



KOMPETENZNETZWERK  
INFORMATIONSTECHNOLOGIE  
zur Förderung der INTEGRATION  
von Menschen mit Behinderungen



# Inklusive BGF für Menschen mit Behinderung

## Gesundheit inklusiv

Ein Projekt im Rahmen partizipativer  
Gesundheitsforschung

Mag.<sup>a</sup> Karina Lattner



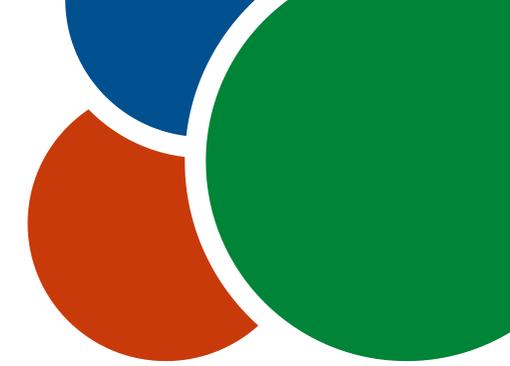
# Hintergrund zum Projekt



- Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) war für Menschen mit (kognitiver) Beeinträchtigung bisher nicht / nur eingeschränkt möglich
- Zugangsbarrieren in Hinblick auf partizipative Prozesse
  - Schwere Sprache und zu komplexe Fragebögen
  - Fehlende Themenbereiche die für Menschen mit Beeinträchtigung wichtig sind
- Für gelungene BGF bedarf es die Sichtweise aller Beteiligten
- Erfolgreiche BGF-Maßnahmen sind nur durch die Mitbestimmung der Zielgruppe möglich

# Ziele des Projekts

- **BGF inklusiv gestalten**  
Anpassung von BGF-Prozessen an die Bedürfnisse von Menschen mit Beeinträchtigung  
(Methoden, Instrumente, Rahmenbedingungen etc.)
- **Partizipative Durchführung von BGF-Prozessen**  
MitarbeiterInnen mit und ohne Beeinträchtigung  
arbeiten auf Augenhöhe zusammen
- **Erhöhung der Gesundheitskompetenz  
von Menschen mit Beeinträchtigung**
- **Erstellung eines Leifadens im Sinne der Nachhaltigkeit**



# Durchführung des Projekts

- **Projektlaufzeit**
  - 2,5 Jahre (von Februar 2018 – August 2020)
- **4 Pilotbetriebe**
  - 1 Betrieb am ersten Arbeitsmarkt (Kompetenznetzwerk KI-I)
  - 3 Werkstätten für Menschen mit Beeinträchtigung (Diakoniewerk Werkstätten Stifterstraße, Hagenberg und Bad Hall)
- **Partizipation im Projekt**
  - In allen Projektphasen und Gremien haben Menschen mit Beeinträchtigung gleichberechtigt mitgewirkt und mitbestimmt

# Partizipation im Projekt

## Projektstruktur

- Steuerungsgruppe Gesamtprojekt
- Steuerungsgruppen in den vier Pilotbetrieben
- Fachbeirat

## Projektphasen

- Eine partizipative Arbeitsweise  
war in allen 3 Phasen des Projekts Voraussetzung

# Projekttablauf



## 1. Projektphase

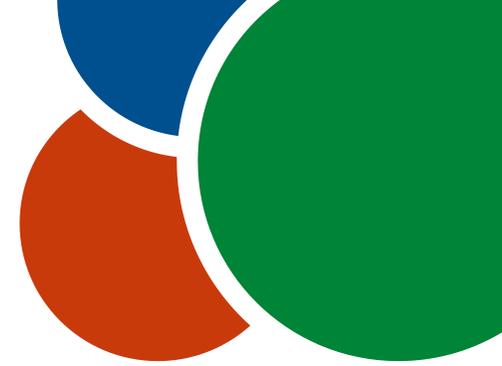


## 2. Projektphase



## 3. Projektphase



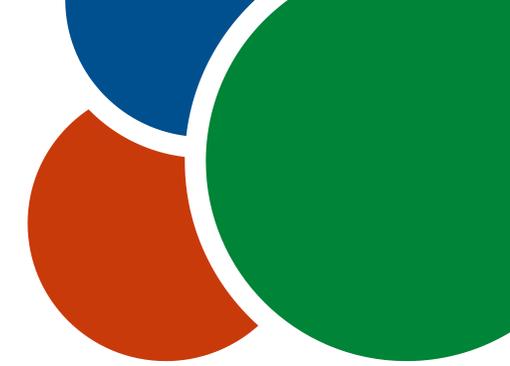


# 1. Phase: Wissenschaftliche Vorarbeiten

- Analyse bestehender Erhebungsinstrumente
- Fokusgruppen mit der Zielgruppe
- Entwicklung und Anpassung von Erhebungsinstrumenten, Methoden und Prozessabläufen ausgerichtet an den Bedürfnissen von Menschen mit Beeinträchtigung.

Zum Beispiel durch:

- Verwendung von leichter Sprache
- Verschiedene Möglichkeiten der Teilhabe bei der Befragung
- Erprobung der Instrumente und Methoden erfolgte im Projektverlauf



# 1. Phase: Sensibilisierung

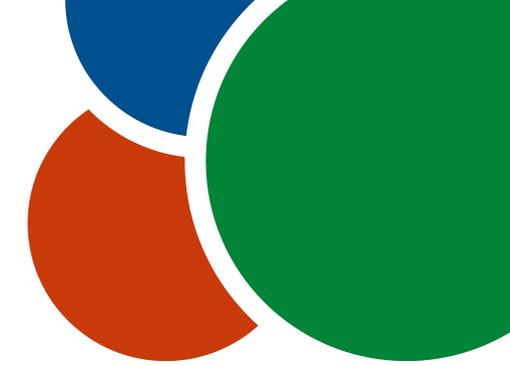
- Implementierung einer Sensibilisierungs-Phase in den BGF-Prozess.
- Sensibilisierung von MitarbeiterInnen **mit** Beeinträchtigung:
  - Erweiterter Gesundheitsbegriff und Determinanten der Gesundheit  
„Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“
- Sensibilisierung von MitarbeiterInnen **mit und ohne** Beeinträchtigung:
  - Zusammenarbeit von MitarbeiterInnen mit und ohne Beeinträchtigung als gleichberechtigte Diskussions- und Entscheidungspartner.  
„Wie können Menschen mit und ohne Beeinträchtigung auf Augenhöhe zusammenarbeiten?“

# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

Methode: Das Determinanten-Modell





# 1. Phase: Sensibilisierung

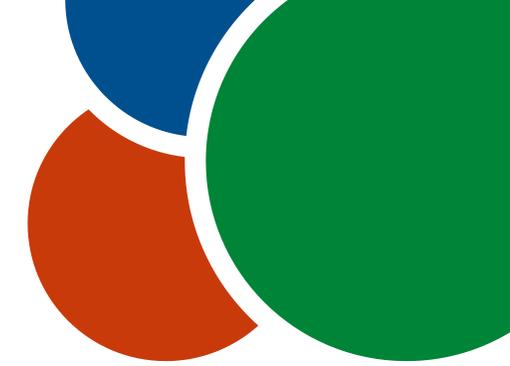
Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

**Methode: Photo-Voice**

Die MitarbeiterInnen haben Fotos zu diesen Themen gemacht:

- Welche Dinge in der Arbeit sind gut für die Gesundheit?
- Welche Dinge in der Arbeit sind nicht gut für die Gesundheit?



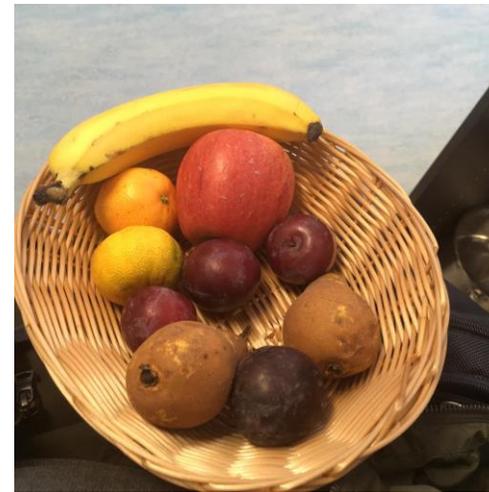


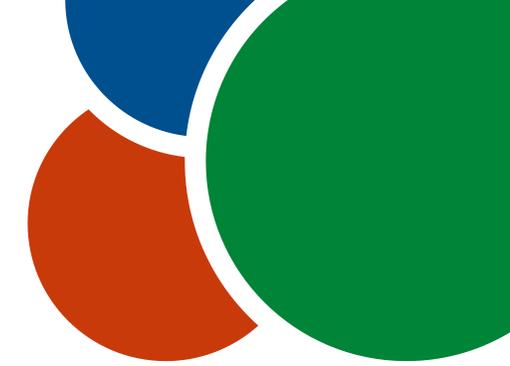
# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

Methode: Photo-Voice

- Beispiele von Dingen, die **gut** sind für die Gesundheit





# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

Methode: Photo-Voice

- Beispiele von Dingen, die **schlecht** sind für die Gesundheit



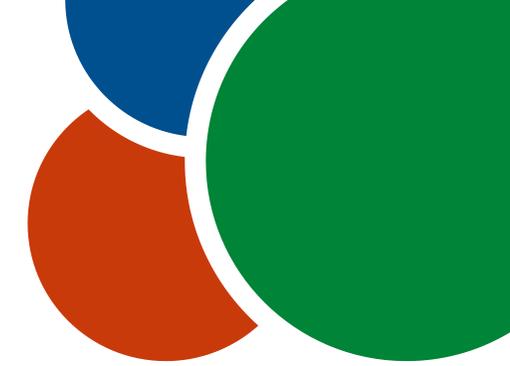
# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

Methode: Photo-Voice

- Abschluss-Workshop





# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

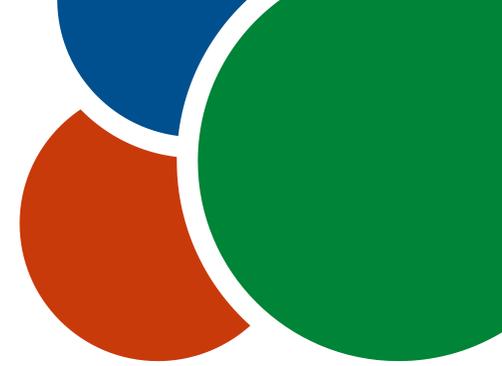
Methoden:

Herz-Quiz



Zucker-Spiel





# 1. Phase: Sensibilisierung

Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

**Methode: Herz-Quiz** Beispiel-Fragen aus dem Herz-Quiz:

**Was macht das Herz?**

- a) Das Herz hilft uns bei der Verdauung.
- b) Das Herz ist wichtig für die Atmung.
- c) Das Herz ist ein Muskel und pumpt das Blut in alle Körperteile
- d) Das Herz schlägt Viren und Bakterien im Körper kaputt.  
So schützt uns das Herz vor Krankheiten.

**Was passiert mit dem Herzschlag, wenn du die Treppe steigst?**

- a) Der Herzschlag verändert sich nicht.
- b) Das Herz schlägt langsamer.
- c) Das Herz schlägt schneller.

# 1. Phase: Sensibilisierung



Sensibilisierung zum Thema „Was hat Einfluss auf unsere Gesundheit?“

Methode: Zucker Spiel Beispiel-Fragen aus dem Herz-Quiz:

Wie viel Stück Zucker sind  
in einer kleinen Flasche Erdbeer-Milch?

3 Würfel Zucker

8 Würfel Zucker

12 Würfel Zucker



Wie viel Stück Zucker  
sind in einer Schüssel Müsli?

2 Würfel Zucker

6 Würfel Zucker

9 Würfel Zucker



# 1. Phase: Sensibilisierung

## Sensibilisierung zum Thema

„Zusammenarbeit auf Augenhöhe von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung“

MitarbeiterInnen **mit** Beeinträchtigung sind zum Beispiel dafür sensibilisiert worden:

- Sich selbst etwas zutrauen / Sich sagen trauen, welche Bedürfnisse man hat
- Man darf auch eine andere Meinung haben
- Sich nicht beeinflussen lassen

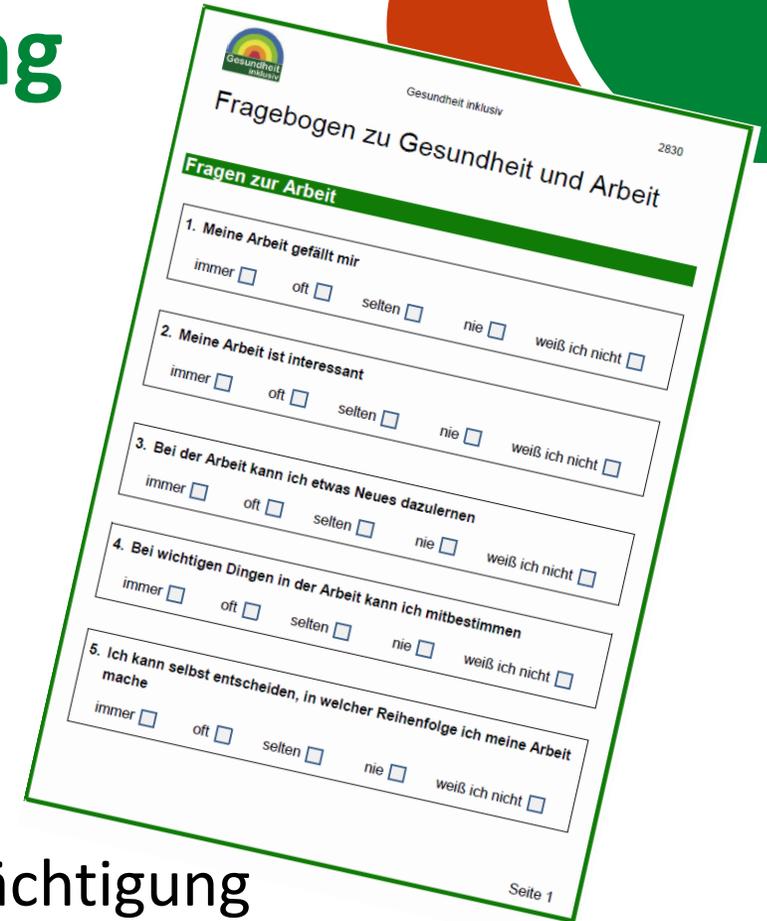
MitarbeiterInnen **ohne** Beeinträchtigung sind zum Beispiel dafür sensibilisiert worden:

- Jede Meinung / Aussage hat gleich viel Wert
- „Gut gemeinte Bevormundung“ vermeiden
- Die eigenen Bedürfnisse nicht in den Hintergrund stellen



## 2. Phase: Erste Mitarbeiterbefragung

- Fragebogen angepasst an die Bedürfnisse von Menschen mit Beeinträchtigung
  - Verwendung von leichter Sprache
  - Einfaches Layout
- **Verschiedene Möglichkeiten der Teilhabe:**
  - Paper & Pencil
  - Ausfüllbares PDF
  - Peer-Unterstützung durch Menschen mit Beeinträchtigung
  - Beobachtung
- **Ergebnisbericht und Präsentation in leichter Sprache**



Gesundheit inklusiv  
2830

Fragebogen zu Gesundheit und Arbeit

**Fragen zur Arbeit**

1. Meine Arbeit gefällt mir  
immer  oft  selten  nie  weiß ich nicht

2. Meine Arbeit ist interessant  
immer  oft  selten  nie  weiß ich nicht

3. Bei der Arbeit kann ich etwas Neues dazulernen  
immer  oft  selten  nie  weiß ich nicht

4. Bei wichtigen Dingen in der Arbeit kann ich mitbestimmen  
immer  oft  selten  nie  weiß ich nicht

5. Ich kann selbst entscheiden, in welcher Reihenfolge ich meine Arbeit mache  
immer  oft  selten  nie  weiß ich nicht

Seite 1



## 2. Phase: partizipativer Gesundheitszirkel

- **Gleiches Verhältnis von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung**
- **Gemeinsame Moderation des Gesundheitszirkels**
  - BGF-Beraterin
  - Co-Moderation durch Person mit Lernschwierigkeiten
- **Erarbeiten von Maßnahmen auf Basis der Befragungsergebnisse**
  - „Was kann man tun, damit die Dinge erhalten bleiben, die schon gut sind für die Gesundheit?“
  - „Was kann man tun, damit die Dinge besser werden, die schlecht sind für die Gesundheit?“

## 2. Phase: partizipativer Gesundheitszirkel





## 2. Phase: partizipativer Gesundheitszirkel

- Entscheidung in der Steuerungsgruppe, welche Maßnahmen umgesetzt werden (können)
- Erstellung eines Maßnahmenkatalogs in leichter Sprache
- Präsentation der Maßnahmen in leichter Sprache



## 2. Phase: Maßnahmenumsetzung

### Beispiel: Gesunde Mittags-Jause

- 1x im Monat
- Immer 2 Personen organisieren die gesunde Mittags-Jause



## 2. Phase: Maßnahmenumsetzung

### Beispiel: Änderungen im Großraum-Büro

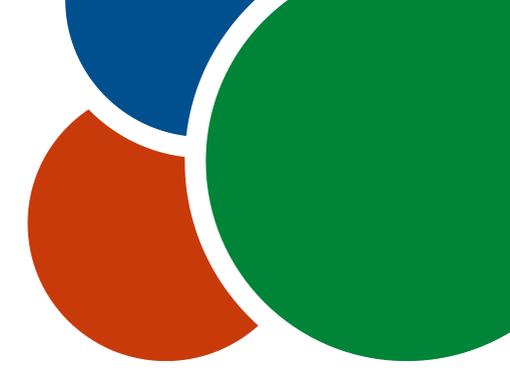
- Umgestaltung des Raumes
- Fixe Zeiten für das Lüften
- Ruhe-Zeiten für konzentriertes Arbeiten



## 2. Phase: Maßnahmenumsetzung

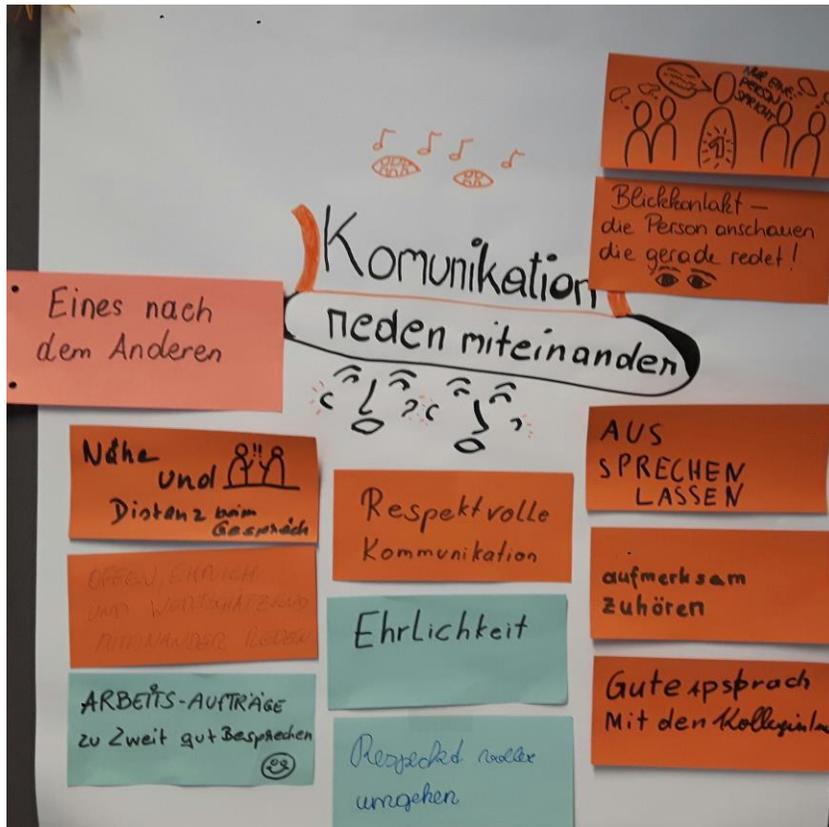
### Beispiel: Bewegungs-Übungen

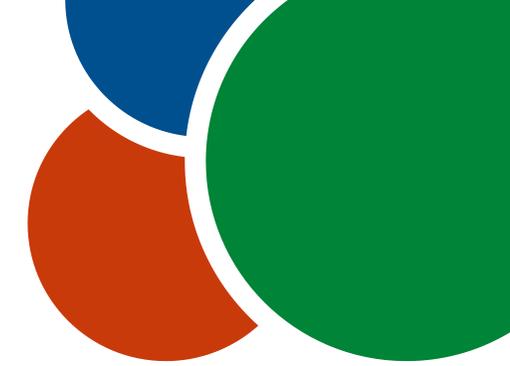




## 2. Phase: Maßnahmenumsetzung

### Beispiel: gut miteinander arbeiten





## 2. Phase: Maßnahmenumsetzung

### Beispiel: konzentriertes Arbeiten ermöglichen

**Diakoniewerk**

#### Reduzierung der Laut-Stärke in der Arbeit

Für die Gesundheit ist es nicht gut, wenn es dauernd laut ist.  
Bei Dauernder Lärm-Belästigung kann das Gehör geschädigt werden.

Wie kann Lärm unser Verhalten beeinflussen?

- Aggressivität
- Streit
- Konzentrations-Mangel
- Kreislauf-Erkrankungen (Blut-Hoch-Druck, ...)
- psychische Erkrankungen
- ...

Was kann ich machen, damit es am Arbeits-Platz ruhiger ist?

- Rücksicht auf andere nehmen  
zum Beispiel:  
Wenn sich jemand in der Pause hinklegen möchte,  
nicht bewusst durch den Raum gehen.
- In Zimmer-Lautstärke sprechen
- Ruhe zulassen  
zum Beispiel:  
Bewusst keinen Radio oder andere Lärm-Quellen einschalten.  
Die Stille bewusst wahrnehmen.  
Den ersten Schritt für Ruhe kann jeder selbst machen.  
Vermeide eigenen Lärm.
- Wenn ich von meinen Arbeits-Kollegen etwas brauche,  
gehe ich zu der Person.  
Vermeide durch den Raum zu rufen.  
Wenn alle gleichzeitig durch den Raum rufen,  
wird es sehr laut.
- Nicht durcheinander sprechen.



## 3. Phase: Erfolgs-Messung

- Zweitbefragung der MitarbeiterInnen nach 1 Jahr
  - Hat es gesundheitliche Verbesserungen durch die Arbeit gegeben?
- Reflexions-Workshop auf Grundlage der 2. Befragungsergebnisse
  - Co-Moderation durch BGF-Beraterin und Person mit Lernschwierigkeiten
- Antrag und Verleihung des BGF-Gütesiegels
  - Alle 4 Pilot-Betriebe haben das BGF-Gütesiegel für die Jahre 2021 bis 2023 verliehen bekommen!



## 3. Phase: Nach-Projekt-Phase

- Erstellung eines Leitfadens zur Durchführung inklusiver BGF-Prozesse in leichter Sprache.  
Frei zugänglich unter:  
[www.ki-i.at/gesundheit-inklusive](http://www.ki-i.at/gesundheit-inklusive)
- Vorstellung des Projekts und der Projektergebnisse auf Fachtagungen und in Print- und Onlinemedien





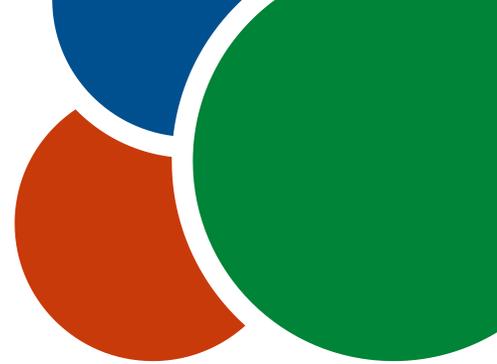
# Ergebnis und Erfolgsfaktoren

- Leitfaden zur Durchführung von inklusiven BGF-Prozessen
- Partizipativer Ansatz des Projekts:  
Miteinbeziehen der Zielgruppe in **allen** Projektschritten und Gremien
- Anpassung der Methoden, Fragebögen und Unterlagen  
an die Bedürfnisse der MitarbeiterInnen mit Beeinträchtigung
- Anpassung der Rahmenbedingungen  
an die Bedürfnisse der MitarbeiterInnen mit Beeinträchtigung
- Implementierung einer Sensibilisierungs-Phase
- Laufende Reflexion und Evaluierung aller Arbeitsschritte

# Projektpartner

- Projektleitung:  
Kompetenznetzwerk Informationstechnologie zur Förderung der  
Integration von Menschen mit Behinderungen (KI-I) ([www.ki-i.at](http://www.ki-i.at))
- Evangelisches Diakoniewerk Gallneukirchen ([www.diakoniewerk.at](http://www.diakoniewerk.at))
- PROGES - Wir schaffen Gesundheit ([www.proges.at](http://www.proges.at))
- Mag. Markus Peböck ([www.gesundesteam.at](http://www.gesundesteam.at))

# Fördergeber



 **Bundesministerium**  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

**Gesundheit Österreich**  
GmbH 



Geschäftsbereich

**Fonds Gesundes  
Österreich**



**Österreichische  
Gesundheitskasse**

*Gesundheits*  **LAND  
OBERÖSTERREICH**

  
**BGF  
NETZWERK**

*Sozial*  **LAND  
OBERÖSTERREICH**

**AK**  
**Oberösterreich**



# Vielen Dank!