

Projekt: Bewegungsmultiplikatoren

Auswärtiges Amt und Unfallversicherung Bund und Bahn



Hintergrund

Das Auswärtige Amt bildet seit mehr als drei Jahren in einem Direktunterricht Bewegungsmultiplikatoren am Standort Berlin aus. Bewegungsmultiplikatoren sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die effektive und am Büroarbeitsplatz durchzuführende Bewegungsübungen erlernen. Zudem motivieren sie Kolleginnen und Kollegen zu mehr Bewegung am Arbeitsplatz und vermitteln die erlernten Übungen. Dabei zeigt eine erste Evaluation positive Ergebnisse. Das Auswärtige Amt hatte die Intention, auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an den weltweiten Standorten diese Möglichkeit der Bewegungsmultiplikatoren Ausbildung zu bieten. Eine Präsenzausbildung an den weltweiten Standorten wäre mit sehr hohem Aufwand verbunden. Daher hat das Auswärtige Amt ein anwenderfreundliches und computergestütztes Selbstlernprogramm zur Schulung von Bewegungsmultiplikatoren erprobt, entwickelt und erstellt. Bei diesem Prozess unterstützt die UVB das Auswärtige Amt.

Ziele und Nutzen

Das Auswärtige Amt verfolgt das Ziel, ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu mehr und gemeinsamer Bewegung zu motivieren. Weiter stellt das Bewegungsmultiplikatorenprogramm ein Stressbewältigungselement dar und soll die Kommunikation unter den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern verbessern. Die UVB nutzte das Projekt, um ein Tool der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu entwickeln, das alle Mitgliedsbetriebe nutzen können. Das Produkt spricht Beschäftigte an Büro- und Bildschirmarbeitsplätzen an, die sich zum Bewegungsmultiplikator ausbilden lassen möchten.

Umsetzung

Die Planung, Konzeption und Erstellung des Produkts ist abgeschlossen. Die Unfallversicherung Bund und Bahn bietet Ihren Mitgliedsbetrieben das Programm zum Download über Ihre Internetseite an.

Ansprechpartner

Unfallversicherung Bund und
Bahn
Name: Hauke Dierks
Adresse: Weserstraße 47
26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 407-1421
Fax: 04421 407-1449
Mail: hauke.dierks@uv-bund-bahn.de

Auswärtiges Amt
Name: Dr. Gregor Wittke
Adresse: Werderscher Markt 1
10117 Berlin
Tel.: 030 1817-4936
Fax: 030 1817-54936
Mail: 106-9-2@auswaertiges-amt.de