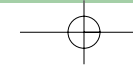
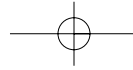


Gesundheitsförderung &  
Arbeitsschutz  
für  
ErzieherInnen in Kindertagesstätten

**Tipps für die Planung und Umsetzung  
in Sachsen**





## Sehr geehrte Leiterinnen und Leiter, Liebe Erzieherinnen und Erzieher,

die Themen Gesundheitsförderung und Sicherheit begleiten Sie wahrscheinlich schon seit Ihrer Ausbildung. Im Arbeitsalltag sind diese Themen mal mehr und mal weniger präsent. Bestimmt haben Sie dabei stets das Wohl der Kinder vor Augen. Wie steht es aber um IHRE Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz? Viele Studien zeigen, dass der Beruf der Erzieherin bzw. des Erziehers neben vielen positiven Arbeitsbedingungen auch mit negativen Belastungen verbunden ist.

Wir möchten Sie mit dieser Broschüre unterstützen,

- Belastungen und Ressourcen in der Kindertagesstätte (Kita) zu erkennen,
- Lösungswege zu erarbeiten, wie die Kita gesundheitsförderlicher gestaltet werden kann und
- Informationen zum Arbeitsschutz und der betrieblichen Gesundheitsförderung zu finden.

Diese Tipps stützen sich auf die Erfahrungen des Projektes "Netzwerk für gesunde Beschäftigte in Kindertagesstätten". Projektträger war die Initiative Neue Qualität der Arbeit des Bundesministeriums für Wirtschaft und Arbeit.

Wir bedanken uns herzlich für das großartige Engagement der Projekt-Teilnehmerinnen aus Torgau, Neiden, Großböhla, Oschatz, Radebeul und Dresden.

Viel Erfolg!



**Attiya Khan, Marleen Thinschmidt, Dr. Reingard Seibt**

Institut und Poliklinik für Arbeits- und Sozialmedizin der Technischen Universität Dresden

## Was bedeutet betriebliche Gesundheitsförderung?

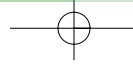
- Das Wohlbefinden und die Gesundheit (als körperliche, seelische und soziale Einheit) der Beschäftigten sollen gestärkt werden.
- Aktivitäten der Gesundheitsförderung helfen Menschen, gesund zu bleiben oder zu werden.
- ArbeitgeberInnen und Beschäftigte setzen sich gemeinsam für die Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz ein.
- Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung sind langfristig angelegt und sollen die Arbeitsbedingungen verbessern oder die Beschäftigten zu gesünderem Verhalten anregen.
- Um Lösungen zu finden, muss erkannt werden, welche Arbeitsbedingungen stören (siehe Belastungen) und welche Freude bereiten (siehe Ressourcen).

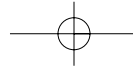
## Was bedeutet Arbeitsschutz?

- Ziel ist die Vermeidung von Risiken und Erkrankungen, die durch die Arbeit bedingt sind.
- Dazu sind laut Arbeitsschutzgesetz und Arbeitssicherheitsgesetz sowohl ArbeitgeberInnen als auch Beschäftigte verpflichtet. Unterstützt werden sie dabei z. B. durch BetriebsärztInnen und Sicherheitsfachkräfte.

## Ziele

- Hohe Motivation der Beschäftigten und gute Qualität der Arbeit
- Senkung des Krankenstandes
- Stärkung der Gemeinschaft innerhalb des Teams
- Verbesserung der Außenwirkung der Kita





## Belastungen & Lösungsvorschläge

### Lärm

- Schallschluckende Decken nachrüsten
- Ruhezeiten und leise Spiele für Kinder einrichten
- Ankleide- und Essenszeiten entzerren
- Lärmampel zur Sensibilisierung der Kinder aufstellen
- Viel Zeit für Aufenthalt im Freien und Bewegung einplanen
- Lärmpegel durch Fachkräfte für Arbeitssicherheit messen lassen
- Weitere Informationen: siehe Heft "Kunterbunt und Kerngesund" der BGW (Seite 8)

### Konflikte mit Eltern

- Beim Elternabend oder in Aushängen Eltern über Aktivitäten informieren
- Eltern in die Arbeit einbeziehen: regelmäßige Aussprachen, Eltern als Partner ansehen und regelmäßig über Entwicklungsstand des Kindes informieren
- Bei Konflikten professionell reagieren: frühzeitig das Gespräch suchen, Missverständnisse in ruhiger Atmosphäre klären, sich persönlich nicht angegriffen fühlen, wenn Eltern nachfragen

### Nicht-erwachsenengerechte Möbel

- Ergonomische Möbel für Kinder und Beschäftigte bereitstellen: erhöhte Kinder- und ErzieherInnen-Stühle (nicht für Krippen geeignet), zargenfreie Tische
- Weitere Informationen: siehe Heft "Kunterbunt und Kerngesund" der BGW (Seite 8)

### Zeitdruck

- Bei Schichtzuteilung Wünsche der MitarbeiterInnen berücksichtigen
- Ruhepausen zur Erholung einlegen (siehe Arbeitszeitgesetz § 4)
- "Hausgemachten" Stress vermeiden (z. B. zu viele Feste oder hohe Erwartungen)
- Personal einstellen (falls möglich)
- Besprechungen gut strukturieren



## Unfälle und häufige Infektionen

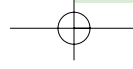
### Allgemeines

- Begehung der Kita durch Fachkräfte für Arbeitssicherheit und BetriebsärztInnen veranlassen
- Allgemeine und spezielle arbeitsmedizinische Vorsorge wahrnehmen
- Schutzimpfungen der Beschäftigten entsprechend der gesetzlichen Vorschrift einhalten
- Jährliche Unterweisungen der Beschäftigten bzgl. Arbeitssicherheit vornehmen

- Für umfassende Bearbeitung der Belastungsfaktoren und Ressourcen Gesundheitszirkel durchführen (von ModeratorIn angeleitete Sitzungen des gesamten Teams, um Belastungen zu erkennen, gemeinsam Lösungsschritte zu entwickeln und umzusetzen)
- An Kursen der Unfallversicherungen und Krankenkassen teilnehmen (z. B. Stressbewältigung, Ernährungsberatung oder rückenfreundliche Ausgleichsgymnastik)
- In Zusammenarbeit mit dem Träger und dem/r Kita-Fachberater/in nach teambezogenen Fortbildungen zu erkanntem Problem fragen
- Bei Berufsgenossenschaften eine/n Sicherheitsbeauftragte/n für die Kita ausbilden lassen

### Ressourcen (gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen und Unterstützung)

- Zusammenhalt im Team
- Kommunikation mit KollegInnen
- Kontakt mit Kindern
- Selbständige Planung von Aktivitäten
- Verantwortung
- Überzeugendes und umsetzbares Konzept
- Kooperationsmöglichkeiten mit Eltern, Trägern und regionalen Betrieben
- Besuch von Weiterbildungsveranstaltungen



6

## Wie beginnen Sie mit Gesundheitsförderung und Arbeitsschutz in der Kita?

Sind diese Themen überhaupt für Ihre Kita relevant?

- Klagen Beschäftigte über gesundheitliche Beschwerden (z. B. Rückenschmerzen)?
- Gehen MitarbeiterInnen schon bei Kleinigkeiten "an die Decke"?
- Sind die Fehlzeiten aufgrund von Erkrankungen gestiegen?
- Passieren häufig Unfälle in der Kita?
- Ist es oft sehr laut in den Räumen?
- Machen die ErzieherInnen nur noch "Dienst nach Vorschrift"?
- Können immer weniger konstruktive Gespräche mit Eltern geführt werden?
- Kommt es häufig zu Missverständnissen zwischen MitarbeiterInnen und dem/r Leiter/in?

Planen Sie die ersten Schritte

- Fragen Sie bei Besprechungen, ob Ihre KollegInnen die Situation ähnlich wahrnehmen.
- Schlagen Sie vor, dass Sie etwas dagegen unternehmen.
- Nehmen Sie sich etwas Zeit, um in Ruhe mögliche Ursachen des Problems zu erkennen.
- Wenn das Problem leicht lösbar ist, planen Sie gemeinsam, was Sie erreichen möchten und legen Sie dafür Verantwortliche fest.
- Wenn Sie merken, dass das Problem kompliziert ist und Ihre Kapazitäten übersteigt, dann holen Sie sich Hilfe (Adressen siehe Seiten 7 und 9)

**Bedenken Sie**, dass meist nicht ein einzelner Faktor (wie z. B. Lärm) die Arbeit erschwert, sondern ein gehäuftes Zusammentreffen vieler Belastungen. Wenn beispielsweise zu wenig Personal da ist, erscheinen Konflikte mit Eltern oder der Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern viel schwerwiegender als an Tagen mit ausreichendem Personal.

Wichtig ist, dass nicht nur Belastungen vermindert, sondern gerade die Arbeitsbedingungen gestärkt werden, die Freude bereiten. Beispiel: Die tägliche Arbeit in der Kita muss nicht unbedingt mehr Spaß machen, wenn es leiser ist. Aber ein guter "Teamgeist" sorgt oft dafür, dass die Beschäftigten motivierter zur Arbeit gehen.

**Beachten Sie bitte, dass Veränderungen in der Kita Zeit brauchen und sich alte Gewohnheiten schnell wieder einschleifen. Gesundheitsförderung und Arbeitsschutz sind also dauerhafte Themen.**

7

## Adressen

beim Träger erfragen

beim Träger erfragen

**Unfallkasse Sachsen  
Rosa-Luxemburg-Str. 17 a  
01662 Meißen**

Tel.: 03521/724-0  
Fax: 03521/724-333

E-Mail:  
poststelle@unfallkassesachsen.com

beim Träger erfragen

## Wer kann Partner für Gesundheitsförderung und Arbeitsschutz sein?

Fachkraft für Arbeitssicherheit und betriebsärztlicher Dienst des Trägers

- Zuständig für die arbeitsmedizinische Vorsorge und Gefährdungsbeurteilungen

Personalrat oder Betriebsrat

- Kann beim Kontakt mit dem Träger unterstützen und sollte in die Maßnahmenplanung einbezogen werden

Unfallkasse Sachsen

- Gesetzliche Unfallversicherung u. a. für Beschäftigte im öffentlichen Dienst, Kinder während des Besuchs von Kindertageseinrichtungen und Schulen
- Berät und überwacht die versicherten Unternehmen in allen Fragen der Prävention von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren
- Sorgt nach Arbeitsunfällen für Rehabilitation und Entschädigung

Informationen

- Im Internet unter [www.unfallkassesachsen.com](http://www.unfallkassesachsen.com)
- Jährliche Versandaktionen direkt an alle Kitas mit neu erschienen Druckschriften; Seminarangeboten, Vorschulbriefen, Jahreskalendern

Fachberaterin für Kindertagesstätten

- Vertrauliche und trägerneutrale Beratung und Vermittlung bei Problemen
- Beratung und Information zu Gesetzen
- Fachliche und organisatorische Hilfe

### Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege

#### Informationen

- Unfallversicherer für Beschäftigte von freien Trägern Unterstützung bei der Prävention von arbeitsbedingten Erkrankungen und Unfällen
- Beratung von Einrichtungen und Betrieben in Fragen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes
- Umfangreiches Seminarangebot u. a. für Sicherheitsbeauftragte in Kindertagesstätten
- Broschüre: "Kunterbunt und kerngesund" - Gesundheitsschutz für große und kleine Leute (Informationen zu Lärmreduktion und erwachsengerechtem Sitzen)
- Verzeichnis der Schriften für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit (M 069)

#### Ansprechpartner in Sachsen

für die Prävention

**BGW Bezirksstelle  
Gret-Palucca-Straße 1a  
01069 Dresden**

Tel.: 0351-8647-0

für Schulungen/Seminare

**BGW Akademie Dresden  
Königsbrücker Landstraße 4b  
01109 Dresden**

Tel.: 0351-457-2800

### Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V.

- Informationen und Unterstützung zur Gesundheitsförderung der Kinder

#### Bestellung von Broschüren

**BGW Hauptverwaltung  
Präventionsdienste/Versand  
Pappelallee 35/37  
22089 Hamburg**

Telefon 040-20207-962  
www.bgw-online.de

### Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. Helgolandstraße 19 01097 Dresden

Telefon: 0351/ 563 55 23  
Telefax: 0351/ 563 55 24  
E-mail: post@slfg.de  
Internet: www.slfg.de



### Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft

*Ansprechpartnerinnen der GEW-Sachsen für Erzieher/innen*

Abteilungen für betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention der Krankenkassen

- Beratung zu Arbeits-, Tarif- und Sozialrechtsfragen (nur für GEW-Mitglieder)
- Beratung und Schulung von Personal- und Betriebsräten
- Regionale ErzieherInnen-Tage
- Angebot von Info-Materialien

*Region Chemnitz*

**Karin Matz  
Jägerstr. 5-7  
09111 Chemnitz**

Tel.: 0371 / 40 22 511

*Region Dresden*

**Wera Lindner  
Cottaer Str. 4  
01159 Dresden**

Tel.: 0351 / 43 85 910

- Angebot von Kursen zur Rückenschule, Stressbewältigung und Ernährungsberatung

### Weitere Informationen

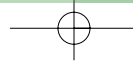
- Broschüre: "Sicherheit im Waldkindergarten" - Empfehlungen für die Sicherheit von Kindern und Kindergartenpersonal im Waldkindergarten  
Herausgeber: Nordelbisches Kirchenamt Kiel, Dezernat für Bauwesen, Arbeitssicherheitstechnischer Dienst, Dipl.-Ing. Roland Schulz, rschulz@nordelbien.de
- Manual für "Gesundheitszirkel in Kindertagesstätten" (im Druck) Info bei A. Khan (s. Impressum)

*Region Leipzig*

**Christine Birkner  
Nonnenstraße 58  
04229 Leipzig**

Tel.: 0341 / 49 47 470

Kontakt bei eigener Krankenversicherung erfragen



10

Eigene Notizen:

11

## Impressum

A. Khan, M. Thinschmidt, Dr. R. Seibt

Technische Universität Dresden  
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus  
Institut und Poliklinik für Arbeits- und Sozialmedizin  
Fetscherstraße 74  
01307 Dresden

khan@imib.med.tu-dresden.de  
Tel. 0351 3177-433

Marleen.Thinschmidt@mailbox.tu-dresden.de  
Tel. 0351 4582-984

seibt@imib.med.tu-dresden.de  
Tel. 0351 3177-452

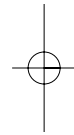
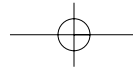
März 2005  
ISBN 3-86005-463-5

### Gestaltung:

Malika Wichtendahl  
Martin-Luther-Platz 3, 01099 Dresden  
malika.zacek@nexgo.de, Tel. 0351 8023287

### Druck:

Union Druckerei Dresden GmbH



*in Kooperation mit:*



**Unfallkasse  
Sachsen**



**bGw**  
Berufsgenossenschaft  
für Gesundheitsdienst  
und Wohlfahrtspflege

► Initiative Neue Qualität der Arbeit  
**inoa.de**

