

Präventionsmaßnahmen für Pädagoginnen und Pädagogen in Sachsen-Anhalt

Physisch topfit



Gesundes Führen



Mental stark und methodisch kompetent



Gesunde Schule



Fit im Team

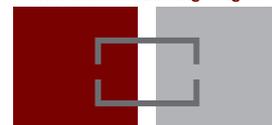


Maßgeschneiderte Konzepte



Kontakt:

medical airport service GmbH
Hessenring 13a
64546 Mörfelden-Walldorf
Tel. 06105 / 34 13-190
Fax 06105 / 34 13-444
gesundheitsmanagement@
medical-gmbh.de
www.medical-gmbh.de



Vorwort

„Wer heute noch der Meinung ist, Lehrer seien in jeder Hinsicht beneidenswert, hätten sie doch einen sicheren und bequemen, mit gutem Gehalt und langen Ferien garnierten Halbtagsjob, der dürfte die Realität des Lehrerberufs gründlich verkennen. Tatsache ist, dass es sich hier um einen der anstrengendsten Berufe handelt. Speziell unter dem Gesichtspunkt der psychischen Belastung erfordert der Lehreralltag sehr viel mehr Kraft als der übliche Arbeitstag im Büro, an der Werkbank oder auch im Krankenhaus. Ja, wir haben in unseren Untersuchungen keinen anderen Beruf mit vergleichbar kritischen Beanspruchungsverhältnissen auffinden können.“

(Uwe Schaarschmidt: Halbtagsjobber? Psychische Gesundheit im Lehrerberuf: Analyse eines veränderungsbedürftigen Zustandes. Beltz 2005, S. 15.)



Sehr geehrte Lehrerinnen und Lehrer, sehr geehrte pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

das vorangestellte Zitat verdeutlicht, welche enorme Belastung Ihr Beruf auch im Hinblick auf Ihre Gesundheit bedeutet. Wir wissen darum und wir wissen auch, wie schwierig es zuweilen für Sie ist, sich ausreichend für Ihre beruflichen Aufgaben zu regenerieren und zu erholen. Wir fühlen uns in der Mitverantwortung für Ihre Gesundheit. Denn die Qualität von Schulen hängt maßgeblich vom Engagement und somit von der physischen und psychischen Gesundheit der Lehrkräfte, pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Schulleitungen ab.

Was hält Beschäftigte in pädagogischen Berufen gesund?

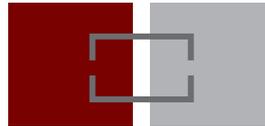
Wir sind uns dessen bewusst, dass die schulischen Rahmenbedingungen und konkreten Arbeitssituationen einen großen Einfluss auf Gesundheit und persönliches Wohlempfinden haben. Dennoch gibt es auch Erkenntnisse, dass persönliche Kompetenzen, soziale Ressourcen und konstruktive Bewältigungsstrategien maßgeblich dazu beitragen können, unter Belastung gesund zu bleiben.

Ich freue mich deshalb, Ihnen heute einen Katalog vorstellen zu dürfen, der Ihnen zahlreiche Präventionsangebote unterbreitet. Wie gehe ich mit Stress, körperlicher Belastung und dem chronischen Gefühl von Überlastung um? Antworten und konkrete Hilfe finden Sie in den Angeboten unseres Partners medical airport service GmbH (medical). Neben der individuellen Gesundheitsvorsorge und -förderung unterstützt medical Ihre Schule bei der Erstellung einer Gefährdungsbeurteilung und der Erarbeitung und Umsetzung von daraus resultierenden Maßnahmen.

Nutzen Sie die Angebote und zahlreichen Möglichkeiten und tragen Sie damit aktiv zu Ihrer Gesunderhaltung bei. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen alles Gute sowie persönliches Wohlergehen.

Mit freundlichen Grüßen

Torsten Klieme
Direktor des Landesschulamtes Sachsen-Anhalt



Vorstellung medical

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

gerne möchten wir uns Ihnen zunächst vorstellen:

Die medical airport service GmbH (kurz: medical) ist ein bundesweiter Dienstleister für Arbeitsmedizin und Arbeitsschutz. Wir arbeiten für unsere Kunden als interdisziplinäres Team von Arbeitsmedizinern, Sicherheitsfachkräften, Psychologen, Pädagogen, Sportwissenschaftlern, Ernährungsberatern und weiteren Disziplinen eng und ganzheitlich zusammen.

Seit 2001 (Arbeitssicherheit) bzw. 2006 (Arbeitsmedizin) sind wir auf die Unterstützung von Schulen spezialisiert. Durch unsere langjährige Erfahrung wissen wir um die schulischen Anforderungen an Lehrkräfte und Pädagogische Kräfte, die aufgrund ihrer sozialen, emotionalen, formalen sowie motivationalen Komplexität und Widersprüchlichkeit häufig zu Belastungen werden können.

Gemeinsam mit dem Landesschulamt, Vertretern des LISA, des Personalrates, der Schwerbehindertenvertretungen, der Gleichstellungsbeauftragten sowie der Unfallkasse haben wir in den drei Bereichen unserer Dienstleistung folgendes Betreuungsangebot entwickelt:

Arbeitsmedizin	Präventionsmaßnahmen	Arbeitssicherheit
Die gesetzlichen Grundlagen in allen Bereichen bilden das Arbeitsschutzgesetz, das Arbeitssicherheitsgesetz sowie die Durchführungsverordnung DGUV V2.		
<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsmedizinische Sprechstunde • Vorsorgeuntersuchungen • Arbeitsmedizinische Beurteilungen von Gefährdungen und Belastungen an Lehrerarbeitsplätzen • Realisierung des Mutterschutzgesetzes • Arbeitsmedizinische Beratungen im Rahmen des Betrieblichen Eingliederungsmanagements • u.v.m. 	<ul style="list-style-type: none"> • Präventions-Workshops zu den Themen wie: Stressbewältigung, Burn-out-Prophylaxe, gesunde Ernährung, Rückengesundheit, Gesunder Umgang mit der Zeit, Resilienz, salutogene Führung, u.v.w • Beratung und Begleitung zu schulischem Gesundheitsmanagement • Psycho-soziale (auf Wunsch anonyme) Beratung in Krisen • Psychologische Sprechstunden • u.v.m. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitstechnische Begehung Ihrer Schule • Sicherheitstechnische Beurteilung von Gefährdungen und Belastungen an Lehrerarbeitsplätzen • Messungen von Klimabedingungen, Lärm, Akustik und Schadstoffen • Ableitung von Maßnahmen und Aufbau einer Arbeitsschutzorganisation • Umsetzung des Gefahrstoffmanagements und der Brandschutzorganisation • u.v.m.

Unsere Tätigkeiten in allen Bereichen werden fortlaufend in zentralen Gremien evaluiert und den Bedarfen angepasst.

Aktuell vor sich finden Sie den ersten Maßnahmenkatalog mit Präventionsmaßnahmen, die Sie als Abrufangebote (d.h. als Inhouse-Veranstaltung an der Schule) oder als offene Angebote (festgelegte, überregionale Termine) nutzen können.

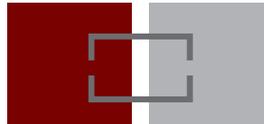
Alle Informationen finden Sie auch im Internet auf dem Bildungsserver unter:

- **Schule**
- **Lehrkräftegesundheit**
- **Arbeitsmedizinische und Arbeitssicherheitstechnische Betreuung**

http://www.bildung-lsa.de/schule/lehrkraeftegesundheit/arbeitsmedizinische_und_arbeitssicherheitstechnische_betreuung.html

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und stehen Ihnen als Partner mit Rat und Tat gerne zur Seite!

Ihr Team der medical



Buchungsinformationen

Die Nutzung der Unterstützungsmaßnahmen oder die Teilnahme an Veranstaltungen ist für jeden Teilnehmer sowie für jede Schule kostenneutral. Alle Kosten sind über den zentralen Rahmenvertrag gedeckt.

Unsere zentrale Koordinierungsstelle berät Sie und ist unter folgendem Kontakt zu erreichen:

06105 – 34 13 190 (Montag bis Freitag 08:00 bis 14:00 Uhr)

gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen im Detail unsere Präventionsmaßnahmen vor. Diese können, je nach Angabe, als Abrufangebote genutzt werden und/oder finden als Terminveranstaltungen statt.

Bei den Abrufangeboten kommen wir zu Ihnen an die Schule und können, je nach Bedarf mit Teilen des Kollegiums oder mit dem Gesamtkollegium die gewünschten Themen bearbeiten. Je Thema liegt die Mindestteilnehmerzahl bei 8 Teilnehmern und die maximale Teilnehmerzahl bei 18 Personen.

Dabei stehen wir Ihnen an der Schule in drei möglichen Varianten zur Verfügung:

- Variante 1: Ein Thema wird auf drei mal 3-stündige Veranstaltungen verteilt und kann am Nachmittag stattfinden. Dafür werden je Veranstaltung 8 Abrechnungseinheiten dokumentiert, insgesamt 24 Abrechnungseinheiten.
- Variante 2: Ein Thema wird auf zwei mal 4-stündige Veranstaltungen verteilt. Dafür werden je Veranstaltung 10 Abrechnungsstunden dokumentiert, insgesamt 20 Abrechnungsstunden.
- Variante 3*: Sie wählen für das Sie interessierende Thema eine 8-stündige Durchführungsvariante. Dafür werden 16 Abrechnungsstunden dokumentiert.

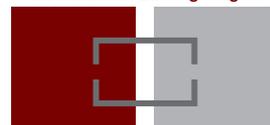
Die Varianten sind miteinander kombinierbar sowie erweiterbar.

Hier einige praktische Beispiele:

- Beispiel 1: Sie buchen für das Gesamtkollegium (z. B. 80 Personen) einen Fortbildungstag. Sie wählen 6 verschiedene Themen aus, die an einem Tag parallel vor Ort an der Schule durchgeführt werden. Dafür werden 6 mal 16 Abrechnungseinheiten dokumentiert.
- Beispiel 2: Sie buchen für Ihre Schule eine Reihe von 10 mal 3-stündigen Veranstaltungen. Immer abwechselnd werden dabei Inhalte vermittelt und die vermittelten Inhalte durch Supervision vertieft und reflektiert. Diese Reihe verteilt sich gleichmäßig über das ganze Schuljahr.
- Beispiel 3: Sie wählen eine Kombination von parallelen, ganztägigen Impuls-Workshops, welche das Kollegium neigungsbezogen im Laufe des Schuljahres mit kürzeren Veranstaltungen am Nachmittag ergänzt oder vertieft.

Sie erkennen, dass die Buchung der Abrufangebote sehr flexibel und bedarfsorientiert erfolgen kann. Das Ziel der Unterstützung der medical ist nachhaltiger Gesundheitsschutz, der nicht durch einmalige und kurze Maßnahmen etabliert werden kann. Wir beraten Sie gerne welche Maßnahmen im Entwicklungsprozess hin zu einem passenden Gesundheitsschutz empfehlenswert für Sie wären.

* Unter der Voraussetzung, dass die Schülerbetreuung abgesichert ist, können Sie als Schule dem Landeschulamt Ihr Interesse an einer ganztägigen Fortbildung anzeigen.

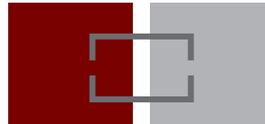


Viele Themen werden in Form von Terminveranstaltungen ab 2015 geplant. Diese können Sie auf dem Bildungsserver dann unter den Fortbildungsangeboten finden. Zusätzlich erhalten Sie diese Termininformationen per Mail sowie als Download auf dem Bildungsserver unter der Rubrik Arbeitsmedizinische und Arbeitssicherheitstechnische Betreuung. Für diese Fortbildungen können sich interessierte Lehrkräfte und pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über das eTIS-Portal anmelden.

Der Buchungsprozess von Abrufangeboten:

1. Wir beraten Sie zu passenden Themen und Durchführungsmöglichkeiten unter der zentralen Kontaktmöglichkeit.
2. Nach Festlegung der Themen, Termine etc. erhalten Sie eine Beauftragung, die die vereinbarten Veranstaltungen gegenseitig bestätigt. Gleichzeitig erhalten Sie Teilnehmerlisten und Feedbackbögen mit Bitte um Vervielfältigung entsprechend der Teilnehmerzahlen, welche standardmäßig nach den Veranstaltungen von den Teilnehmern ausgefüllt werden. Gerne erstellen wir Ihnen Teilnahmebescheinigungen.
3. Der durchführende Referent oder die durchführende Referentin bzw. ein Teamer, im Falle eines Referententeams, kontaktiert Sie zwecks organisatorischer Detailabsprachen rechtzeitig vorher. Sie sprechen dort Ankunftszeit, Treffpunkt, besondere Wünsche, benötigte Technik etc. gemeinsam ab. Die Arbeitsmaterialien bringen die Referentinnen und Referenten jeweils mit.
4. Am Tag der Durchführung wird ein Schulstempel zur Abzeichnung der Leistungsdokumentation benötigt.
5. Nach Durchführung jeder Veranstaltung erhalten Sie eine digitale Dokumentation inkl. Fotoprotokollen. Auf Wunsch senden wir Ihnen Teilnehmerbescheinigungen zu.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme! Ihr Team der medical!



Inhaltsverzeichnis

Physisch topfit

Stabiler Rumpf ist Trumpf	S. 09
Bewegung: Die beste Medizin der Welt!	S. 10
Yoga	S. 10
Leistungsstark durch gesunde Ernährung	S. 11
Ergonomie am Arbeitsplatz Schule	S. 11

Mental stark und methodisch kompetent

Psycho-soziale Beratung in Krisen	S.12
Grundlagen der Resilienz	S. 13
Kompetent mit den alltäglichen Belastungen umgehen	S. 13
Gesunder Umgang mit der Zeit	S. 14
Ressourcenorientiertes Selbstmanagement - mit Hilfe des Zürcher Ressourcen Modells (ZRM) [®]	S. 14
Gesundheit, Motivation und Leistung „ü50“	S. 15
Gesunder Umgang mit Konflikten	S. 15
Wertschätzende und klare Kommunikation	S. 16
Stimmt die Stimme	S. 16

Fit im Team

Professioneller Umgang mit Herausforderungen durch kollegiale Beratung	S. 17
Ressourcenorientierte Teamentwicklung mit Hilfe des ZRM [®]	S. 18
Gesunde Schulkultur	S. 18

Gesundes Führen

Gesund bleiben als Führungskraft	S. 19
Gesundes Führen	S. 20
Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter	S. 20

Gesunde Schule

Gesundheitsmanagement-Beratung	S. 21
Prozessbegleitung im Gesundheitsmanagement	S. 22
Umgang mit psych. erkrankten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern	S. 22
Unterweisung Sicherheitsbeauftragte	S. 23
Lärmschutz	S. 23
Verantwortung und Pflichten im Arbeitsschutz	S. 24
Umgang mit Gefahrstoffen	S. 24
Umgang mit Maschinen	S. 25
Suchtprävention	S. 25
Heben und Tragen im FöS	S. 26
Gesundheitsförderung im demografischen Wandel	S. 26

Maßgeschneiderte Lösungen

Bildnachweis	S. 27
Informationen zur Grundlage unserer Arbeit und zu unseren Dienstleistungen	S. 28-30



Physisch topfit

„Gesundheit ist ein Zustand vollkommener physischer, psychischer und sozialer Wohlbefindens und nicht die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.“

Weltgesundheitsorganisation (WHO), 1948

Unsere Angebote orientieren sich an dem Zitat der WHO.

Die körperliche Gesundheit und Schmerzfreiheit spielt für die berufliche Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden eine entscheidende Rolle. Die Präventionsangebote auf den folgenden Seiten, widmen sich daher der physischen Gesunderhaltung.



Stabiler Rumpf ist Trumpf

Hintergrund & Ziel:

Verspannungen, ein Ziehen im Rücken, Unwohlsein und Konzentrationsprobleme. Kennen auch Sie diese Phänomene?

Dann gehören Sie zu den 85 % der Deutschen, die unter Rückenschmerzen leiden. Dabei sind die Ursachen von Rückenschmerzen komplex und häufig vielschichtig. Nicht immer sind die Bandscheiben das größte Problem. Denn einseitige Belastungen und eine zu schwach ausgebildete Muskulatur sowie muskuläre Dysbalancen sind die häufigsten Gründe für das Kreuz mit dem Kreuz.

Das Ziel ist, Sie für das Thema Rückenbeschwerden und deren Hauptursachen zu sensibilisieren und gemeinsam mit Ihnen Übungen für den Arbeitsalltag zu erarbeiten, die Ihre Muskulatur stärken aber auch entspannen.

Inhalte:

- Die menschliche Wirbelsäule und ihre Besonderheiten
- Typische Schmerzbilder durch Fehlbelastung
- Das Phänomen Rückenschmerzen
- Tipps zum Sitzen, Stehen sowie Heben und Tragen
- Muskuläre Entspannungsübungen
- Muskuläre Kräftigungsübungen
- Erarbeitung von alltäglichen Umsetzungsstrategien in der Gruppe

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Bequeme Kleidung erforderlich



Bewegung: Die beste Medizin der Welt!

Hintergrund & Ziel:

Stellen Sie sich vor, es gäbe eine Medizin, die Ihnen dabei hilft, Ihr Herz-Kreislauf-System zu stabilisieren, Ihre Fettverbrennung zu verbessern, Ihre geistige und körperliche Wachheit zu erhöhen, sich deutlich entspannter zu fühlen, die Belastbarkeit Ihres Skeletts zu erhöhen, Ihr Muskelwachstum zu fördern und in einem gesagt: Ihre Gesundheit zu steigern und Ihr Leben zu verlängern. Was wären Sie bereit für dieses Medikament zu bezahlen? Es gibt dieses Medikament: Bewegung!

Das Ziel ist, Sie für das Thema Bewegung und deren positive Auswirkungen sowie Möglichkeiten zur Erhöhung des individuellen Bewegungspensums zu sensibilisieren und Möglichkeiten der Integration in den Alltag aufzuzeigen.

Inhalte:

- Die Gesundheit und gesundheitliche Risikofaktoren
- Bewegungsmangel – Fakten und Hintergründe
- Positive Auswirkungen von Bewegung
- Herz-Kreislauf-System und Energiebereitstellung
- Praktische Bewegungstipps
- Der Nutzen verschiedener Sportarten
- Praktische Einheiten am Nachmittag (Ausdauer, Kraft, Koordination)

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Sportbekleidung erforderlich

Yoga

Hintergrund & Ziel:

Im Laufe der letzten Jahre veränderten sich mit zunehmender Technisierung und Automatisierung des menschlichen Lebensraumes die auf uns einwirkenden Belastungen. Sowohl im Berufsleben als auch im privaten Bereich besteht immer mehr die Notwendigkeit sich zu bewegen.

Durch das Praktizieren von Yoga, einer ganzheitlichen Methode, durch die Körper, Seele und Geist gleichermaßen trainiert werden, können wir dem Bewegungsmangel und den daraus resultierenden Folgen entgegenwirken.

Ziel ist die Entspannung für Körper und Geist durch bewusstes Atmen. Durch Yoga, der Verbindung von Atmung und Bewegung, lernen Sie Ihren Körper zu spüren und das Gefühl für funktionelle Abläufe im Organismus zu entwickeln.

Inhalte:

- Einführung in die Ursprünge des Yogas
- Erlernen verschiedener Asanas (Körperübungen) und deren Anwendung im Alltag
- Integration von Atem, Bewusstsein und Konzentration
- Herz-Kreislauf-System und Energiebereitstellung
- Verschiedene Yoga Entspannungstechniken
- Pranayama: Einführung in verschiedene Atemübungen
- Meditation

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Bequeme Kleidung erforderlich



Leistungsstark durch gesunde Ernährung

Hintergrund & Ziel:

Nach wie vor ist die Ernährungssituation der Bevölkerung – trotz und gerade wegen des Überangebotes „fertiger Nahrungsmittel“ – als unbefriedigend einzustufen. Dabei kommt der Ernährung eine zentrale Rolle zu, sowohl bei der Entstehung bestimmter Zivilisationserkrankungen als auch für die Erhaltung der Gesundheit. Unsere Körper werden durch industriell verarbeitete Nahrungsmittel schlecht bis gar nicht mit biologischen Wirkstoffen, sogenannten Vitalstoffen, versorgt. Die Bevorzugung energiereicherer Nahrungsmittel und Getränke (Fabrikzucker und Produkte aus Auszugsmehl) führt zu Stressreaktionen des Körpers, da der Blutzuckerspiegel starken Schwankungen ausgesetzt wird, denen der Körper entgegenwirken muss.

Das Ziel ist die Bewusstseins-schärfung für die Bedeutung des Verzehrs von naturbelassenen Lebensmitteln für die Erhaltung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

Inhalte:

- Ernährungssituation und Auswirkungen von Fehlernährung
- Vermittlung von Basiswissen im komplexen Ernährungsprozess
- Handlungskompetenzen zu eigenverantwortlicher und nachhaltiger Umstellung auf bedarfsgerechte Ernährung

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Ergonomie am Arbeitsplatz Schule

Hintergrund & Ziel:

Die Lehre der Ergonomie verfolgt das Ziel, den Arbeitsplatz möglichst an die Erfordernisse des Menschen anzupassen. Pädagoginnen und Pädagogen arbeiten in ihrem Alltag an mehreren Arbeitsplätzen, die dabei zu berücksichtigen sind. Während des Unterrichts z. B. spielen akustische Raumvoraussetzungen, das Raumklima, die Beleuchtung sowie eine überwiegend stehende Körperhaltung eine Rolle. Nach dem Unterricht findet die Arbeit meist am Schreibtisch u. a. mit PC-Arbeit statt.

Die genannten ergonomischen Bereiche können eine Quelle von Fehlbelastungen darstellen, die zu Verspannungen, Schmerzen oder Konzentrationsproblemen führen können.

Ziel des Workshop ist es, potentielle, ergonomische Belastungsquellen zu identifizieren und Möglichkeiten der Verbesserungen aufzuzeigen.

Inhalte:

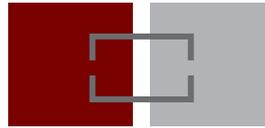
- Grundlagen der Ergonomie in den Bereichen:
 - Akustik
 - Raumklima
 - Beleuchtung
 - PC-Arbeit
 - Körperhaltung
- Begehung und Beratung von beispielhaften Arbeitsplätzen
- Ergebnisbesprechung und Empfehlung möglicher Maßnahmen

Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: nein



Mental stark und methodisch kompetent

Diese Rubrik stellt Ihnen Angebote zur Verfügung, die Sie im Alltag unterstützen, Ihre psychischen Belastungen zu reduzieren.

Der komplexe Arbeitsalltag in der Schule mit einer Unmenge an sozialen, kognitiven sowie bürokratischen Anforderungen fordert Sie täglich heraus. Viele der Anforderungen lassen sich nur schwer oder gar nicht verändern, weshalb ein professioneller Umgang unerlässlich ist.

Aber der Blick auf das was änderbar ist, lohnt sich auch. Dabei hilft es strukturiert vorzugehen und Prioritäten zu wahren, um motiviert ans Ziel zu kommen.



Psycho-soziale Beratung in Krisen

Erleben Sie viel Druck in der Schule?

Haben Sie das Gefühl, dass Ihnen alles über den Kopf steigt?

Ist etwas vorgefallen, das Sie stark belastet?

Wünschen Sie sich Beratung angesichts Ihrer Probleme?

Fühlen Sie sich unausgeglichen oder resigniert?

Fühlen Sie sich angesprochen?

Der Arbeitsalltag in Schulen ist stark herausfordernd und kann schnell zur starken Belastung werden, mit der man alleine nicht mehr gut zu Recht kommt.

Wünschen Sie sich Beratung und Unterstützung? Im Rahmen der arbeitsmedizinischen Betreuung durch die medical airport service GmbH steht Ihnen telefonisch ein Team von Beratungsexperten zur Verfügung. Dort können Sie, gerne auch anonym, Ihre Anliegen besprechen und Hilfe erhalten.

Über die zentrale Rufnummer: 06105-3413190 erhalten Sie zeitnah telefonische Beratungstermine. Wir freuen uns Ihnen Unterstützung geben zu können – rufen Sie an!



Grundlagen der Resilienz

Hintergrund & Ziel:

Stress, Konflikte, Mehrfachbelastungen, Druck, Krisen sind für Viele bekannte Herausforderungen im beruflichen Alltag. Das Gefühl sich wie ein Hamster im Rad abzuarbeiten und doch nicht von der Stelle zu kommen sowie das Gefühl am Rande der Erschöpfung zu stehen, können Folgen davon sein. Trotz alledem immer wieder in einen Zustand des Wohlbefindens zu finden, auf innere Stärke zurückzugreifen und optimistisch, flexible Lösungen anzustreben zeichnet einen resilienten Umgang mit Anforderungen aus. Das Bild einer Stehauf-Figur ist ein passendes Symbol für das Resilienzprinzip, welches Sie durch die Impulse des Workshops bei sich selbst aktivieren können.

Machen Sie sich die Erkenntnisse der Resilienzforschung zunutze und fördern Sie Ihre inneren Widerstandskräfte!

Inhalte:

- Einstieg: Hintergrund von Resilienz
- Resiliente Grundhaltungen:
 - Annehmen was ist
 - Optimistische Perspektive entwickeln
 - Vertrauen in die eigene Wirksamkeit haben

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Das komplette Resilienztraining umfasst eine Dauer von 2 Ganztagesveranstaltungen bzw. 4 Halbtagesveranstaltungen. Bei kürzeren Buchungswünschen werden die Inhalte nach Absprache reduziert. Wir empfehlen die Wahrnehmung des kompletten Programmes.

Kompetent mit den alltäglichen Belastungen umgehen - Stressmanagement

Hintergrund & Ziel:

Die immer höheren Arbeitsbelastungen erfordern von Lehrerinnen und Lehrern einen kompetenten Umgang mit Stress und eine bewusste Handhabung der eigenen Kräfte. Wenn die Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichen Ressourcen gestört ist, leiden das Wohlbefinden und die Qualität der Arbeit. Langfristig können Erschöpfungszustände und stressbedingte Krankheiten die Folge sein.

Daher ist das Ziel des Workshops, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Möglichkeiten aufzuzeigen, welche Ansatzpunkte der Stressbewältigung es gibt, was davon am besten für sie persönlich passt und was sie selbst dafür tun können, dass Sie Ihren Beruf noch lange mit Freude ausüben können.

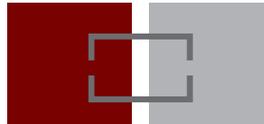
Inhalte:

- Was ist Stress?
- Physische und psychische Reaktionen bei Stress
- Stressquellen und -fallen erkennen
- Stressverschärfende Einstellungen erkennen und verändern – Techniken der mentalen Stressbewältigung
- Erholung und Entspannung

Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen



Gesunder Umgang mit der Zeit

Hintergrund & Ziel:

Das Gefühl unter chronischem Zeitmangel zu leiden, gehört für viele Lehrerinnen und Lehrer zum Arbeits- bzw. Lebensalltag.

Der nach oben offene Arbeitsauftrag erschwert das Beenden der Arbeit jeden Tag aufs Neue. Hinzu kommt, dass ein Teil der Arbeit im privaten Umfeld stattfindet, sodass häufig weder zeitliche noch räumliche Grenzen zwischen Berufs- und Privatleben vorhanden sind.

Das sind zwei von vielen Gründen, warum es gerade für Lehrerinnen und Lehrer wichtig ist, sich mit dem Thema „Zeit“ zu beschäftigen. Das Ziel ist, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre eigenen Verhaltensweisen reflektieren und mit Hilfe von Techniken aus dem Zeitmanagement konkrete Strategien für eine gute Balance entwickeln.

Inhalte:

- Zeitdiebe und Energiequellen identifizieren
- Konzept Lebensbereiche in Balance
- Persönliche Vision eines gesunden Umgangs mit der Zeit
- Methoden zum Zeit- und Selbstmanagement: Ziele finden und definieren, Prioritäten setzen, Zeitplanung und Umgang mit inneren Zeitdieben

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Ressourcenorientiertes Selbstmanagement - mit Hilfe des Zürcher Ressourcenmodells (ZRM)[®]

Hintergrund & Ziel:

Mit Hilfe des Zürcher Ressourcen Modells ist es möglich, eigene Ressourcen zu erschließen und zielgerichtet zu aktivieren. Die Teilnehmer erleben die neuronale Plastizität ihres Gehirns und können ihr Selbstmanagement tatsächlich verändern. In festen Gruppen wird in 5 Schritten an den persönlichen Ressourcen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer orientiert gearbeitet.

Ziel ist, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer – jeweils nach einem Theorieinput zur Motivations- und Gehirnforschung – anhand ihrer persönlichen Beispiele ihre Ressourcen erkennen, ausbauen und zielgerichtet aktivieren.

Inhalte:

- Bilder und somatische Marker als Ressourcenzugang erleben
- Ziele handlungswirksam formulieren
- Ressourcenaufbau mental bahnen
- Ressourcenbasiert zielgerichtet handeln
- Unerwünschtes Handeln ersetzen
- Transfer in den Alltag sichern

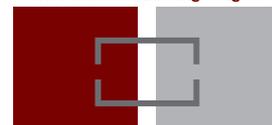
Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: nein

Hinweis: Die Durchführung benötigt insgesamt 16 Zeitstunden (Zwei Ganztagesveranstaltungen, vier 4-stündige Veranstaltungen oder sechs 3-stündige Veranstaltungen)



Gesundheit, Motivation und Leistung „ü50“

Hintergrund & Ziel:

Die Vorteile des Älterwerdens sind „Erfahrung, Gelassenheit und Überblick“. Trotzdem sind gerade Arbeitsdichte und Tempo signifikante Belastungsfaktoren, denen man aktiv durch Ressourcenstärkung entgegen treten kann. Im Alter von über 50 Jahren macht es einen Unterschied, ob die persönlichen Ressourcen gut ausgeprägt sind und zur Entfaltung kommen.

Ziel dieses zielgruppenspezifischen Seminars ist die Erschließung zusätzlicher eigener Ressourcen, um das Selbstmanagement in gesunder Art und Weise - altersgerecht und der beruflichen Phase entsprechend – lustvoll zu verbessern.

In 5 Schritten wird an den persönlichen Ressourcen der Teilnehmer orientiert, gearbeitet.

Inhalte der 5 Schritte:

- Bilder und somatische Marker als Ressourcenzugang erleben
- Ziele handlungswirksam formulieren
- Ressourcenaufbau mental bahnen
- Ressourcenbasiert zielgerichtet handeln
- Unerwünschtes Handeln ersetzen und den Transfer in den Alltag sichern

Zielgruppe: Lehrkräfte und Pädagogische Mitarbeiter über 50 Jahre

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Durchführung benötigt insgesamt 16 Zeitstunden (Zwei Ganztagesveranstaltungen, vier 4-stündige Veranstaltungen oder sechs 3-stündige Veranstaltungen)

Gesunder Umgang mit Konflikten

Hintergrund & Ziel:

Der Lehrer-Alltag ist häufig durch Konflikte geprägt. Strukturelle Begebenheiten programmieren gewisse Konflikte regelrecht vor. Dabei kann man schnell emotional und kommunikativ zwischen die Fronten eigener und anderer Belange und Bedürfnisse, Wünsche und Ängste geraten.

Wie kann es gelingen einen kühlen Kopf zu bewahren, gelassen zu reagieren und dem Konflikt angemessenem Raum zu geben?

Ziel des Workshops ist es die eigene Konfliktfähigkeit zu stärken und dadurch einen gelassenen Umgang zu eröffnen.

Inhalte:

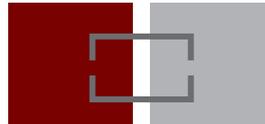
- Grundlagen der Konfliktdynamik
- Wirkung von Konflikten auf das Gehirn
- Selbstreflexion
- Konfliktstrategien sowie Fördern und Fordern kooperativen Verhaltens
- Eigene Fallbeispiele

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)



Wertschätzende und klare Kommunikation

Hintergrund & Ziel:

„So war das doch nicht gemeint“, eine typische Reaktion auf Gesprächssituationen. Der Schulalltag besteht aus Kommunikation und diese ist anfällig für Missverständnisse. Darüber hinaus stehen im Kontext Schule oftmals schwierige und belastende Gespräche - mit Schülern, Eltern, Kollegen oder Vorgesetzten - an, die auf beiden Seiten Stress erzeugen können. Durch das Erlernen und Üben effizienter Gesprächsführungstechniken wird dieser reduziert und die Wahrscheinlichkeit eines positiven Gesprächsverlaufs und -ergebnisses erhöht.

Ziel des Workshops ist, das eigene Kommunikationsverhalten zu reflektieren und effektive Gesprächsführungstechniken zur Entlastung im Schulalltag kennenzulernen.

Inhalte:

- Grundlagen der Kommunikationspsychologie
- Training der gewaltfreien Kommunikation
- Gesprächsführungstechniken
- Feedback geben ohne zu verletzen
- Emotionsmanagement

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Stimmt die Stimme?

Hintergrund & Ziel:

Überhören wir unsere Stimme, beginnt der Körper sich durch Symptome Gehör zu verschaffen, die das Wohlbefinden beeinträchtigen können. Stimmprobleme führen zu Veränderungen im Bewegungsablauf der Stimmorgane. Intensive Stimmbelastungen führen zu veränderten Bewegungsmustern, die das Muskel-Schleimhaut-System negativ beeinflussen können. Sprechen wird anstrengend, die Stimme klingt heiser und die Schleimhäute werden anfälliger für Infekte.

Ziel des Workshops ist es, die eigene Stimme zu finden, zu pflegen und ihr Gewicht zu geben. Die Vermittlung von täglich praktizierbaren Stimmbildungstechniken dient der Vorbeugung von Stimmproblemen und der langfristigen aktiven Förderung einer gesunden Stimme. Stimmbildung, Sprechtraining und Sprachbewusstsein

Inhalte:

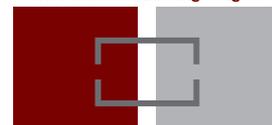
- Basiswissen zur Stimm- und Lautbildung
- Wahrnehmungsübungen: Atmung, Lautbildung und Artikulation
- Zusammenhänge zwischen Stimmung, Körperspannung, Atmung, Stimme und Lautbildung
- Vorbeugung und Handling von Stimmproblemen
- Übungen für einen resonanzreichen Stimmklang

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)



Fit im Team

In vielen Situationen erlebt man sich in der Schule als Einzelkämpfer.

Gerade da, wo die Schulform keinen gemeinsamen Unterricht vorsieht, existieren auch kaum andere Möglichkeiten.

Die hier zusammengestellten Themen möchten Sie an der Schule als Team stärken und erlebbar machen. Denn der soziale Rückhalt und die gegenseitige Unterstützung sind eine wichtige Ressource, um gesund zu bleiben.



Professioneller Umgang mit Herausforderungen durch kollegiale Beratung

Hintergrund & Ziel:

Kollegiale Beratung ist eine in Schulen etablierte Form des strukturierten Beratungsgesprächs in einer Gruppe. Das Anliegen des Beratungs-Suchenden wird auf eine Schlüsselfrage subsumiert und auf diese hin erteilen die Kollegen aus ihrem Erfahrungsschatz jeweils einen Lösungsansatz.

Dabei kann das Ratgeben methodisch umfangreich variiert werden. Aus der Summe der Ideen wählt die oder der Beratene die für sie oder ihn Passenden aus.

Ziel des Workshops ist die Befähigung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur anschließenden selbstständigen Beratungsarbeit nach dieser Methode und damit die Stärkung sozialer Lösungskompetenzen.

Inhalte:

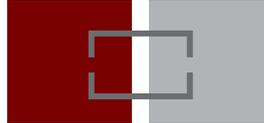
- Methode nach Kim-Oliver Tietze
- Fokussierung zur Schlüsselfrage
- Lösungsorientiertes Fragen
- Methoden des „Ratgebens“
- Spiegeln
- Wertschätzendes Feedback
- Eigene Fallbeispiele

Zielgruppe: Je nach Größe des Kollegiums das Gesamtkollegium oder Teilteams aus dem Kollegium

Abfrageangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: nein



Ressourcenorientierte Teamentwicklung mit Hilfe des ZRM®

Hintergrund & Ziel:

Mit Hilfe des Zürcher Ressourcen Modells ist es möglich, die eigenen Ressourcen und die des Teams zu erschließen und zielgerichtet zu aktivieren. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, zum Beispiel ein Fachbereichsteam oder ein Schulleitungsteam, erleben die neuronale Plastizität ihrer Gehirne und können ihre Motivation, ihre Kooperation und ihre gegenseitige Wertschätzung tatsächlich verändern und auf ein gemeinsam erarbeitetes Fundament – das Teammotto – gründen.

Ablauf:

Im Kern wird nach einer Selbstreflexionsphase zur eigenen Motivationslage in Bezug auf das Team ein gemeinsames Team-Motto entwickelt. Im zweiten Schritt werden aus dem Motto konkrete Ableitungen für den Alltag und die Herausforderungen des Teams erarbeitet.

Im Ergebnis hat das Team ein Mottoziel, konkrete Ergebnisse und einen dazu gehörenden Aktionsplan sowie Vereinbarungen zur gegenseitigen Ressourcenunterstützung.

Idealerweise findet abends eine informelle gemeinsame Veranstaltung statt, um den Tag ausklingen zu lassen. Kreative Teams können das Teammotto als Bild umsetzen.

Zielgruppe: Je nach Größe des Kollegiums das Gesamtkollegium oder Teilteams aus dem Kollegium

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: nein

Hinweis: Die Durchführung benötigt insgesamt 16 Zeitstunden (Zwei Ganztagesveranstaltungen, vier 4-stündige Veranstaltungen oder sechs 3-stündige Veranstaltungen) plus ein Vorbereitungstreffen mit der Teamleitung

Gesunde Streitkultur

Hintergrund & Ziel:

Überall wo soziale Interaktion stattfindet, tauchen Konflikte auf. Konflikte sind allgegenwärtig und gehören zum (Berufs-)Alltag. Entscheidend für das Gelingen einer guten und langfristigen Zusammenarbeit im Team ist der kompetente Umgang mit Konflikten. Das Leugnen und Unterdrücken von Konflikten hat eine zerstörerische Kraft, welche die Produktivität ganzer Teams lähmen kann.

Ziel dieses Workshops ist daher, mit Konflikten in die Offensive, in die Bewusstmachung zu gehen und sie produktiv anzugehen.

Inhalte:

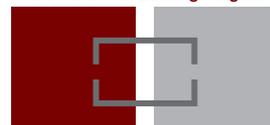
- Reflexion der gegenwärtigen Verhaltensweisen
- Konfliktodynamiken
- Konfliktstrategien, Fördern und Fordern kooperativen Verhaltens
- Einfühlsam eine klare Stellung beziehen
- Entwicklung expliziter, gemeinsamer Vereinbarungen im Team

Zielgruppe: Je nach Größe des Kollegiums das Gesamtkollegium oder Teilteams aus dem Kollegium

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: nein



Gesundes Führen

Schulische Führungskräfte haben einen großen Verantwortungsbereich.

Darunter fällt auch das Thema Gesundheit. Was das im Einzelnen bedeutet und wie Sie als Führungskraft auch selbst gesund bleiben, wird Ihnen in den Angeboten der folgenden Rubrik vorgestellt.

Die Angebote werden, bis auf das Coaching-Angebot, als regionale Terminangebote gestaltet. Dadurch beschäftigt man sich in einer homogenen Gruppe mit den Themen, kann sich über eigene, konkrete (datengeschützte) Fälle beraten und erhält die Möglichkeit Netzwerke zu knüpfen.



Gesund bleiben als Führungskraft

Hintergrund & Ziel:

Die immer höheren Arbeitsbelastungen und der stärker werdende Leistungsdruck erfordern von Führungskräften in Schulen einen kompetenten Umgang mit Stress und eine bewusste Handhabung der eigenen Kräfte.

Wenn die Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichen Ressourcen gestört ist, leiden das Wohlbefinden und die Qualität der Arbeit. Langfristig können Erschöpfungszustände und stressbedingte Krankheiten die Folge sein.

Der Workshop ist für Schulleitungsmitglieder konzipiert und zielt darauf ab, Lösungsimpulse aus der Theorie und den Erfahrungen der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu geben.

Inhalte:

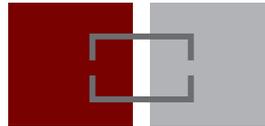
- Was ist Stress?
- Physische und psychische Stressreaktionen
- Stressquellen und -fallen erkennen
- Stressverschärfende Einstellungen erkennen und verändern – Techniken mentaler Stressbewältigung
- Erholung und Entspannung

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)



Gesundes Führen – Möglichkeiten und Grenzen professionellen Führens in gesundheitlich relevanten Situationen

Hintergrund & Ziel:

Welchen Beitrag können Schulleitungsteams leisten, um die Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer zu stärken? Welche Reaktionen seitens der Betroffenen sind in persönlichen Krisen zu erwarten und welcher Umgang damit ist folglich angemessen? Wie erkennen Führungskräfte die gesundheitsbedrohliche Entwicklung zum Burnout? Wie können sie Wertschätzung zeigen, ohne sich anzubiedern?

Diese Fragen werden im Wechsel mit Theorieinputs anhand von Beispielen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer reflektiert.

Ziel des Workshops ist eine Erweiterung des Handlungswissens der Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Bezug auf gesundheitsfördernde Mitarbeiterführung. Wesentlich dabei ist die Frage nach den individuellen Ressourcen und Kraftquellen; dies ist hilfreicher als defizitorientiert die nicht oder nur schwer veränderbaren Rahmenbedingungen zu betrachten.

Inhalte:

- Salutogene Perspektive auf Führung
- Reaktionsmuster im Krisenverlauf und professionelles Führungshandeln
- Burnout-Prozess
- Wertschätzung als Gesundheitsfaktor
- Alternative Zugänge zu Motivation

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Coaching für Schulleiterinnen und Schulleiter

Hintergrund & Ziel:

Der Arbeitsalltag in der Schulleitungsfunktion ist aufgrund der „Sandwich-Position“ besonders herausfordernd. Wie die voranstehenden Themen erläutern, bedarf es einer guten Selbstfürsorge einerseits sowie gesundheitsorientiertes Führungsgeschick und Leadership-Kompetenz andererseits.

Das persönliche Coachingangebot richtet sich, je nach Anliegen, in beide Richtungen und unterstützt Sie im Einzelsetting in Ihrer Professionalisierung.

Zielgruppe: Schulleiterinnen und Schulleiter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Eine Coachingsitzung kann vor Ort an der Schule oder in einem der arbeitsmedizinischen Zentren (Magdeburg oder Halle) erfolgen. Die Sitzungsdauer beträgt in die Regel 90 Minuten. Die Sitzungen vor Ort an der Schule werden mit 5 Abrechnungseinheiten dokumentiert. Die Sitzungen in den arbeitsmedizinischen Zentren werden aufwandsbezogen dokumentiert.

Gesunde Schule

Zu der ganzheitlichen Betrachtung und Unterstützung der Gesundheit in Schulen, gehört auch die Analyse und Optimierung der Verhältnisse.

Das Arbeitsschutzgesetz fordert Maßnahmen zur Verhütung von Unfällen und von arbeitsbedingten Gefahren sowie die menschengerechte Gestaltung der Arbeit.

Die Angebote auf den folgenden Seiten unterstützen das System Schule bei der Professionalisierung des Gesundheitsmanagements und des Managementsystems im Arbeitsschutz.



Gesundheitsmanagement-Beratung

Hintergrund & Ziel:

Professionelles, schulisches Gesundheitsmanagement orientiert sich an dem etablierten, klassischen Managementprozess. Der erste Schritt ist die Analyse und Auswertung der Ausgangssituation. Daraus werden Zukunftsziele abgeleitet zu deren Erreichung, passende Maßnahmen abgeleitet werden. Im Anschluss erfolgt die Betrachtung der Auswirkung der Maßnahmen in die gewünschte Richtung.

Gesundheitsmanagement bleibt durch den Prozess kein Selbstzweck, sondern orientiert sich an den tatsächlichen Themen, die sich auf die Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer belastend auswirken.

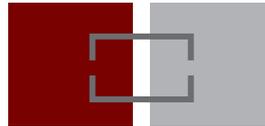
Die Beratung erfolgt daher auf der Basis Ihrer schulspezifischen Situation.

Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Schulleiterinnen und Schulleiter, Gremienvertreter

Abfrageangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Hinweis: Aktuell wird ein Leitfaden zur Unterstützung des schulischen Gesundheitsmanagements entwickelt. Auf dieser Grundlage wird die Beratung erfolgen.



Prozessbegleitung im Gesundheitsmanagement

Hintergrund & Ziel:

Wenn Sie nach der Beratung mit dem schulischen Gesundheitsmanagement beginnen möchten, können Sie sich in dem Prozess durch die medical begleiten lassen. Ihnen steht dadurch ein fester Berater / eine feste Beraterin für die nachhaltige Etablierung zur Verfügung. Die Begleitung erfolgt dabei gemäß Ihrem Bedarf.

Im begleiteten Prozess empfehlen wir die Bildung einer internen Steuergruppe, die sich in regelmäßigen Zeitabständen (z. B. alle 6 – 8 Wochen) mit dem Berater trifft.

Der Rahmen der Begleitung ermöglicht auch prozessbegleitende Unterstützungsmaßnahmen im Gesamtkollegium, z. B. Kickoff-Impulse oder Zwischenstandsberichte auf der Gesamtkonferenz.

Zielgruppe: Verantwortliche im Gesundheitsschutz, Schulleiterinnen und Schulleiter, Gremienvertreter

Abrufangebot: ja

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

Hintergrund & Ziel:

Dieser Workshop bietet Hintergrundinformationen zu ausgewählten psychischen Krankheiten (Depression, Burnout, Schizophrenie, Angststörungen) und deren Auswirkungen auf die Arbeitsfähigkeit.

Anhand des H-I-L-F-E Konzepts werden Möglichkeiten des angemessenen Umgangs mit den betroffenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vorgeschlagen und vor den eigenen Erfahrungen reflektiert.

Ziel ist ein professioneller Umgang mit psychisch kranken Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern als Führungskraft.

Inhalte:

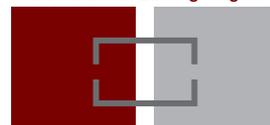
- Informationen zu psych. Krankheiten
- Auswirkung auf die Arbeitsfähigkeit
- Gesprächs-Methoden
- H-I-L-F-E Konzept
- Anlaufstellen für professionelle Hilfe

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitsschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)



Unterweisung Sicherheitsbeauftragte

Hintergrund & Ziel:

Die Teilnehmer lernen die gesetzlichen Grundlagen des Sicherheitsbeauftragten kennen und erarbeiten im Erfahrungsaustausch anhand praktischer Beispiele eigene Einsatzmöglichkeiten.

Inhalte:

- Rechtsgrundlagen des Arbeitsschutzes
- Aufgaben, Rechte und Pflichten der Sicherheitsbeauftragten
- Bau und Ausrüstung von Schulen
- Praktische Unfallverhütung

Zielgruppe: Sicherheitsbeauftragte

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden

Lärmschutz

Hintergrund & Ziel:

Lärm ist einer der am weitesten verbreiteten und zunehmenden Umweltfaktoren, die zu langfristigen gesundheitlichen Schäden führen.

Lärm in der Schule wird von Lehrerinnen und Lehrern oft als wesentlicher Belastungsfaktor genannt.

Neben Lärmschwerhörigkeit und Konzentrations- und Kommunikationsstörungen mit entsprechenden sozialen und gesundheitlichen Folgen trägt Lärm zu diversen Erkrankungen wie Bluthochdruck, Schlafstörungen, gesteigertem Unfallrisiko, Stress, Stoffwechselstörungen und sogar Zunahme des Herzinfarkttrisikos bei.

Aber auch im Privatleben kommt es zu erheblichen, bisher meist unterschätzten, Gefährdungen durch Lärm. Ziel des Workshops ist das Erkennen von Lärmquellen im Raum Schule und die Erarbeitung eines konkreten Maßnahmenplans.

Inhalte:

- Warum Lärmprävention?
- Auswahl der richtigen Schutzmaterialien
- Wie entstehen die Risiken- bin ich gefährdet?
- Erstellung eines tätigkeitsbezogenen Lärmschutzprogramms
- Physikalische und gesetzliche Grundlagen

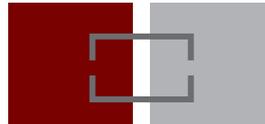
Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden



Verantwortung und Pflichten im Arbeitsschutz

Hintergrund & Ziel:

Im Rahmen ihrer Tätigkeit sind Führungskräfte für die ihnen unterstellten Mitarbeiter zuständig und verantwortlich. Damit sind sie verpflichtet die für ihren Zuständigkeitsbereich erforderlichen Maßnahmen nach den geltenden Arbeitsschutzvorschriften zu treffen.

Das Seminar vermittelt die wesentlichen gesetzlichen Regelungen zur Verantwortung im Arbeitsschutz und die wichtigsten Pflichten aus den grundlegenden Unfallverhütungsvorschriften. Im Rahmen des Erfahrungsaustausches haben die Teilnehmer die Möglichkeit mit dem Referenten zu diskutieren und Umsetzungshilfen für den betrieblichen Alltag zu erhalten.

Inhalte:

- Rechtlichen Grundlagen im Arbeitsschutz
- Gefährdungsbeurteilung und Maßnahmen
- Aufgaben und Verantwortung von Führungskräften im Arbeitsschutz
- Organisation des Arbeitsschutzes im Betrieb
- Unternehmerpflichten im Sinne der Gefährdungsbeurteilung
- Sicherheitsorganisation im Unternehmen
- Rechtssichere Delegation von Aufgaben
- Überwachungs-, Prüf- und Kontrollpflichten
- Zusammenarbeit mit der Fachkraft für Arbeitssicherheit und Sicherheitsbeauftragten

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitsschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Umgang mit Gefahrstoffen - Richtige Handhabung, Lagerung und Entsorgung von Gefahrstoffen für Schulleitungsmitglieder und Lehrkräfte

Hintergrund & Ziel:

In diesem Seminar werden die rechtlichen Grundlagen für den Umgang, die Lagerung und die Entsorgung von Gefahrstoffen erläutert. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, die Kennzeichnung von Gefahrstoffen nach Gefahrstoffverordnung sowie GHS zu erkennen. Die richtige Handhabung von Gefahrstoffen und Möglichkeiten eines Gefahrstoffmanagements werden vorgestellt.

Schutzmaßnahmen gemäß Gefahrstoffverordnung und einschlägiger Vorschriften werden aufgezeigt.

Ziel des Workshops ist das Erkennen von Gefahren durch Gefahrstoffe zum Schutz von Lehrkräften sowie Schülerinnen und Schülern.

Inhalte:

- Rechtsgrundlagen gemäß CLP / GHS und Gefahrstoffverordnung
- Sicherheitsdatenblätter und Betriebsanweisungen
- Lagerung und Handhabung von Gefahrstoffen
- Brand- und Explosionsgefahren
- Gefahrstoffkataster
- Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitsschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden



Umgang mit Maschinen

Hintergrund & Ziel:

In vielen Bereichen werden Maschinen und Geräte benutzt – auch im Klassenzimmer zu Lehrzwecken. Beim Einsatz von Maschinen werden zusätzlich Hilfsstoffe wie z. B. Kühlschmierstoffe benutzt. Wir zeigen eine sichere Handhabung und Anwendung von Maschinen, auch von Altanlagen, auf.

Inhalte:

- Grundlagen und rechtlicher Hintergrund
- CE Kennzeichnung
- Maschinenbezogene Schutzvorrichtungen
- Kühlschmierstoffe
- Anwendung von Altanlagen
- Persönliche Schutzausrüstung
- Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden

Suchtprävention - Bewusster Umgang mit Genussmitteln

Hintergrund & Ziel:

Die Tasse Kaffee am Morgen, die Zigarette nach dem Essen, das Glas Rotwein am Abend und die Schlaftablette zur Nacht: Sucht- und Genussmittel sind bei vielen Menschen fester Bestandteil des alltäglichen Lebens und werden häufig nicht als Suchtmittel wahrgenommen. Jedoch gilt grundsätzlich: Wer Suchtmittel konsumiert, kann abhängig werden.

Der Gebrauch von Suchtmitteln ist eine Möglichkeit, vermeintlich schnelle Entspannung zu erleben. Aber die Versuchung ist groß, dies immer häufiger zu tun, eine Abhängigkeit zu riskieren und damit die Gesundheit in Gefahr zu bringen.

Das Ziel des Workshops ist daher, für die Themen Abhängigkeit und Drogen zu sensibilisieren und Grundkenntnisse von Suchtmittelkonsum zu vermitteln.

Inhalte:

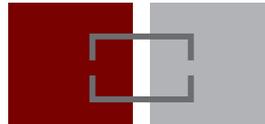
- Selbsttests, Eigenreflexion und Gruppenarbeit zum Umgang mit Suchtmitteln
- Theoretische Grundlagen zu substanzgebundenen Süchten (Alkohol, Tabak, etc.) und substanzungebundenen Süchten (Internetsucht, Arbeitssucht, etc.)
- Netz ambulanter Suchthilfeeinrichtungen sowie rechtliche Rahmenbedingungen

Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)



Heben und Tragen im FÖS

Hintergrund & Ziel:

Körperliche Arbeit kann belasten – besonders wenn die Lasten viel wiegen. Durch ein hohes Maß an Kompetenz im Bereich des entlastenden Hebens und Tragens sowie der Stärkung der eigenen Ressourcen können Beschäftigte ihren Rücken schonen. Im Workshop erfahren die Teilnehmer wie sie selbst Einfluss nehmen können. Zunächst erfolgt ein Überblick über den Aufbau und die Besonderheiten der Wirbelsäule sowie die Gründe für Rückenschmerzen und typische Belastungsmuster. In der Folge werden geeignete Entlastungsstrategien entwickelt, gesundes Heben und Tragen erlernt und gemeinsam mit den Teilnehmern Übungen zur Entlastung und Stärkung der Wirbelsäule zur Vorbereitung spezifischer Belastungssituationen erarbeitet.

Inhalte:

- Unsere wichtigste Stütze – so ist die Wirbelsäule aufgebaut
- Entstehung von Rückenschmerzen und typische Schmerzbilder
- Entlastungsstrategien für die Wirbelsäule
- Ausgleichsübungen für Zwischendurch

Zielgruppe: Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden

Gesundheitsförderung im demografischen Wandel

Hintergrund & Ziel:

Im Laufe des Lebens verändert sich die Leistungsfähigkeit des Menschen mit seinem Alter. Da jede Schule auf die Leistung seiner Beschäftigten angewiesen ist, müssen altersbedingte Veränderungen Berücksichtigung finden. Kurzum: der demographische Wandel erfordert einen professionellen Umgang mit älteren Mitarbeitern. Dass bereits junge Lehrerinnen und Lehrer nach gesundheitsfördernden Maßnahmen an ihrem zukünftigen Arbeitsplatz fragen, zeigt die Wichtigkeit, sich mit dem Thema zu befassen.

Ziel des Workshops ist, den Handlungsbedarf und die Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen und Ideen zur Gesundheitsförderung mit den Teilnehmenden zu erarbeiten.

Inhalte:

- Die demografische Entwicklung und die Auswirkungen
- Informationen zu spezifischen Erkrankungen, z.B. Herz-Kreislauferkrankungen, Stoffwechselstörungen, Erkrankungen der Wirbelsäule und Gelenke
- Bedeutung der Salutogenese
- Erarbeiten von Ideen zur Gesundheitsförderung

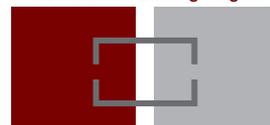
Zielgruppe: Schulleitungsmitglieder und Gesundheitschutzverantwortliche sowie Gremienvertreter

Abrufangebot: nein

Termine: nach Absprache, Vorlaufzeit ca. 8 Wochen

Terminangebot: ja (siehe Fortbildungsangebote auf dem Bildungsserver)

Hinweis: Die Veranstaltung umfasst 4 Zeitstunden



Maßgeschneiderte Lösungen

Die maßgeschneiderten Lösungen richten sich ganz nach dem Unterstützungsbedarf, der sich aus der Beratung und Begleitung von Schulen ergibt und der ein Thema im Sinne des Gesundheitsschutzes darstellt.

Das können beispielweise

- Anti-Mobbing-Interventionen im Kollegium
- Supervision
- Mediationsprozesse
- Fortbildung von Multiplikatoren
- Gesundheitsbezogene Teamentwicklungsmaßnahmen oder Weiteres sein.

Aus diesem Grund finden Sie an dieser Stelle keine konkreten Angebote, da der Bedarf erst im Rahmen der Unterstützung vor Ort entsteht.

Das ermöglicht eine größtmögliche Flexibilität, um den Arbeits- und Gesundheitsschutz passgenau anzubieten.



Bildnachweis

29611663 - Kompass_Gesundheit © Butch / fotolia.com

54516474 - Lachende ältere frau trainiert in der gruppe

© contrastwerkstatt / fotolia.com

6805276 - Lachende seniorin mit megaphon

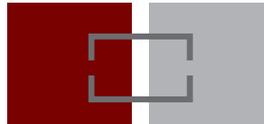
© contrastwerkstatt / fotolia.com

720217 - Preschoolers © matka_Wariatka / fotolia.com

2252622 - Cambria © frog / fotolia.com

35398026 - Hands and puzzle on gray background.

Teamwork solving a puzzle © peshkova / fotolia.com



Informationen zur Grundlage unserer Arbeit und zu unseren Dienstleistungen

Eine Schule zu führen heißt Verantwortung für Abläufe sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu tragen. Nur durch gesunde und motivierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter lässt sich der Erfolg und Fortbestand langfristig sichern. Wir unterstützen Sie, dieses Kapital zu verbessern und zu erhalten. Ein professionell organisierter Arbeitsschutz gewährleistet die Einhaltung der gesetzlichen Anforderungen und berücksichtigt die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Allgemeine Leistungen

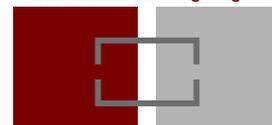
Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärztinnen und -ärzte haben die Aufgabe, den Arbeitgeber (hier: Kultusministerium, Landesschulamt und Schulleitungen) und die Arbeitnehmer (hier: Lehrerinnen und Lehrer, Angestellte) in allen Fragen der Arbeitssicherheit, einschließlich der menschengerechten Gestaltung der Arbeit zu unterstützen. Dabei sollen sie mit betrieblichen Interessenvertretungen zusammenarbeiten.

Folgende Aufgaben der Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärztinnen und -ärzte sind in §§ 3 und 6 des Arbeitssicherheitsgesetzes geregelt und werden entsprechend angeboten. Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Betriebsärztinnen und -ärzte haben insbesondere:

1. Den Arbeitgeber und die sonst für den Arbeitsschutz und die Unfallverhütung verantwortlichen Personen zu beraten, bei
 - a) der Planung, Ausführung und Unterhaltung von Betriebsanlagen und von sozialen und sanitären Einrichtungen,
 - b) der Beschaffung von technischen Arbeitsmitteln und der Einführung von Arbeitsverfahren und Arbeitsstoffen,
 - c) der Auswahl und Erprobung von Körperschutzmitteln,
 - d) der Beurteilung der Arbeitsbedingungen.
2. Die Durchführung des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung zu beobachten und im Zusammenhang damit
 - a) die Arbeitsstätten in regelmäßigen Abständen zu begehen und festgestellte Mängel dem Arbeitgeber oder der sonst für den Arbeitsschutz und die Unfallverhütung verantwortlichen Person mitzuteilen, Maßnahmen zur Beseitigung dieser Mängel vorzuschlagen und auf deren Durchführung hinzuwirken,
 - b) auf die Benutzung der Körperschutzmittel zu achten.
3. Darauf hinzuwirken, dass sich alle in der Schule Beschäftigten den Anforderungen des Arbeitsschutzes und der Unfallverhütung entsprechend verhalten, sie insbesondere über die Unfall- und Gesundheitsgefahren, denen sie bei der Arbeit ausgesetzt sind, sowie über die Einrichtungen und Maßnahmen zur Abwendung dieser Gefahren zu belehren und bei der Schulung der Sicherheitsbeauftragten mitzuwirken.

Weiterhin haben Fachkräfte für Arbeitssicherheit

1. bei der Gestaltung der Arbeitsplätze, des Arbeitsablaufs, der Arbeitsumgebung und in sonstigen Fragen der Ergonomie zu beraten,
2. die Betriebsanlagen und die technischen Arbeitsmittel insbesondere vor der Inbetriebnahme und Arbeitsverfahren insbesondere vor ihrer Einführung sicherheitstechnisch zu überprüfen,
3. Ursachen von Arbeitsunfällen zu untersuchen, die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten und dem Arbeitgeber Maßnahmen zur Verhütung dieser Arbeitsunfälle vorzuschlagen.



Betriebsärztinnen und -ärzte beraten weiterhin zu:

1. arbeitsphysiologischen, arbeitspsychologischen und sonstigen ergonomischen sowie arbeitshygienischen Fragen, insbesondere des Arbeitsrhythmus, der Arbeitszeit und der Pausenregelung, der Gestaltung der Arbeitsplätze, des Arbeitsablaufs und der Arbeitsumgebung,
2. der Organisation der „Ersten Hilfe“ in der Schule,
3. Fragen des Arbeitsplatzwechsels sowie der Eingliederung und Wiedereingliederung Behinderter in den Arbeitsprozess.

Betriebsärztinnen und -ärzte haben die Arbeitnehmer zu untersuchen, arbeitsmedizinisch zu beurteilen und zu beraten sowie die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten. Sie haben Ursachen von arbeitsbedingten Erkrankungen zu untersuchen, die Untersuchungsergebnisse zu erfassen und auszuwerten und dem Arbeitgeber Maßnahmen zur Verhütung dieser Erkrankungen vorzuschlagen.

Erfahrungsgemäß wurden in der Vergangenheit die Betriebsärztinnen und -ärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit häufig wegen der Beurteilung einer vermuteten Gesundheitsgefahr hinzugezogen. Weitere Anlässe für die Mitwirkung der Betriebsärztinnen und -ärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit sind bei Fragen der Schulhygiene, der Schulreinigung oder bei Belastungen durch Umgebungslärm oder Lärm in der Schule.

Begehungen zu diesen Fragestellungen werden auf Anforderung der Schulleiterin oder des Schulleiters, ggf. auf Antrag des Personalrates an die Schulleitung, durchgeführt. Eine Begehung beinhaltet Vorbereitung, Begehung vor Ort und Nachbereitung. Sie ist mit der Übergabe eines Begehungsbereiches an die Schulleitung abgeschlossen. Die Schulleitung leitet in der Regel Kopien an den Personalrat der Schule weiter.

Gefährdungsbeurteilung

Die Gefährdungsbeurteilung und deren Dokumentation ist eine Aufgabe des Arbeitgebers (§ 6 ArbSchG). Die Betriebsärztinnen und -ärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit beraten die Schulleitung bei speziellen Fragestellungen.

Zur Gefährdungsbeurteilung gehört auch die Beurteilung der Ergonomie der Arbeitsplätze. Hier ist sicher nach den Erfahrungen des Schulalltages die Erfassung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz Schule ein wichtiger Aspekt, bei dessen Beurteilung der gesundheitlichen Auswirkungen auch der Rat der Betriebsärztin, des Betriebsarztes gefragt ist.

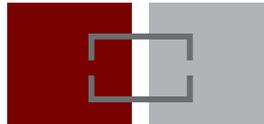
Mitarbeit im Arbeitsschutzausschuss (ASA)

Zu den Aufgaben der Betriebsärztinnen und -ärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit gehört auch die Mitarbeit in den ASA-Sitzungen auf der Ebene des Landeschulamtes (Arbeitsschutz-Ausschuss).

Besondere Aufgaben der Betriebsärztinnen und -ärzte

Wiedereingliederung

In Einzelfällen ist bei längerfristigen Krankheitszeiten eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung zu empfehlen, um so die Betriebsärztin/den Betriebsarzt als Ratgeber/in für Hilfen der Wiedereingliederung hinzuziehen. Dieser Hinweis ergibt sich aus dem § 84, 'Prävention', SGB IX:



Dort heißt es:

(2) Sind Beschäftigte innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen ununterbrochen oder wiederholt arbeitsunfähig, klärt der Arbeitgeber mit der zuständigen Interessenvertretung im Sinne des § 93, bei schwerbehinderten Menschen außerdem mit der Schwerbehindertenvertretung, mit Zustimmung und Beteiligung der betroffenen Person die Möglichkeiten, wie die Arbeitsunfähigkeit möglichst überwunden werden und mit welchen Leistungen oder Hilfen erneuter Arbeitsunfähigkeit vorgebeugt und der Arbeitsplatz erhalten werden kann (betriebliches Eingliederungsmanagement). Soweit erforderlich wird der Werks,- oder Betriebsarzt hinzugezogen.

Mutterschutz

Im Falle einer Schwangerschaft hat der Arbeitgeber die Verpflichtung, in einer schriftlichen Beurteilung der Arbeitsbedingungen die geeigneten Maßnahmen festzulegen, durch die besondere berufliche gesundheitliche Risiken für das Ungeborene oder die schwangere Mitarbeiterin ausgeschlossen werden.

Die Betriebsärztinnen und -ärzte können für die Schulleiterinnen und Schulleiter und schwangeren Mitarbeiterinnen in diesem Fall auf Wunsch beratend tätig werden.

Allgemeine Vorsorgeuntersuchungen

Gesetzliche Pflichtvorsorgeuntersuchungen sind für den üblichen Lehrerarbeitsplatz in allgemeinbildenden Schulen nicht vorgeschrieben.

Jede/r Arbeitnehmer/in hat einen Anspruch auf eine allgemeine Vorsorgeuntersuchung durch ihre(n)/seine(n) Betriebsärztin/- arzt, wenn sie/er eine konkrete Gesundheitsgefahr durch die Arbeitsbedingungen an ihrem/seinem Arbeitsplatz für sich selbst befürchtet. Lehrerinnen und Lehrer, die nach §3 ASiG oder nach §84 SGB IX eine arbeitsmedizinische Untersuchungsleistung bzw. Beratung in Anspruch nehmen, melden sich bei ihrem zuständigen Betriebsarzt nach Absprache mit der Schulleiterin oder dem Schulleiter an.

Die Schulleiterin oder der Schulleiter und die Lehrkraft erhalten eine Bescheinigung über die Teilnahme an der Beratung bzw. Untersuchung. Eine individuelle Beratung oder Untersuchung kann also nicht anonym erfolgen. Jedoch unterliegen die Untersuchungsergebnisse selbstverständlich der ärztlichen Schweigepflicht, und bedürfen vor der Weitergabe an den Dienstherrn der schriftlichen Genehmigung durch die Lehrkraft.

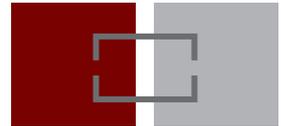
Besondere Aufgaben der Fachkräfte für Arbeitssicherheit

Messungen der Nachhallzeiten

Die Akustik spielt in den Schulen eine besondere Rolle. Lärm wird dann als besonders belastend empfunden, wenn die Nachhallzeit in den Räumen sehr hoch ist. Das ist dann der Fall, wenn keine oder nur wenige Maßnahmen der Akustik umgesetzt sind. Die Fachkräfte für Arbeitssicherheit können die Nachhallzeiten messen und Empfehlungen zur akustisch günstigen Gestaltung von Klassenräumen und Sporthallen aussprechen und so dazu beitragen, dass sich die Lärmbelastung in den Räumen verringert.

Beratung zu speziellen Themen

Die Fachkraft für Arbeitssicherheit ist fachlich breit aufgestellt. Individuelle Fragestellungen der Lehrkräfte, so z.B. zu Arbeits- und Gesundheitsschutz bei Tätigkeiten mit Gefahrstoffen, in Werkstätten, in Lehrküchen, bei Ausflügen und mit besonderen Personengruppen können besprochen und mögliche Maßnahmen ermittelt werden.



*„Gesundheit ist die Fähigkeit eines Menschen,
Herausforderungen aktiv zu begegnen“*

Zur telefonischen Beratung, Planung und Buchung
erreichen Sie



Anette Meisinger



Andrea Korb

täglich in der Zeit von 08:00 bis 14:00 Uhr
unter 06105 34 13-190

oder per Mail: gesundheitsmanagement@medical-gmbh.de

