas von der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt hervor.

„Wir wünschen uns, dass die Beschäftigten rechtzeitig die notwendigen Beratungs- und Unterstützungsangebote, den Ü45-Gesundheitscheck sowie die notwendigen Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen in Anspruch nehmen. Im nächsten Schritt möchten wir die wertvollen Studienergebnisse im Bereich Coaching gezielt für unser Netzwerk nutzen. Die Gespräche dazu laufen bereits. Alle Netzwerkpartner arbeiten Hand in Hand, um schnelle Hilfe zu gewährleisten und dafür zu sorgen, dass entsprechende Angebote in der gesamten Region 10 zur Verfügung stehen“, so Helga Friehe.

**Das Gesundheitsnetzwerk Leben ist eine eigene Marke unter dem Dach der Audi BKK.** Die Marke setzt sich für ein gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau ein. Ziel ist es, die medizinische Versorgung, bestehende Strukturen sowie Versorgungsabläufe zu optimieren, um zum Wohle der Patienten eine lückenlose Gesundheitsversorgungskette zu gewährleisten. Derzeit gehören folgende Partner dem Netzwerk an: Audi BKK, AUDI AG, Klinikum Ingolstadt, Automotive Safety Technologies GmbH, Ingolstädter Anzeiger, Praxisnetz GOIN, Praxisverbund Seelische Gesundheit (PSIN), Danuvius Klinik GmbH®, Deutsche Psychotherapeutenvereinigung, PASSAUER WOLF, rehabewegt e.V., WundZentrum, Praxis Penther & Partner, Katholische Universität Ingolstadt-Eichstätt, Arbeitnehmerpastoral der Diözese Eichstätt, Bayerische TelemedAllianz, MDK Bayern, Klinik Höhenried gGmbH, Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd, Deutsche Rentenversicherung Bund, Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, EASC e.V., Agentur für Arbeit, IG-Metall, Verdi, DGB, Sozialpsychiatrische Dienst der Caritas, Suchtambulanz Caritas-Kreisstelle Ingolstadt, Burnout Fachberatung, Spörer AG, AidA, Stadtbuss Ingolstadt GmbH, ZPPM im MZG, Physio Competence, bbw und bfz Gesundheit & Soziales Kompetenzzentrum, aLIVE-Service GmbH, protected dialog.experts Deutschland GmbH, Bezirk Oberbayern, Krisendienst Psychiatrie, MARIA HELP e.V., Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung, KJF Klinik Sankt Elisabeth, Zentrum Bayern Familie und Soziales Region Oberbayern Inklusionsamt, Integrationsfachdienst München-Freising gGmbH, Reha-Fit Gesundheitszentrum, Hospizverein Ingolstadt e.V., Oberbayerische Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener (OSPE) e. V., Landesverband Bayern der Gehörlosen e.V., Bayerische Krebsgesellschaft e.V., Dr. O.K. Wack Chemie GmbH, PROFESSION FIT