

Projektverlauf

Phase 1: Nov 08 – Jan 09

- Aufbau der Koordinationsstelle an der Universität Passau
- Auswahl des Expertengremiums
- Aufbau der Gesundheitszentren in BY/CZ
- Gewinnung der Netzwerkpartner
- Kontakt zu Gesundheitseinrichtungen
- Partnerschaft mit Krankenkassen

Phase 2: Feb 09 – April 09

- Konzeption möglicher Gesundheitsmodule
- Modulbereiche: Entspannung – Bewegung – Ernährung – berufs-spezifische Salutogenese – Gesundheitsvorsorge
- Erstellung eines Angebotskatalogs durch Netzwerkpartner und Expertengremium
- evtl. **Kongress** zur Projektpräsentation – Gewinnung von Studienteilnehmern; Expertenreferate, Workshops

Phase 3: Mai 09 – Mai 11

- Einführungsveranstaltungen für Projektteilnehmer in BY/CZ in den Beratungszentren (expertengeleitet)
- Ermittlung des physiologischen und psychologischen Ist-Zustandes
- Erstellung eines individuellen Gesundheitsprogramms, Vorschläge für regionale Umsetzung der Maßnahmen – GesundheitsPAss
- ½ jährliche Zwischenevaluationen in den Beratungszentren, bedarfsorientierte Anpassung des Individualprogramms

Phase 4: Juni 11 – Okt 11

- Evaluation des Ist-Zustands
- Auswertung der Testergebnisse – Nachweis möglicher Effizienz eines berufsbegleitenden Gesundheitsprogramms
- Autonome Weiterführung – evtl. Bonusprogramm der Krankenkassen

Unsere Netzwerkpartner:



Projekt-Ansprechpartner:

Universität Passau

Lehrstuhl für Schulpädagogik
Prof. Dr. Norbert Seibert (Projektleiter)
Innstr. 25, Zi. 264, D – 94032 Passau
Tel. +49 (0)851/509-2640
norbert.seibert@uni-passau.de

Doris Cihlars (Projektkoordinatorin)
Karlsbader Str. 11a, Zi. 110, D – 94036 Passau
Tel. +49 (0)851/509-2646
doris.cihlars@uni-passau.de

Südböhmische Universität Budweis

Assoc. Prof. Milada Krejčí PhD.
Lehrstuhl für Gesundheitserziehung und Sport
Jeronymova 10
CZ – 370 00 České Budějovice
Tel.: + 420 385 310 072
Mail: krejci@pf.jcu.cz

Medizinische Ansprechpartner:

Asklepios Klinik Bad Griesbach
Chefärztin Dr. med. Petra Heizmann
Ludwigpromenade 6,
D – 94086 Bad Griesbach i. Rottal
Tel. +49 (0)8532/980-104
BadGriesbach@asklepios.com
www.stwolfgang.de

Kreiskrankenhäuser Rottal-Inn
Chefarzt Dr. med. Jürgen Gosda
Abteilung Psychosomatik
Plinganserstrasse 10
D – 84349 Simbach a. Inn
Tel.: +49 (0) 8571 980 281
psychosomatik@khsim.de
http://www.kreiskrankenhaeuser-rottal-inn.de

Klinik Passau Kohlbruck
Dr. Dr. habil. Gülin Tunali
Leiterin der Ernährungsberatung
Kohlbruck 5, D – 94036 Passau
Tel. +49 (0)851/5305-256
gtunali@t-online.de



Interreg-IV-A-Projekt
zur Gesunderhaltung im Lehrberuf
der Universitäten Passau und
Ceske Budejovice (CZ)

(Nov. 2008 – Okt. 2011)



Europäische Union
„Investition in Ihre Zukunft“
Europäischer Fonds für
regionale Entwicklung

1. Motivation

Mit lang anhaltender **Leidenschaft seiner Profession** nachzugehen, ist der Wunsch jedes Berufsanfängers. **Gerade der Lehrberuf** bietet unzählige Möglichkeiten für Kreativität und visionäre Zielsetzungen, die jedoch im Schulalltag durch die facettenreichen Anforderungen eine Beschränkung erfahren.

PACZion möchte dieses „Entflammen“ für den Beruf unterstützen und dauerhafte, individuelle Wege der Gesunderhaltung aufzeigen und begleiten.

2. Zielsetzung

Individuelle Förderung der Gesundheit und Stärkung persönlicher Ressourcen von Lehrkräften

➔ **PACZion**

durch ein medizinisch begleitetes und **auf die einzelne Person** ausgerichtetes Gesundheitsprogramm.

Persönlicher Nutzen:

- Expertengeleitete Evaluation und Erstellung eines personenspezifischen Gesundheitsplans
- eigenverantwortliche Umsetzung, die von Experten begleitet wird
- Sensibilisierung und langfristige Förderung der eigenen Gesundheit
- Stärkung der eigenen Ressourcen zur Steigerung der Freude im und am Beruf



Gemeinsamer Nutzen:

- Wissenschaftlicher Nachweis der Effizienz von gesundheitsfördernden Maßnahmen
- Beleg für die Notwendigkeit, gesundheitsfördernde Maßnahmen im Rahmen der Schulentwicklung zu institutionalisieren
- Langfristige Reduktion von Frühpensionierungen
- Entlastung staatlicher Versorgungssysteme (Gesundheitswesen, Rentenkassen)

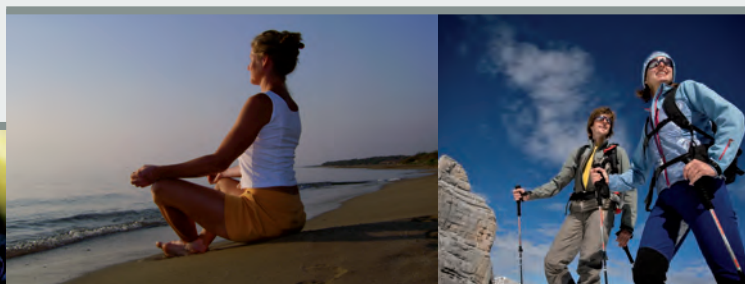
3. Zielgruppen:

Studierende, Lehrende und Dienstaufsichtspersonen aller Altersgruppen und Schularten

4. PACZion bietet:

Ganzheitliche gesundheitliche Begleitung und Prophylaxe in den Bereichen

- Entspannung
- Bewegung
- Ernährung
- Berufsspezifische Salutogenese
- Gesundheitsvorsorge



Dies beinhaltet:

- ein speziell auf die Teilnehmer abgestimmtes **Gesundheitsprogramm über 2 Jahre** (Kernzeitraum)
- ein **kompetentes Expertenteam** aus Chefärzten, physiologischen und psychologischen Fachleuten, Therapeuten und Pädagogen, das projektbegleitend als Ansprechpartner zur Verfügung steht
- ein umfassendes PACZion-Netzwerk von Gesundheitseinrichtungen vor Ort, wo in **freier Zeit- und Ortswahl** die vorgeschlagenen Maßnahmen umgesetzt werden können
- ein **halbjährlicher Check-up** in unserem Gesundheitszentrum in Bad Griesbach (5*-Hotel-Klinik St. Wolfgang), der die durchgeführten Maßnahmen evaluiert und den individuellen Gesundheitsplan neu auf die speziellen Bedürfnisse hin ausrichtet
- **projektbegleitende Seminare und Schulungen** zu speziellen Themenbereichen im Beratungszentrum, an der Universität oder an ausgewählten Institutionen unserer Netzwerkpartner

5. Kosten:

Die Kosten für die ärztliche Betreuung sowie die Durchführung der Maßnahmen in anerkannten Praxen können Sie im Rahmen der Erstattungsfähigkeit bei ihrer Krankenversicherung/der Beihilfe geltend machen. Zusätzliche Seminar- oder Fortbildungskosten trägt weitgehend das Projekt.

6. Datenschutz:

Selbstverständlich ist im Rahmen des Projekts **der Datenschutz gewährleistet**. Mögliche Anfragen an die Dienstvorgesetzten (z.B. wegen Freistellung bzgl. der Teilnahme an Schulungsmaßnahmen) werden nur in Absprache vorgenommen.

