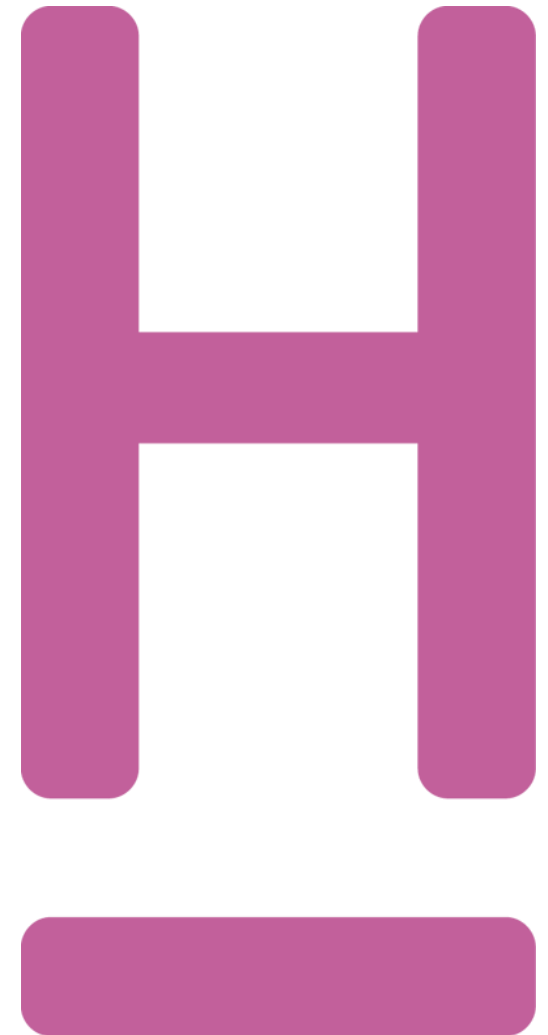


Gesundheitsfördernde Fakultät V- Campus Kleefeld

*Hochschule Hannover – Fakultät V
Diakonie, Gesundheit und Soziales*

Prof. Dr. Mathias Bonse-Rohmann, Pia Meißner (M.Sc.),
Annika Hartrampf (M.A.), Anna-Lena Sting (B.A.), Niklas Brähler (B.A.)



Gesundheitsfördernde Fakultät V- Campus Kleefeld

Ziele:

- Attraktive Studien- und Arbeitsbedingungen gestalten und eine angenehme Arbeitsatmosphäre unterstützen.
- Nachhaltige, innovative und wettbewerbsfähige Angebote schaffen.
- Erhöhung der Motivation und Zufriedenheit von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie von Studierenden.
- Gesundheitsrisiken vermindern und Krankheitstage verringern.

Projektlaufzeit:
15.10. 2016- 15.07.2020




Berücksichtigung
aller
Statusgruppen:
**Studierende,
Lehrende,
Mitarbeitende**



Partizipative Maßnahmenentwicklung in Gesundheitszirkeln



Gesunde Führung



Sensibilisieren/Unterstützen

Prozessorientierte Gesundheitswerkstatt

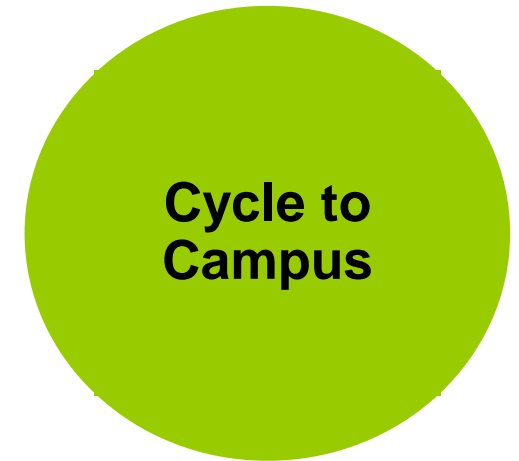
- Workshops und Seminare für Führungskräfte
- Reflexion der Arbeitsbedingungen: Ressourcen und Belastungen (persönlich und auf ihre Mitarbeitenden bezogen)

Ziele:

- Motivation und Wohlbefinden am Arbeitsplatz fördern und weitergeben
- Bessere Kommunikationsbedingungen



Bewegungsförderung



Aktion "Cycle to Campus"

- Teilnahme von Studierenden und Mitarbeitenden an Kilometer-Aktion im Sommer 2019

Ziele:

- 3056 km „zusammen geradelt“
- Fahrradfahren als gesunde und ökologische Alternative zum Auto bzw. Bahn



Förderung der Kooperationskultur



Campusfest am großen Teich

- Für Mitarbeitende und Lehrende
- Grillen und zusammenkommen

Sommerfest

- Für alle Statusgruppen, auch Studierende
- 2019: Campuseröffnung inbegriffen

Ziele:

- Stärkerer Kontakt und Austausch
- informelle Gespräche
- kollegiale Atmosphäre



Bewegungsförderung



**Aktive
Pausen**

“Individual parat – plus”

- Individuelles Rückentraining und ergonomische Arbeitsplatzberatung für Mitarbeitende

Ziele:

- Sitzpositionen werden gesundheitsförderlich angepasst und Rückenbeschwerden entgegengewirkt
- Bei Bedarf auch individuelle Beratung hinsichtlich anderer gesundheitlicher Beschwerden



Entspannung



Aktive Pausen

„Waldbaden“

- Angebot für Lehrende und stud. Hilfskräfte aus der Abteilung Pflege und Gesundheit
- Erprobung in einer Abteilung

Ziele:

- Entspannung und Achtsamkeit
- Teambildung



Gesunde Ernährung



Obstwoche

Kostenfreies Obst

- 1-2 Mal meist im WiSe
- Für Studierende (und Mitarbeitende/Lehrende)

Ziele:

- Gesundes Obst als Alternative zu Süßigkeiten
- Partizipation von Studierenden fördern
- Öffentlichkeitsarbeit für das Projekt
- Kurze Bedarfsermittlung möglich



Bewegungsförderung

**Gesundheitskompetenz
Studierender**

**Aktive
Pausen**

Multiplikatorenschulungen

- Kurze Bewegungspausen (ca. 7-10 Minuten) während Lehrveranstaltungen und Pausen
- Qualifikation zur Anleitung für Studierende, Lehrende und Mitarbeitende

Ziele:

- Nackenbeschwerden sowie allgemeinen Verspannungen entgegenwirken oder mindern
- Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit steigern
- Stressverminderung
- Auflockerung der Lehreinheiten/Spaß und Freude



Bewegungsförderung



**Aktive
Pausen**

„High Intensity Intervall Training“ (HIIT)

- Einmal pro Woche, kostenfrei
- Für alle Studierenden und Lehrenden sowie Mitarbeitenden

Ziel:

- Bewegung und Stressreduzierung nach der Lehre



Bewegungsförderung



**Aktive
Pausen**

Verleih von Sportgeräten

- z. B. Badminton, Tischtennis, Volleyball, Fußball, Frisbee, Boule, Wikingerschach

Ziele:

- Bewegung an der frischen Luft fördern
- Soziale Interaktivität
- Entspannung und Spaß in den Pausen



Gesundheitsförderung im Beruf

**Gesundheitskompetenz
Studierender**

Interdisziplinäre Gesundheitswerkstatt

- Studentisches Projekt im Rahmen der Projekt- und Exkursionswoche

Ziele:

- Gesundheitskompetenz fördern
- Wissenserwerb durch Selbstreflektion
- Direkter Theorie-Praxis-Transfer
- Studierende als Multiplikator*innen für Gesundheitsförderung im Beruf gewinnen



Website der Gesundheitsfördernden Fakultät

<https://f5.hs-hannover.de/ueber-uns/gesundheitsfoerderung/>



HOCHSCHULE
HANNOVER
UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES
AND ARTS
-
*Fakultät V
Diakonie,
Gesundheit und
Soziales*

Gesundheitsförderung





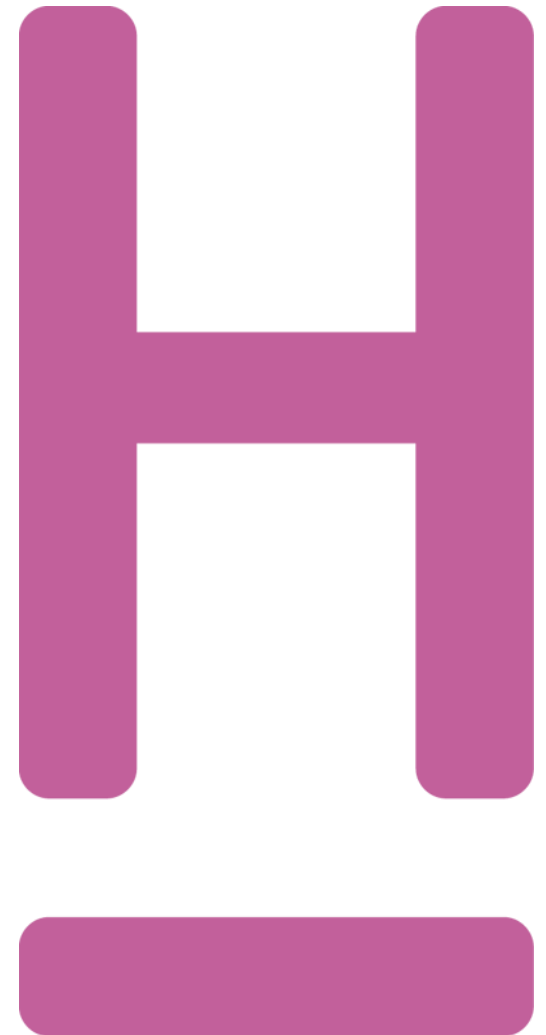


MAtCHuP

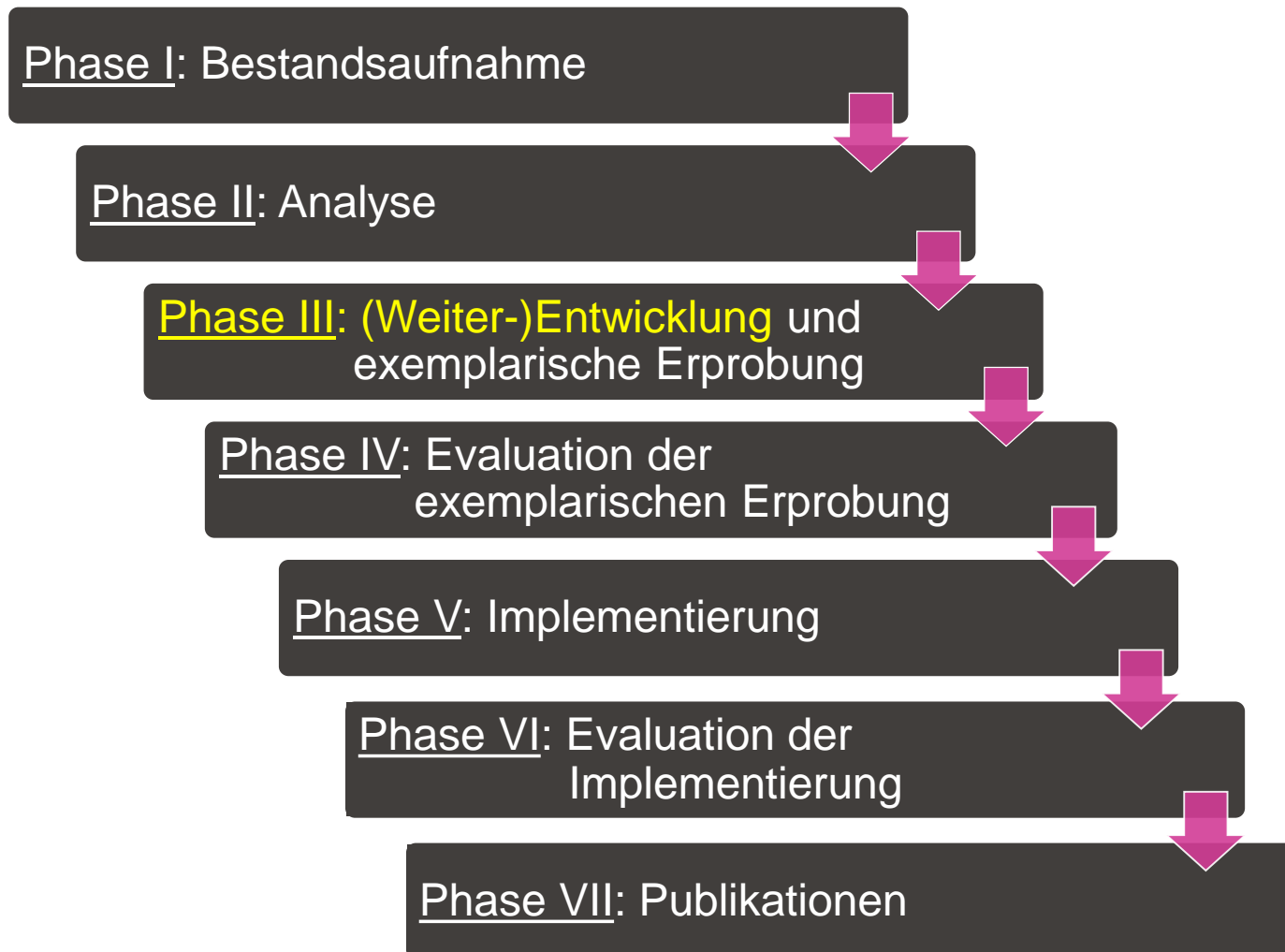
Smokefree Academics in Health Professions

***„Gesundheitsförderung und Prävention
des Tabakkonsums in der hochschulischen
Bildung der Gesundheits- und Pflegeberufe“***

Prof. Dr. Mathias Bonse-Rohmann, Annika Hartrampf (M.A.), Pia Meißner (M.Sc.),
Anna-Lena Sting (B.A.), Niklas Brähler (B.A.)
22.11.2019



Aktueller Stand des Projektes MAtCHuP



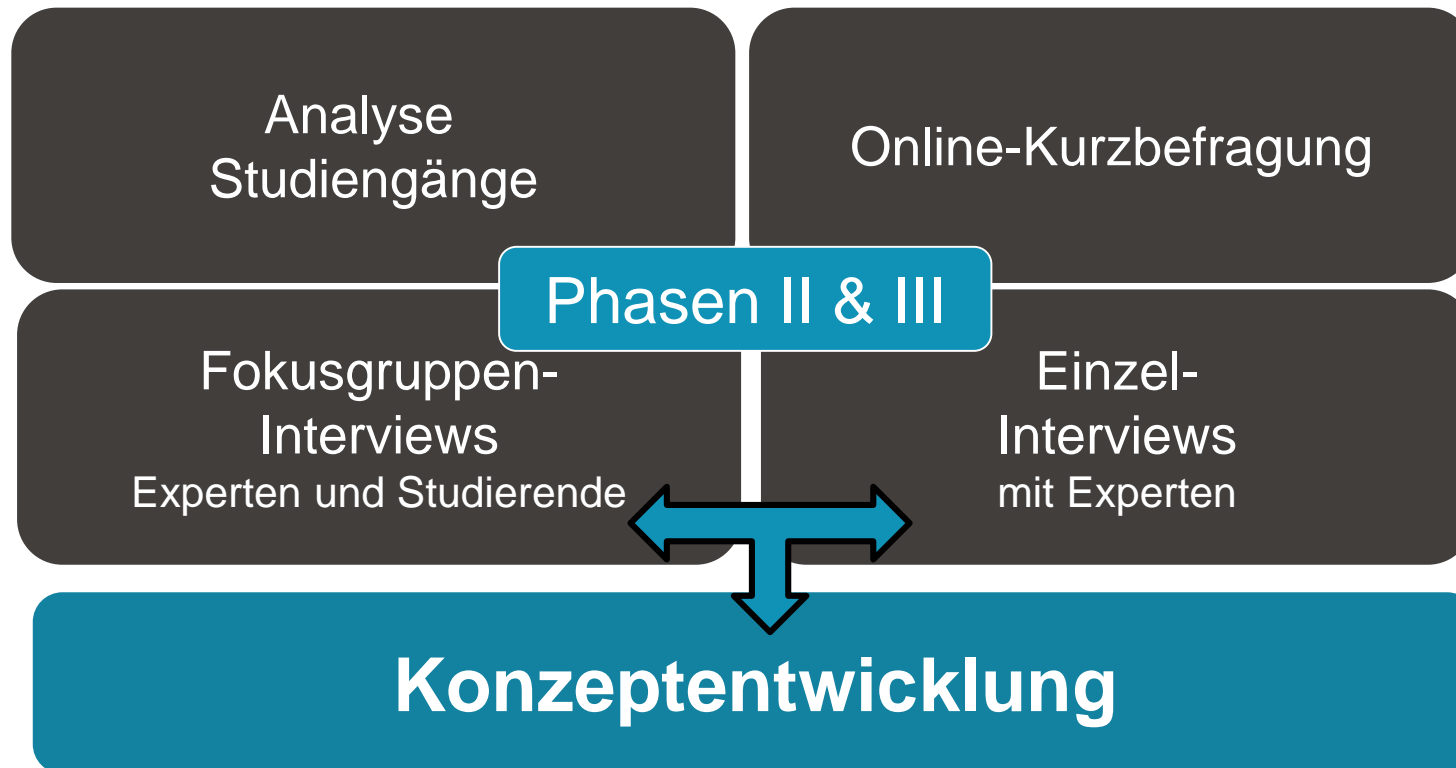
Wissenschafts- und Praxisbeirat

Teilnehmer*Innen an der 3. Sitzung des Wissenschafts- und Praxisbeirat (17.05.2019)

- Kollegiale Beratung
- Erfahrungen aus
anderen (gesundheits-)
wissenschaftlichen
Projekten
- Kritische Reflexion
und Evaluation der
Ergebnisse



Aktueller Stand des Projektes MAtCHuP



Perspektive: Hochschuldidaktisches Handbuch zur Gesundheitsförderung und Prävention



Kurzdarstellung ausgewählter Analyse-Ergebnisse

Analysen der Studiengänge

Prüfung von insgesamt **326 Bachelor- und Masterstudiengängen** in Deutschland, Österreich und Schweiz

- In 16 Studiengängen: Inhalte zu Sucht oder Suchtprävention
- In 4 Studiengängen: Inhalte zu Rauchen oder zur spezifischen Tabakprävention

Online-Kurzbefragung

Höherer Anteil der Themen zu Sucht- und Tabakprävention in Lehrveranstaltungen bzw. Modulen als die Ergebnisse der Studiengangsforschung zeigen

- Aber: Rücklaufquote gering (10,75%)



Kurzdarstellung ausgewählter Analyse-Ergebnisse

Experten-Interviews

Tabakprävention ist z. T. als Thema in Lehrveranstaltungen integriert, allerdings tritt das Thema vor anderen „Trendthemen“ zurück und wird auch in Studienarbeiten seltener gewählt.

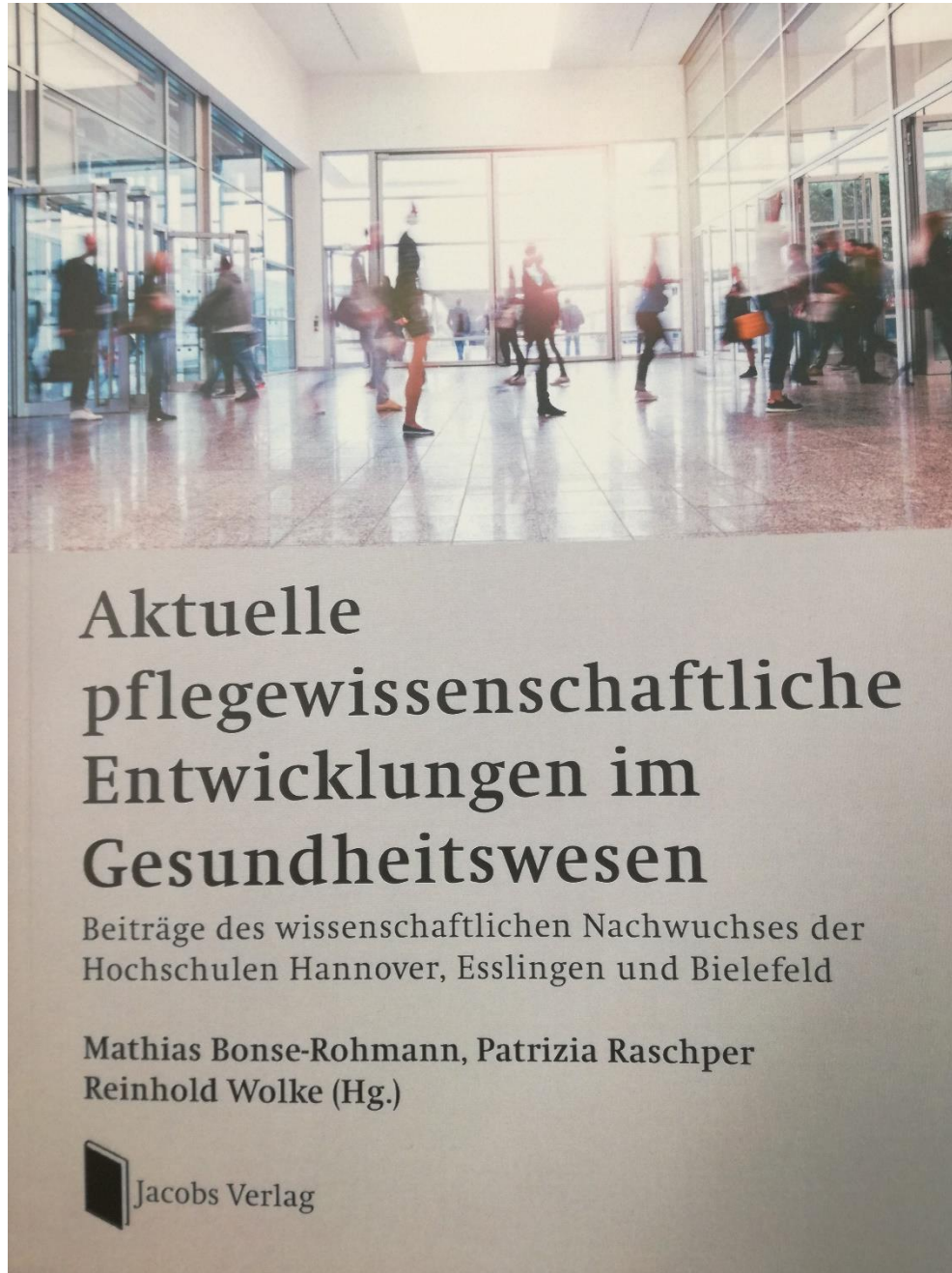
- Empfehlungen:
Projektarbeit/Projektstudium, POL, Fallarbeit, Forschendes Lernen, Exkursionen, Plan- und Rollenspiele

Fokusgruppen mit Studierenden

- Gastvorträge von Experten oder Personen, die aufgehört haben
- Emotionen und Betroffenheit ansprechen
- Weitere: Portfolio, Projektstudium, Workshops, Rollenspiele




Neue Publikation



Aktuelle pflegewissenschaftliche Entwicklungen im Gesundheitswesen

Beiträge des wissenschaftlichen Nachwuchses der
Hochschulen Hannover, Esslingen und Bielefeld

Mathias Bonse-Rohmann, Patrizia Rascher
Reinhold Wolke (Hg.)

 Jacobs Verlag



Projekterweiterung:

„Digitale Maßnahmen zur Unterstützung von Sucht- und Tabakprävention“

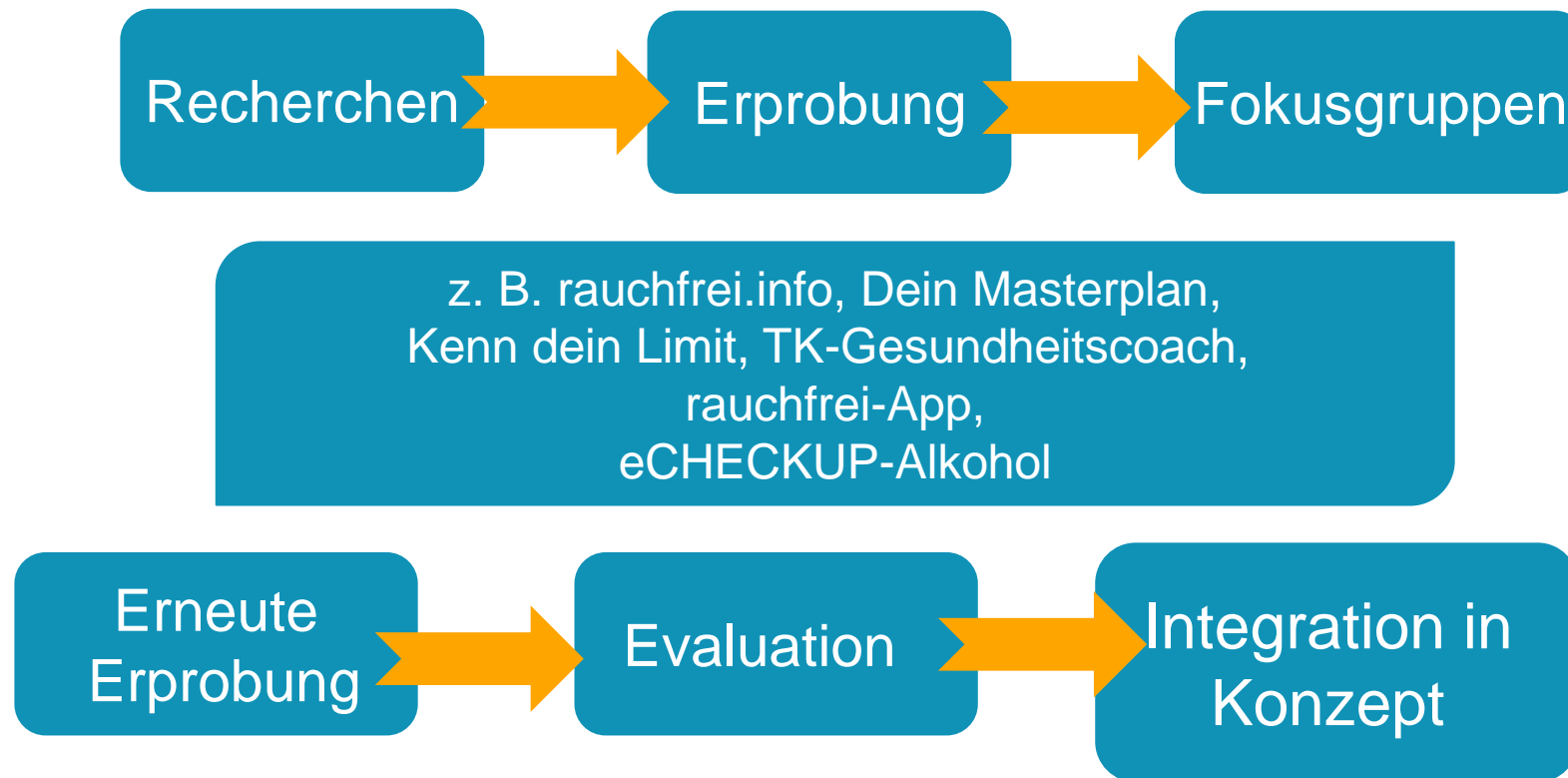
Laufzeit: 01/2019- 10/2021

Zielsetzung:

Hochschuldidaktische Konzepte für Pflege- und Gesundheitsberufe sollen durch **digitale Lehrmethoden, Lehrinhalte und technische Medien bzw. Programme im Setting der Hochschule ergänzt werden**, um gezielt die Themen „Sucht- und Tabakprävention“ spezifischer zu vermitteln



Projekterweiterung: „Digitale Maßnahmen zur Unterstützung von Sucht- und Tabakprävention“



Projekterweiterung: „Digitale Maßnahmen zur Unterstützung von Sucht- und Tabakprävention in der hochschulischen Bildung der Gesundheits- und Pflegeberufe“

„MAtCHuP“

Projekterweiterung

Phase I: Bestandsaufnahme

Phase II: Analyse

Phase III: (Weiter-)Entwicklung und exemplarische Erprobung

Phase IV: Evaluation der exemplarischen Erprobung

Phase V: Implementierung

Phase VI: Evaluation der Implementierung

Phase VII: Publikationen

Phase I: Identifizierung vorhandener Angebote und Konzepte

Phase II: Nutzerorientierte Erprobung

Phase III: Selektion zielgruppenspezifischer Angebote

Phase IV: Implementierung der selektierten Angebote

Phase V: Gesamtevaluation

Phase VI: Ergänzung, hochschuldidaktisches Konzept



Kontakt:

Hochschule Hannover (HsH)
University of Applied Sciences and Arts
Fakultät V - Diakonie, Gesundheit und Soziales
Abteilung Pflege und Gesundheit
Blumhardtstraße 2
30625 Hannover

mathias.bonse-rohmann@hs-hannover.de (Projektleitung)

annika.hartrampf@hs-hannover.de (wiss. Mitarbeiterin)

pia.meissner@hs-hannover.de (wiss. Mitarbeiterin)

sarah.voltmann@hs-hannover.de (wiss. Mitarbeiterin)

anna-lena.sting@stud.hs-hannover.de (stud. Mitarbeiterin)

niklas.braehler@stud.hs-hannover.de (stud. Mitarbeiter)

