

Gefördert durch:



**Gemeinsamer
Bundesausschuss**

Information und Anmeldung Erstgespräch:

Sandra Kanczyk
Institut für soziale Innovationen (ISI) e.V.
T (01578) 787 34 63
s.kanczyk@soziale-innovationen.de

Yvonne Klemp
Institut für soziale Innovationen (ISI) e.V.
T (0172) 702 70 04
y.klemp@soziale-innovationen.de

Ansprechpartner in der Helios Region West:

Dipl.-Psych. Dr. Jens Walkowiak
Arbeitspsychologe am Helios Klinikum
Duisburg
T (0173) 453 48 77
jens.walkowiak@helios-gesundheit.de

Maren Christina Geissler, MA, Dipl.-Des.
Projektleitung Helios Center for Research and
Innovation
T (0173) 587 09 18
maren.geissler@helios-gesundheit.de

IMPRESSUM

Verleger: Helios Klinikum Duisburg GmbH,
An der Abtei 7-11, 47166 Duisburg
Druckerei: FLYERALARM GmbH, 97080 Würzburg
Foto: iStock

UPGRADE

Kreative Stärkungsgruppen als innovatives
Unterstützungsangebot für Mitarbeiter/innen

Helios Kliniken in Duisburg



Mitarbeiter/innen im Gesundheitswesen haben durch belastende berufliche Faktoren ein erhöhtes Risiko, psychisch zu erkranken. Hier setzt das Projekt UPGRADE an.

Wie?

UPGRADE basiert auf dem Ansatz, Mitarbeitende in sogenannten kreativen Stärkungsgruppen darin zu schulen, Belastungen zu identifizieren und bewusster mit ihnen umzugehen. Dazu wird gruppenspezifisch eine Auswahl an Methoden der Entschleunigung, Selbstreflektion, positiven sozialen Interaktionen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten umgesetzt.

Ziel?

Ziel dieses Projektes ist es, Kolleginnen und Kollegen gezielt bei der langfristigen Erhaltung der eigenen Gesundheit während der Arbeitszeit zu unterstützen und die Nutzung von wirksamen Entlastungsstrategien zu ermöglichen.

Wer?

Teilnehmen können alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Helios Region West, wobei die Helios Standorte in Duisburg als Pilothäuser beginnen.

Kooperationspartner:

Das Projekt wird gemeinsam durchgeführt vom Institut für soziale Innovationen (ISI) e.V., der NOVITAS BKK, den Helios Kliniken in der Region West, sowie dem Institut für Medizinische Informatik, Biometrie und Epidemiologie (IMIBE) am Universitätsklinikum Essen.

So geht's:

➤ Schritt 1

In Kürze haben Sie die Möglichkeit, an Informationsveranstaltungen an den Standorten Marien Klinik, St. Johannes Klinik und Rhein Klinik teilzunehmen. Über den genauen Zeitpunkt werden Sie über das Intranet MyHelios und per Rundmail informiert.

➤ Schritt 2

Falls Sie nach einer der Informationsveranstaltungen Interesse haben, Teil der kreativen Stärkungsgruppen zu werden, vereinbaren Sie einen Termin zum Erstgespräch. Die Ansprechpartner finden Sie auf der Rückseite.

➤ Schritt 3

Sie erhalten eine sofortige Antwort, ob sie im Projekt als Teilnehmer/in in einer Kreativen Stärkungsgruppe dabei sind oder in die Kontrollgruppe aufgenommen werden. Den Teilnehmer/innen in der Kontrollgruppe steht das reguläre Unterstützungsprogramm (psychologische Beratung, Coaching, Supervision) der Helios Kliniken in Duisburg (Ansprechpartner Dr. Jens Walkowiak) parallel zur Verfügung.

Das Angebot Kreativer Stärkungsgruppen ist für die Einrichtung und Mitarbeiter/innen kostenfrei, wird als Arbeitszeit gewertet und erfordert kaum bürokratischen Aufwand. Sprechen Sie uns gerne an!

Es wird über drei Jahre vom Innovationsfonds (Krankenkassen, Gesundheitsministerium) gefördert. Die Ergebnisse des Projektes werden wissenschaftlich evaluiert, damit Kreative Stärkungsgruppen bei einem Erfolg des Projektes zu einem Regelangebot der Krankenkassen werden können.