

# Servicestelle Gesunder Winterberg



Klinikum Saarbrücken  
DER WINTERBERG



# Servicestelle Gesunder Winterberg

## Was ist das eigentlich?

Unter Servicestelle „Gesunder Winterberg“ versteht man die Gestaltung von Struktur und Prozessen eines Unternehmens zum Zweck der Schaffung eines gesundheitsförderlichen Arbeitsumfelds.

Unser Ziel ist es, auf die Bedürfnisse und die individuelle Lebenssituation jedes Mitarbeiters und jeder Mitarbeiterin einzugehen: durch flexible Arbeitszeitoptionen und eine breite Palette an Angeboten zur Unterstützung. Dazu haben wir uns in den letzten Jahren eine Menge einfallen lassen, ganz nach unserem Leitsatz: Wir gestalten unsere Zukunft innovativ und kreativ!

## Was bedeutet das für unser Klinikum?

Unser gemeinsames Anliegen ist die Gesundheit unserer Patienten. Aber dennoch dürfen wir unsere eigene Gesundheit und Leistungsfähigkeit nicht aus dem Auge verlieren, denn eine optimale Patientenversorgung funktioniert nur mit einer fitten und motivierten Belegschaft. Wir wissen, dass es sowohl für die Beschäftigten als auch für den Arbeitgeber sinnvoll ist, sich vorausschauend um die Erhaltung und Förderung der Gesundheit zu kümmern.



Wir übernehmen auch hier Verantwortung und schaffen durch das Zusammenspiel von organisatorischen Maßnahmen, Strukturen und Einzelangeboten die Bedingungen für gesundheitsförderliche Arbeitsplätze.

Die Servicestelle „Gesunder Winterberg“ ist viel mehr als nur hier und da ein Bewegungsangebot – es soll helfen, mit der Arbeitsbelastung besser umzugehen und die persönlichen Ressourcen des Einzelnen stärken.

Nicht jede Maßnahme ist für jeden gleich gut geeignet – prüfen Sie, ob Sie von dem einen oder anderen Angebot profitieren können, und fragen Sie nach, wenn Sie etwas vermissen. Egal, welche Tätigkeit Sie ausüben – Ihr Job ist nicht immer leicht, körperlich und seelisch herausfordernd. Wir möchten mit unserer Servicestelle „Gesunder Winterberg“ die Basis schaffen, gemeinsam mit gesunden, zufriedenen und motivierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in die Zukunft zu gehen:

*Weil Sie uns wichtig sind!*

# 1.

## Qualifizierung & Beteiligung

Wir sind nur so gut, wie unsere  
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Wenn Sie bei uns starten, lassen wir Sie nicht allein. Und das ist ganz wörtlich zu verstehen! Eine persönliche Ansprechperson und fachliche Begleitung unterstützt Sie in der Zeit der Einarbeitung.

Sie haben Ideen, wie Dinge besser oder Abläufe effizienter laufen könnten? Prima – dann her damit. Ihre konstruktiven Vorschläge sind ausdrücklich erwünscht, denn nur gemeinsam können wir besser werden. Alles zum Thema Ideenmanagement finden Sie im Intranet.

Interessieren Sie sich für Kommunikationstraining oder Konfliktlösungsstrategien, für Rückenstärkung oder den Umgang mit Demenz? Mit vielen fachlichen Fortbildungen sorgen wir für eine gute Qualifizierung unserer Beschäftigten. Darüber hinaus fördern wir die Fort- und Weiterbildung mit einer Reihe von Kurzzeit-, Tages- und Mehrtagesseminaren.



*Offene Kommunikation ist uns wichtig und macht das Zusammenleben produktiver.*

*Bringen Sie sich und Ihre guten Ideen in den Klinikalltag ein. Wir sind offen – auch für konstruktive Kritik, denn nur im Austausch mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern können wir besser werden.*



## 2. Prävention

### Vorbeugen ist das beste Prinzip

Sind die Arbeitsbedingungen gut, die Beleuchtung ausreichend, die Lärmbelastung niedrig und die Arbeitsumgebung ergonomisch? Um all das zu gewährleisten, überprüfen und optimieren wir regelmäßig die Arbeitsplätze unserer Beschäftigten.

Wir möchten, dass Sie sich rundum wohlfühlen – deshalb stehen wir in regelmäßigem Austausch mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und ihren Wünschen rund um ein gesundes Arbeitsumfeld, in dem sie gerne tätig sind.

Wir wollen, dass Sie gesund, fit und ausgeglichen bleiben. Deshalb bieten wir regelmäßige Seminare und Workshops im Bereich Gesundheitsförderung an wie z.B. eine Rückenschule. Auch wenn Sie sich das Rauchen abgewöhnen wollen, können Sie mit unserer Unterstützung rechnen.

Darüber hinaus bieten wir in Zusammenarbeit mit dem Salvea Saarbrücken Winterberg und der Deutschen Rentenversicherung ein Präventionsprogramm für unsere Beschäftigten an. Sprechen Sie unsere Betriebsärztin an.



*Man ist, was man isst – deshalb ist uns eine gesunde und ausgewogene Ernährung ein besonderes Anliegen. Die Aktion «gesundes Essen» stellt vitaminreiche Kost in den Mittelpunkt, die schmeckt und die nötige Power gibt für die Herausforderungen des Kliniktages.*

*Sie haben individuelle Fragen zu Allergien, Unverträglichkeiten, Übergewicht – unsere Ernährungsberaterinnen stehen zur Verfügung!*



### 3.

## Personalmanagement

### Ihre Wünsche sind uns ein großes Anliegen

Nicht nur Eltern von kleinen Kindern wissen Unterstützungsangebote bei der Vereinbarkeit von Joballtag und Familienleben zu schätzen – auch wenn Sie Angehörige pflegen, ein berufsbegleitendes Studium aufnehmen oder einfach nur mehr Zeit für sich selbst brauchen, unterstützen wir Sie mit Wahlarbeitszeit und flexiblen Arbeitszeitmodellen.

Allen Beschäftigten, die nach einem krankheitsbedingtem Ausfall zurück in den Job kommen, bieten wir ein Betriebliches Eingliederungsmanagement, damit sie am Arbeitsplatz wieder richtig Fuß fassen – und das im ganz eigenen Tempo.



*In jeder Lebensphase kann es vielfältige Gründe geben, weshalb Vollzeitkräfte kurz- oder langfristig ihre Arbeitszeit reduzieren möchten: Sie können ohne Angabe von Gründen die tarifliche Arbeitszeit auf 80 Prozent verringern.*

*Die Arbeitszeit kann befristet oder auch auf unbestimmte Dauer reduziert und bei Bedarf wieder aufgestockt werden – ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.*

Für flexible Unterstützung unserer Pflegekräfte im Klinikalltag sorgt ein Springer-Pool von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die genau da eingesetzt werden können, wo sie tagesaktuell gebraucht werden. Das entlastet in Situationen, in denen es eng wird, weil eine Kollegin oder ein Kollege krank oder einfach gerade viel los ist.

## 4.

# Bewegung & Entspannung

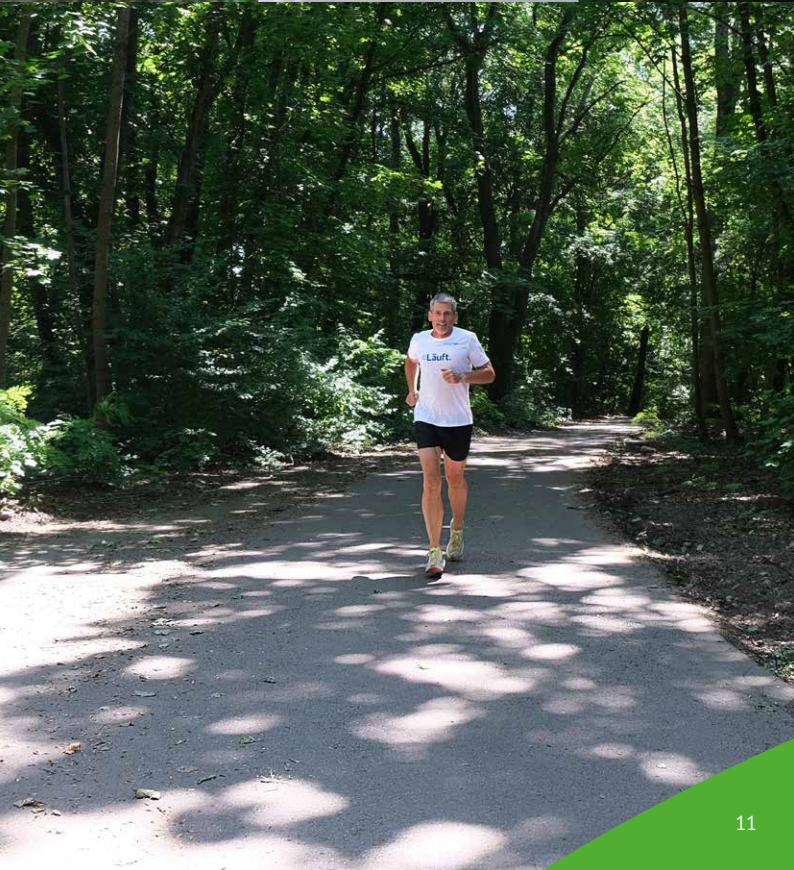
## Bleiben Sie gesund, ausgeglichen und leistungsfähig

Damit sich unsere Beschäftigten bei ihrer Arbeit im Klinikum wohlfühlen, damit sie auch langfristig gesund und fit bleiben, ist uns eine Sport- und Gesundheitsförderung wichtig. Denn nur wenn Arbeiten und Leben in einer guten Balance stehen, haben sie Freude am Job und bleiben motiviert und leistungsfähig.

Regelmäßig beteiligen sich Beschäftigte des Klinikums aus allen Bereichen an Firmenläufen oder anderen Lauf-events. Das hält fit und ist zudem eine entspannte und gesellige Form, nette Mitarbeitende zu treffen.

Auch gemeinsame Aktionen und Betriebsausflüge fördern ein kommunikatives Miteinander, machen Spaß und sind gute Gelegenheiten, Kollegen mal von einer ganz anderen Seite kennenzulernen.

*Rund um das Klinikum Saarbrücken stehen Sitzmöglichkeiten und Entspannungsbänke zur Verfügung, die zu einer Auszeit im Grünen einladen.*



## 5. Gleichstellung

### Bei uns gelten gleiche Rechte – für alle

Ein faires und vertrauensvolles Zusammenarbeiten all unserer Beschäftigten ist für uns die Basis für ein gutes Arbeitsklima. Deshalb gilt auch Gleichberechtigung für alle – unabhängig von Geschlecht, Alter, Religion oder Herkunft. Wann immer Sie sich im Klinikalltag diskriminiert oder benachteiligt fühlen, können Sie sich an eine Vertrauensperson wenden, die Situationen klärt und für die Wiederherstellung eines guten Miteinanders sorgt. Auch der Betriebsrat ist in solchen Fällen Ansprechpartner.

Um alle Belange zum Thema Gendergerechtigkeit im Klinikum kümmert sich eine Frauenbeauftragte, für unsere Azubis gibt es eine Jugend- und Auszubildendenvertretung.

Unsere schwerbehinderten oder gleichgestellten Beschäftigten genießen besonderen Schutz. Die Vertrauensperson für Menschen mit Behinderung berät, wenn es um Wiedereingliederung, Beschäftigung oder Hilfsmittel am Arbeitsplatz geht.

*Ein Team, ein Ziel: die Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten! Im Klinikum Saarbrücken wird dieser gute Teamgeist gelebt. Eine gute Kommunikation und ein offenes Miteinander aller Beschäftigten sind uns wichtig.*

*Und wenn wir alle sagen, meinen wir auch alle!*

## 6.

# Unterstützung

## Wir sind für Sie da

Wenn Sie gerade nicht weiterkommen, das Gefühl haben, beruflich oder privat festzustecken, sich ausgebrannt fühlen oder kürzer treten möchten, können Sie unsere Angebote zu Coaching oder Supervision nutzen. Klären Sie in Ruhe und mit professioneller Hilfe Ihre Situation und starten Sie neu.

Ausgebildete Suchtberater informieren und unterstützen Sie bei den Themen Suchtprävention und -gefährdung.

Über unser Mitarbeiter-Unterstützungs-Telefon MUT finden Sie unabhängige Berater mit dem Blick von außen, die in Krisensituationen – beruflich oder privat – rund um die Uhr professionell weiterhelfen, auf Wunsch anonym und für Sie kostenfrei.

Regelmäßige Seminare und Workshops zu Themen wie „Fit im Beruf“ oder „Stressbewältigung“ geben hilfreiche Impulse für eine ausgeglichene Work-Life-Balance.

*Nicht immer läuft alles rund im Klinikalltag – deshalb bieten wir auch in Krisensituationen, bei Stress und Ärger oder auch bei ganz persönlichen Problemen vielfältige Unterstützung, Information und Orientierungshilfe an.*



## 7.

### **Extra(s) für Sie**

Weitere Ideen, damit Sie sich wohlfühlen ...

Als Teammitglied unseres Klinikums genießen Sie eine Vielzahl von Vergünstigungen – wie zum Beispiel ein Jobticket, kostenfreie Parkplätze im Parkhaus, vergünstigte Medikamente aus der Klinikapotheke und Mitarbeiterprozentente bei verschiedenen Unternehmen.

Haben Sie ein E-Bike? Dann nutzen Sie doch den Fahrrad-Abstellraum mit kostenfreier Lademöglichkeit. Es gibt zusätzlich die Möglichkeit, über eine Entgeltumwandlung ein Fahrrad bzw. ein E-Bike zu leasen. Sie sparen Geld



*Wir haben eine Menge Ideen in ganz verschiedenen Bereichen gesammelt, wie wir unsere Beschäftigten unterstützen können: mit besonderen Serviceleistungen oder finanziellen Vergünstigungen – auch das gehört zu unserem Selbstverständnis von einem guten Miteinander.*

und tun zusätzlich etwas für Ihre eigene Gesundheit. Wohnen und Arbeiten im Einklang – wer hier arbeitet, kann auf dem Gelände des Klinikums kostengünstig wohnen, mit kurzen Wegen, stadtnah und doch umgeben vom Grün des Winterbergs.

Und in unserer Kantine und im Bistro bekommen Beschäftigte vergünstigtes Essen – abwechslungsreich und gesund.