



# Gesundheit im Fokus: Multiplikatoren Ausbildung in Pflegeheimen

Katharina Koch, Magdalena Thaller-Schneider, Carmen Steinhöfler  
Fachhochschule Burgenland GmbH, Department Gesundheit & Soziales

## Hintergrund und Zielsetzung – Projekt WERTSCHÄTZUNG Mensch (Februar 2023 – Juli 2025)

### Durchführende Organisationen:

- Fachhochschule Burgenland
- Diakonie Südburgenland (Diakoniezentrum Oberwart und Pinkafeld)

### Ziele:

- Stärkung der Gesundheitsressourcen der Zielgruppen
- Schaffung von nachhaltigen gesundheitsförderlichen Strukturen in den beiden teilnehmenden Pflegeheimen
- Stärkung der Interaktionsarbeit zwischen Beschäftigten, Bewohnenden und Angehörigen

**Multiplikator\*innen** sind Personen, die Wissen und Erfahrungen innerhalb einer Gruppe weitergeben. In der Gesundheitsförderung verbreiten sie Informationen über Strategien, Gesundheitsverhalten und gesundheitsbezogene Verhältnisse und unterstützen dadurch die Gesundheitskompetenz und Gesundheitsressourcen anderer [1; 2].

Im Projekt werden Multiplikator\*innen ausgebildet, um **gesundheitsfördernde Lebensweisen, psychisches Wohlbefinden** und eine **Kultur der Wertschätzung** aktiv zu fördern und so einen Beitrag zur Stärkung der Gesundheitskompetenz zu leisten.

## Maßnahmenbeschreibung – Multiplikatoren Ausbildung

- Pflegeheimübergreifendes Ausbildungskonzept
- Drei halbtägige Präsenzworkshops
- **Schulungsübergreifende Methode:** Nutzung und Anpassung des **Mini-Aktivitäten-Ansatzes** (entwickelt durch ein Team von Schweizer Ergotherapeut\*innen [3]) zur Integration von Gesundheitsförderung in den Berufsalltag und zur Stärkung der gesundheitsbezogenen Handlungskompetenz

### April 2024 Gesundheit und Gesundheitsförderung

- Basiswissen und Methoden zur Bewusstseinsbildung für gesundes Verhalten
- **Interaktive Einheiten:**
  - Schaffung eines Verständnisses für die Rolle als Multiplikator\*in
  - Wissensvermittlung über Gesundheit und Gesundheitsförderung
  - Gemeinsame Erarbeitung von Potentialen und Einsatzmöglichkeiten von Mini-Aktivitäten

### Oktober 2024 Dialog & Teilhabe: Wege zur verbesserten Kommunikation

- Kommunikationsmethoden und -techniken
- **Interaktive Einheiten:**
  - Wissensvermittlung über Bedeutung und Nutzen von Teilhabe
  - Schaffung eines Verständnisses für Kommunikation als Schlüsselement der Partizipation
  - Gemeinsame Erarbeitung von Strategien zur verbesserten Kommunikation und Teilhabe

### März 2025 Pausengestaltung: Wege zur effektiven Erholung

- Bedeutung und Methoden erholsamer Pausengestaltung
- **Interaktive Einheiten** befinden sich derzeit in Ausarbeitung



## Ergebnisse – Stimmungsbild der Teilnehmer\*innen

- **Stärkung der intrinsischen Motivation**, Gesundheitsförderung im Arbeitsalltag zu integrieren und **Erhöhung der Eigeninitiative**
- **Verbesserung der Zusammenarbeit** im pflegeheiminternen Projektteam
- **Förderung der Akzeptanz** der Gesundheitsförderungsmaßnahmen unter den Mitarbeitenden
- **Verbesserung der Kommunikation** über Gesundheitsförderungsmaßnahmen

## Lernerfahrungen

- ✓ **Stärkung der Selbstorganisation** – eigenständige Planung und Durchführung von Gesundheitsförderungsaktivitäten durch die Multiplikator\*innen
- ✓ **Förderung von Engagement, Motivation und Kommunikationsfähigkeiten** – effektive Verbreitung der Maßnahmen in den Pflegeheimen und Animierung der Zielgruppe zur Teilnahme an Gesundheitsförderungsaktivitäten
- ✓ **Bedeutung des regelmäßigen Austauschs** – Aufrechterhaltung des Engagements und Stärkung des Bewusstseins für die Wichtigkeit ihrer Rolle

### Referenzen

- [1] Fonds Gesundes Österreich. (o.J.). Multiplikator\*innen. Verfügbar unter: [https://fgoe.org/glossar/multiplikator\\_innen](https://fgoe.org/glossar/multiplikator_innen) [27.06.2024].
- [2] Blümel, S., Lehmann, F. & Hartung, S. (2024). Zielgruppen, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.17623/BZGA-Q4-i128-2.0> [27.06.2024].
- [3] Aegler, B., Heigl, F. & Zischek, F. (2019). Das tut gut – Mini-Aktivitäten-Ansatz. ergopraxis 2019, 12(09): 16-20. DOI: 10.1055/a-0957-8954.