

# Stadt Heidelberg

Drucksache:  
**0120/2013/IV**

Datum:  
24.06.2013

Federführung:  
Dezernat I, Personal und Organisationsamt

Beteiligung:

Betreff:

**AVITA - Aktiv und vital ins Alter  
(Programm zur Erhaltung und Förderung der  
Leistungsfähigkeit, der Lebensqualität und Motivation  
älterer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter)**

## Informationsvorlage

### Beschlusslauf

Die Beratungsergebnisse der einzelnen Gre-  
mien beginnen ab der Seite 2.2 ff.  
Letzte Aktualisierung: 15. Juli 2013

Beratungsfolge:

Gremium:	Sitzungstermin:	Behandlung:	Kenntnis genommen:	Handzeichen:
Haupt- und Finanzaus- schuss	10.07.2013	Ö	( ) ja ( ) nein ( ) ohne	

**Zusammenfassung der Information:**

*Zur Informationsvorlage im Haupt- und Finanzausschuss.*

## **Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses vom 10.07.2013**

**Ergebnis:** Kenntnis genommen

## **Begründung:**

### **AVITA – Aktiv und vital ins Alter**

Im Jahr 2013 bietet die Stadt Heidelberg in Zusammenarbeit mit dem Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg ein Programm zur Erhaltung und Förderung der beruflichen Leistungsfähigkeit, der Lebensqualität und Motivation für ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an. Das Angebot trägt den Namen AVITA- Aktiv und vital ins Alter und wird federführend durch das Sachgebiet Aus- und Fortbildung des Personal- und Organisationsamtes koordiniert. Im Bereich „Körperliche Fitness“ wird das Personal- und Organisationsamt fachlich sowie organisatorisch durch das Amt für Sport und Gesundheitsförderung unterstützt.

Zielgruppe von AVITA sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadt Heidelberg ab 45 Jahren. Die Teilnahme kann 200 Personen ermöglicht werden.

Die Inhalte von AVITA basieren auf einer Studie des Instituts für Gerontologie mit dem Titel „ELMA – Qualifizierungsmaßnahme zur Erhaltung der beruflichen Leistungsfähigkeit und Motivation älterer Arbeitnehmer/innen“, die bei der Robert-Bosch GmbH in Stuttgart mit Unterstützung durch die Robert-Bosch-Stiftung durchgeführt wurde.

Gemeinsam mit weiteren Auftraggebern wurde die Studie vom Institut für Gerontologie zu einem Fortbildungskonzept „Heidelberger Modell für Demografie- und Gesundheitsmanagement“ weiterentwickelt, welches nun bei der Stadt Heidelberg als erste Kommune in Deutschland auch auf den öffentlichen Verwaltungssektor übertragen wird.

AVITA fügt sich hervorragend in das bisherige Maßnahmenpaket der Gesundheitsförderung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung Heidelberg ein und kommt sogleich der Verpflichtung zur entsprechenden Qualifizierung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bereich Gesundheit sowie der Fürsorgepflicht der Stadt Heidelberg als Arbeitgeberin nach.

Im Frühjahr 2013 wurden alle aktiven Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ab 45 Jahren (ca. 1500 Personen) über die interne Mitarbeiterzeitung HEINZ, in Personalversammlungen sowie in persönlichen Briefen über das Angebot AVITA informiert. Auf den beiliegenden Informationsflyer wird verwiesen.

Im Mai 2013 fanden zahlreiche Informationsveranstaltungen mit über 300 Interessentinnen und Interessenten statt. Das Angebot für die Teilnahme an AVITA stieß bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern auf sehr positive Resonanz, insgesamt haben sich 293 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für das Angebot angemeldet. Derzeit findet eine Auswahl der 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer statt.

### **Inhalte**

AVITA sieht ein gesundheitsbezogenes, wissenschaftlich fundiertes sowie praxiserprobtes Fortbildungsangebot in den Bereichen „Geistige Fitness“, „Gesundheitswissen“ und „Körperliche Fitness“ mit voran-, zwischen- und nachgeschalteten Beratungen vor.

Der Bereich „Geistige Fitness“ beinhaltet Themenfelder wie die generelle Leistungsfähigkeit in der zweiten Lebenshälfte, Aufmerksamkeit & Konzentration sowie Gedächtnistraining. Außerdem soll ein Augenmerk auf das Erkennen und Verbessern der eigenen Stärken gelegt werden.

Informationen u.a. zu den Themen Gesunde Ernährung, effektive Gesundheitsprävention, Risikofaktoren und Krankheitsbilder im Alter, aber auch zu Stress und dessen Bewältigung erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Bereich „Gesundheitswissen“.

Die „Körperliche Fitness“ wird mit unterschiedlichsten Übungen zu Ausdauer & Kraft, Beweglichkeit, Entspannung und Koordination trainiert.

### **Aufbau des Programms**

AVITA startet für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit persönlichen Eingangsberatungen, durchgeführt von ausgebildeten Trainerinnen und Trainern (1:1-Situation) zu je 45 Minuten in den o.g. drei Bereichen, um den Ausgangsstand und die Erwartungen zu besprechen und persönliche Ziele anzuvisieren.

Darauf folgen jeweils 4 Gruppentrainings zu je 90 Minuten in den Bereichen „Geistige Fitness“, „Gesundheitswissen“ und „Körperliche Fitness“ in den oben genannten Themenfeldern. Diese Trainings finden mit Gruppengrößen von ca. 15 Personen statt. Insgesamt werden bei 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmern 14 Trainingszüge parallel bzw. zeitlich versetzt durchgeführt.

In allen Trainingsbereichen werden die unterschiedlichen Leistungsstände und Leistungsmöglichkeiten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer berücksichtigt.

Direkt im Anschluss an das Trainingspaket finden persönliche Zwischenberatungen statt, um die Ergebnisse der Trainings auszuwerten und zu besprechen. An die Trainingsphase mit Eingangs- und Zwischenberatung, die sich über ca. 8 Wochen streckt, knüpft die sog. Umsetzungsphase an, in der es gilt das Erlernte individuell umzusetzen und die persönlichen Ziele weiter zu verfolgen. Nach ca. 3-4 Monaten werden abschließend in jedem Bereich Abschlussberatungen durchgeführt, um Erkenntnisse und mögliche langfristige Auswirkungen von AVITA auf die Teilnehmerinnen und Teilnehmer festzustellen, auszuwerten und zu besprechen.

Die Eingangs-, Zwischen- und Abschlussberatungen sowie die Gruppentrainings werden durch ausgewiesenes Fachpersonal in den Bereichen Sport- und Gesundheitswissenschaft, Psychologie und Gerontologie durchgeführt, denn nur auf Basis einer ausgewiesenen Expertise im Bereich Gerontologie können Strategien hinsichtlich der Gestaltbarkeit des Alternsprozesses verlässlich trainiert werden.

### **Zeitlicher Rahmen / Arbeitszeitregelung**

Der beschriebene Beratungs- und Trainingsumfang beträgt pro Teilnehmerin und Teilnehmer insgesamt 24,75 Stunden. Auf jeden Bereich entfallen jeweils 8,25 Stunden. Hiervon 2,25 Stunden auf Eingangs-, Zwischen- und Abschlussberatung sowie 6 Stunden auf die Gruppentrainings.

Von den insgesamt rund 25 Stunden je Teilnehmenden werden 2/3 als Arbeitszeit angerechnet. Lediglich ein Drittel muss von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als Eigenbeitrag eingebracht werden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadt Heidelberg sollen bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen Älterwerden und den damit verbundenen aktiven Möglichkeiten zum optimalen Altern unterstützt werden. Der Eigenbeitrag ist angemessen und dient zur langfristigen Umsetzung der Effekte im privaten Rahmen.

Beginnen wird die Trainingsphase mit den ersten Eingangsberatungen am 09. September 2013. Versetzte Starts der 14 Gruppen von September bis Oktober sind vorgesehen. Die letzte Trainingsphase mit Zwischenberatungen wird Mitte Dezember 2013 abgeschlossen sein. Die Abschlussberatungen finden im Zeitraum Februar bis April 2014 statt.

### **Datenschutz/Vertraulichkeit**

Das Thema Datenschutz/Vertraulichkeit hat bei AVITA einen sehr hohen Stellenwert. Während des gesamten Projekts werden der Arbeitgeberin Stadt Heidelberg keine personenbezogenen Daten übermittelt. Alle Informationen über die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dienen den Trainerinnen und Trainern lediglich für die persönlichen Beratungsgespräche, um eine individuelle, fachlich qualifizierte Beratung zu gewährleisten. Die Daten werden nach Abschluss des Programms verschlüsselt und anonymisiert. Die Erkenntnisse aus AVITA dienen dem Institut für Gerontologie zur Erstellung eines Abschlussberichts mit konkreten künftigen Handlungs- und Umsetzungsempfehlungen für die Stadt Heidelberg.

### **Kosten**

Die derzeit veranschlagten Kosten umfassen 78.000 € für das Dienstleistungsangebot des Instituts für Gerontologie der Universität Heidelberg. Hinzu kommen Honorare für das Trainingsangebot im Bereich „Körperliche Fitness“ von ca. 20.000 €.

Die Finanzierung erfolgt über das Sachmittelbudget des Personal- und Organisationsamtes aus Jahresüberschüssen.

### **Ziele**

Durch AVITA möchte die Arbeitgeberin Stadt Heidelberg ihren älteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine Möglichkeit zur nachhaltigen Förderung der eigenen Leistungsfähigkeit, Lebensqualität und Motivation bieten. Die Inhalte von AVITA dienen dazu, sich auf das eigene Gesundheitsbewusstsein zu konzentrieren, persönliche Stärken zu erkennen und zu verbessern sowie mit geringem Aufwand unabhängig von Alter oder Tätigkeit das individuelle Wohlbefinden zu steigern.

Neben den zeitnahen persönlichen Effekten für die einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer, können auch positive Auswirkungen auf die Arbeitgeberattraktivität, Mitarbeiterzufriedenheit und Leistungsbereitschaft entstehen. Darüber hinaus können sich nach Aussage des Instituts für Gerontologie auch langfristige Effekte für die Arbeitgeberin Stadt Heidelberg ergeben. Beispielsweise gibt es Grund zur Annahme, dass Beschäftigte, die das Programm absolviert haben, aufgrund des gesundheitsbezogenen Wissensvorsprungs zeitlich länger beschäftigungsfähig bleiben als eine Vergleichsgruppe, die ein solches Programm nicht absolviert hat.

## Prüfung der Nachhaltigkeit der Maßnahme in Bezug auf die Ziele des Stadtentwicklungsplanes / der Lokalen Agenda Heidelberg

### 1. Betroffene Ziele des Stadtentwicklungsplanes

Nummer/n: (Codierung)	+ / - berührt:	Ziel/e:
		<b>Lebenslanges Lernen unterstützen</b> <b>Begründung:</b> Durch das Programm AVITA und dem damit verbundenen Training der geistigen Leistungsfähigkeit (Konzentration/Gedächtnis) wird der Lernprozess bis ins hohe Alter aufgezeigt, unterstützt und gefördert.
DW 3	+	
		<b>Ziel/e:</b> Unterschiedliche Bedürfnisse Älterer differenziert berücksichtigen <b>Begründung:</b> AVITA richtet sich konkret an die Zielgruppe der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ab 45 Jahren und soll sie gezielt in ihren Bedürfnissen zu den Themen Leistungsfähigkeit/Motivation und Gesundheitsbewusstsein fördern.
DW 5	+	
		<b>Ziel/e:</b> Partnerschaft mit der Universität ausbauen <b>Begründung:</b> Das Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg ist Vertragspartner für das Programm AVITA. Die Zusammenarbeit bzw. Partnerschaft mit der Universität wird hierdurch weiter verstärkt.
QU 7	+	

### 2. Kritische Abwägung / Erläuterungen zu Zielkonflikten:

Es liegen keine Zielkonflikte vor.

gezeichnet

Dr. Eckart Würzner

### Anlagen zur Drucksache:

Nummer:	Bezeichnung
A 01	Präsentationsfolien AVITA
A 02	Informationsflyer