

Maßnahmen und Angebote im Projekt „alice gesund“

ggf. nicht vollständig!

Erstellt von: Kerstin Schulze (KS) im August 2019, zusammengeführt mit Dokument (Doc) von Berthe Khayat

„alice_gesund_bisherige Aktionen“ Stand 2017 und Aktualisierung MH ab03/2020

Stand: 12.12.2022

Jahr / Zeitraum		Ggf. vorhandenes Material/ Quelle
Juni 2006	Hochschultag, Initiierung der „Arbeitsgruppe Gesundheit“ (Idee zur betrieblichen Gesundheitsförderung wurde geboren)	Berte Khayat
Sommer 2007	Im Rahmen der „Politischen Alice“ wird das Thema Betriebliche Gesundheitsförderung auf die Tagesordnung gesetzt Erste Verbesserungsvorschläge zu div. Gesundheitsthemen aller Statusgruppen wurden während eines Hochschultags formuliert	(Impuls-Auswertung Zagg, 2009) Berthe Khayat
Nov.2007	Der Hochschultag „Gesundheitsfördernde Hochschule“ produziert als Open Space Veranstaltung bereits erste Arbeitsergebnisse, welche in das weitere Projekt mit einfließen	KS (zusammengetragen)
2008	Kooperationsvertrag BGF zwischen der ASH und der TK zum Aufbau der Projekt-Steuergruppe und Beginn des Projekts „alice gesund“ unter Beteiligung des Zagg für zwei Jahre	Berthe Khanat (Doc), Borde, Khanat, Gajewski, Knade
01. Dezember 2008	Auftaktveranstaltung	
2009	Verankerung der „gesundheitsfördernden Hochschule“ im Leitbild der ASH Erste Analysen von Ressourcen und Belastungen durch Befragung der Studierenden, Hochschullehrenden und Mitarbeitenden der Verwaltung als Grundlage zielgerichteter Maßnahmen. Gute Beteiligung der Statusgruppen	Berthe Khayat-
Seit 2009 bis heute	Regelmäßige Sitzungen des Arbeitskreises Gesundheit (partizipativ aufgebaut)	KS (zusammengetragen)
Ende des Sommersemesters 2009	1. Befragung mit dem IMPULS-Test Zielgruppen: <ul style="list-style-type: none"> • HochschullehrerInnen, • Lehrbeauftragte, • Sonstige MitarbeiterInnen sowie • Studentisch Beschäftigte 	Auswertung (quantitativ) ??Vortrag/ Material
2010	Vertiefende Workshops mit Professor_inen, Verwaltungsmitarbeitenden und Studierenden zur Analyse von Gesundheitsbelastungen und –potentialen an der ASH Umsetzung erster Maßnahmen:	Berthe Khayat (Doc)

	Rückencoaching in der Arbeitszeit, Intervision, Interne Prozesse zu Kommunikation, Arbeitsorganisation, u.v.m. Optimierung des Email-Servers, Abstimmung von Adressdatenbanken), Einrichtung eines Ruhe-/ Aufenthaltsraumes für die Studierenden (ehem. 218), Sportgeräteverleih in der Bibliothek, Längere Öffnungszeiten und Aufstockung des Mensa-Angebots, Feste Zeitschienen für Lehrveranstaltungen (c.t.), Verbesserung der Lehr- und Lernbedingungen in den Unterrichtsräumen (leichtere Tische, Technik- und Materialausstattung), Arbeitsplatzprogramm für Mitarbeitende, Leitfaden für Mitarbeitendengespräche und Dienstvereinbarung zu Telearbeit	
2011	Fortbildungen zu Intervision für drei Mitarbeitendengruppen Semesterbegleitendes Kursangebot „Rückenworkout im Bewegungsraum“ sowie „Fitness für Vielsitzer/-innen, Pausenraum für Mitarbeitende, Studierenden Workshop zur Maßnahmenentwicklung, Verknüpfung von Lehre, Forschung und Evaluation sowie Weiterentwicklung von „alice gesund“, Gesundheitsförderung als neuer Schwerpunkt in der ASH Weiterbildung für die Praxis, 1. Sportfest im Park neben der ASH Leichtere Tische für die Räume im Anbau, Screen im Eingangsbereich mit Tages-Raumplanung zur besseren Orientierung, Glasschutz/ Schmutzfang für die Freitreppe	Berthe Khayat (Doc)
2011	Erster Platz „Wettbewerb gute Praxis: Gesunde Hochschule“	Berthe Khayat (Vortrag Leitbild)
2011	Verabschiedung „Vereinbarung über das Gesundheitsmanagement (VB Gesundheit) zwischen der Hochschulleitung (HSL) der ASH Berlin und dem Personalrat der ASH Berlin im Namen aller Interessensvertretungen (verabschiedet 07.06.2011)	
2012	Öffnung des Bewegungsraums zweimal die Woche mit Schwerpunkt Entspannung und Bewegung, Wiederholung Rückenworkout in Semesterferien Feb/ März 2012, Angebot TaiCh/ Chi-Gong im SS12, Initiative „alice läuft“ /Teamstaffel1.mal!!!), Studentische Initiative „alice radelt“, Initiative „alice paddelt“(Drachenbootregatta), Beginn und Auswertung der Mitarbeitendengespräche, Bereitstellung eines Tutoriums für die Betreuung des Bewegungsraums ab 2012, Intervision findet fortwährend statt	Berthe Khayat (Doc)
Oktober 2012	2. Befragung mit dem IMPULS-Test in Zusammenarbeit mit dem ZAGG Zielgruppen: <ul style="list-style-type: none"> • Hochschullehrer/-innen, • sonstige Mitarbeiter/-innen und • studentisch Beschäftigte 	Fragebogen Auswertung (quantitativ) ???Material
31.10.2012	2. Kooperationsvertrag zwischen ASH und TK unterschrieben für 1.5 Jahre	Berthe Khayat (Vortrag zu Leitbild)
Seit 2012	Jährliche Teilnahme mit bis zu 10 Teams beim Teamstaffellauf der Berliner Wasserbetriebe unter dem Motto „alice läuft“	KS (zusammengetragen)

???	Anbau Bewegungsraum Kommentierte Vorlesungsverzeichnisse für mehr Orientierung Erstsemestereinführungen und Mentoring	Khayat, Gajewski, Knade
2013	Auswertung der Wiederholung der Mitarbeitendenbefragung, Wiederholungsbefragung der Studierenden, Intervision, Weiterführung der Mitarbeitendengespräche, Pilateskursangebot, Workshop für mittlere Leitungsebene zur gesundheitsfördernden Arbeitsorganisation und Führung von Mitarbeitenden, BEM Dienstvereinbarung	Berthe Khayat (Doc)
2014	Weiterentwicklung des BEM, Auswertung der Wiederholungsbefragung zu Gesundheitsressourcen und –belastungen der Studierenden und Entwicklung weiterer Maßnahmen, Start mehrerer bewegungs- und entspannungsangebote für Hochschulangehörige	Berthe Khayat (Doc)
2015	Verlängerung des Kooperationsvertrags mit der TK bis März 2015, Ausbau des bewegungs- und Entspannungsprogramms, Beteiligung der ASH an einem Projekt der Studierendengesundheit des Arbeitskreises „gesundheitsfördernde Hochschulen“ in Kooperation mit der TK, Projektleitungswechsel zu Anja Voss, Erarbeitung von gesundheitsgerechten Führungsleitlinien, welche die Gesundheit der ASH-Mitarbeitenden berücksichtigt	Berthe Khayat (Doc)
Januar/ Februar 2016	3. Befragung mit dem Salubris-Fragebogen	Auswertung (quantitativ) ??Material
Frühjahr 2016	Fokusgruppen mit Studierenden	Auswertung (qualitativ) ??Material
2016	Durchführung psychische Gefährdungsanalysen, Fokusgruppe mit Studierenden zum Thema „Über Gesundheit diskutieren-Zur Implementierung von gesundheitsfördernden Strukturen durch partizipative Diskussionsprozesse mit Studierenden“, Zweimaliges Angebot „mentale Strategien“ Workshop für Studierende	Berthe Khayat (Doc)
2017	Vortrag zu „Studierendengesundheit“ beim Kongress „Armut und Gesundheit“ 2017 von Berthe Khayat und Anja Voss Ausbau Bewegungs- und Sportangebot	Berthe Khayat, Anja Voss KS (zusammengetragen)
April 2018	Einrichtung eines Stellenanteils (37,5%) für den Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement	KS (zusammengetragen)
Ab Frühjahr 2019	Erneute Verhandlungen mit Krankenkassen zur Neuauflage des Projekts „alice gesund“	Konzeptpapier Bettina Völter, Nadja Kreutzer

		Verhandlungen Betina Völter, Kerstin Schulze
SoSe2019 und WiSe 2020	Mensa-Befragung im Rahmen eines Studierendenprojekts als Teil eines Praxisseminars von Prof. Theda Borde	KS (zusammgetragen)
Januar/Februar 2020	Wahl und Neubesetzung von Steuerkreisen zu <ul style="list-style-type: none"> - Betriebl. Gesundheitsmanagement - Student. Gesundheitsmanagement 	KS (zusammetragen)
März 2020	Einrichtung einer Stelle mit 100%, davon 75% finanziert durch die TK für den Bereich Gesundheitsmanagement	KS (zusammetragen)
März 2020	Kerngruppentreffen als Auftakt für das Projekt in seiner aktuellen Struktur	MH
Mai 2020	Erste virtuelle Steuerkreis-Sitzung der Steuerkreise SGM und BGM seit dem regelmäßige Treffen	MH
Juli 2020	Bewegungsvideos und ein Video zur ergonomischen Einrichtung vom Arbeitsplatz zu Hause mit Unterstützung der TK	MH
Oktober 2020	Online-Entspannungs- und Bewegungsprogramm	MH
November 2020	Gesundheitswoche in der Blockwoche mit Angeboten für Studierende und Mitarbeitende	MH
Mai 2021	Blockwoche mit Angeboten für MA und Studierende	MH
An Mai	QIO-Antrag mit SEP v.a. Urte Böhm	MH
Juni/Juli 2021	Befragung der Studierenden mit dem Bielefelder Fragebogen zu Studienbedingungen und Wohlbefinden (StudiBiFra)	MH
Juli/ August/ September	AOK-Sprechstunde mit verschiedenen Themen (leider beendet, weil Teilnahme meist unter 10 Personen)	MH
Oktober 2021	Bewilligung des „Start with a PEER“-Projekts in Kooperation mit der SEP mit sechs SHK-Stellen für 6 Monate und Sachmitteln zum Thema Stressbewältigung und Resilienz, erste Treffen zwischen Rektorin-Kanzlerin-Projekt „alice gesund“	MH
November 2021	Intensiv-Workshop mit dem SGM-Steuerkreis zu den Ergebnissen des StudiBiFra und Gründung von Arbeitsgruppen	MH
Gesamt 2022	SGM und BGF Steuerkreissitzungen, Arbeitsgruppentreffen, AGH-Sitzungen, Netzwerktreffen für den StudiBiFra,	MH
Januar 2022	Erste SHK-Stellen im PEER-Projekt werden besetzt, Präsentation der Ergebnisse des StudiBiFra an Hochschulleitung durch Rektorin	MH
Februar 2022	Arbeitsgrundlage für eine DV Sucht erarbeitet, Vorstellen der Ergebnisse im StuPa und weiteren Stellen (u.a. Prüfungsamt, Career Center)	MH
März 2022	Beteiligung an der Hochschulrektorenkonferenz in Potsdam mit einem Tisch beim World Café	MH

April 2022	Beteiligung an den Orientierungstagen (Präsenz) mit dem Start with a PEER Projekt und alice gesund, HoPo-Workshop mit SEP zusammen	MH
Mai 2022	1. Präsenz-Studieninfotag gemeinsam mit der TK, Lehrveranstaltung im Studiengang Soziale Arbeit	MH
Juni 2022	Kennzahlenworkshop mit der TK	MH
September 2022	Führungskräfte-Schulung mit der AOK für Führungskräfte der Kanzlerin zu „Führen aus dem Homeoffice“, Beteiligung am Koordinator_innentreffen B-BB, Verstetigungstreffen mit der TK	MH
Oktober 2022	Bewegungs- und Entspannungsprogramm mit Online und Präsenzangeboten, Intensiv-Workshops (Feldenkrais und ATB)	MH und FN
November 2022	Intervisionsschulung mit der Trainerin Hella Dietz, erstes Mal Angebot „Fruit Day“ mit kurzer Erläuterung zum Obst und einem Rezept	MH