



Dezember 2020

Service Ihrer Personalvertretung Berufsschullehrer/innen NÖ



Mag. Belinda Kalab
Vorsitzende

PRÄVENTION - ... der SCHLÜSSEL für unsere GESUNDHEIT



„Die **GESUNDHEIT** der Menschen
ist tatsächlich das **FUNDAMENT**,
auf dem all ihr Glück
und all ihre Kräfte beruhen.“

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

dem Thema „**LEHRERGESUNDHEIT**“ haben wir in den letzten Jahren u.a. auch besondere Bedeutung und Beachtung beigemessen, da die Zahl der schwer erkrankten Kolleginnen und Kollegen rapide zugenommen hat.

Mit der Einführung der **WIEDEREINGLIEDERUNGSTEILZEIT** beispielsweise ist es uns gelungen, einen wertvollen Schritt in jene Richtung setzen zu können, dass wir betroffenen Lehrpersonen die Möglichkeit anbieten können, schrittweise und langsam, nach schwerer Krankheit oder nach einem Unfall, wieder in die Lehrtätigkeit zurückzufinden.

Mit der **Pflegekarenz**, der **Familienhospizfreistellung** und durch Adaptierungen bei der **Pflegefreistellung** haben wir weitere **Antworten auf neue Situationen** gefunden.

Corona – mit all den heftigen Herausforderungen – setzt uns derzeit zusätzlich sehr zu.

Umso erfreulicher ist es nun, dass ich euch vorab über ein ganz besonderes Projekt, einem **PIONIERPROJEKT** der **BVAEB** hinsichtlich **GESUNDHEITSFÖRDERUNG** berichten kann.

Der Ansatz dafür heißt: PRÄVENTION!

Das heißt, dass bereits im Vorfeld alles Erdenkliche unternommen wird, um gesund und fit zu bleiben bzw. mehr Gesundheit zu erlangen.

Die BVAEB stellt nun auch allen NÖ Berufsschullehrerkolleginnen und –kollegen ab voraussichtlich **Herbst 2021** in **Sitzenberg-Reidling** ein attraktives Angebot zur Verfügung:

Nämlich ein neues Haus mit Schwerpunkt „Gesundheit und Gesundheitsförderung“.
Nicht erst reagieren, wenn man krank ist, sondern alles daran setzen, dass man gesund bleibt.

Nachfolgend darf ich euch bereits die ersten Eindrücke zukommen lassen!

Ich plane, sollte es Corona zulassen, im Herbst 2021 eine „private Infoveranstaltung“ im neuen Gesundheitspräventionshaus durchzuführen, damit ihr einen persönlichen Eindruck über all die Möglichkeiten erhalten könnt.

Wie gesagt, dass wir **ALLE GESUND BLEIBEN** bzw. **GESUND WERDEN**, liegt mir sehr am Herzen!

Mit den besten Wünschen für ein persönliches Wohlergehen,
verbringt eine ruhige und besinnliche Adventzeit!
Viele liebe vorweihnachtliche Grüße



Mag. Belinda Kalab
Vorsitzende ZA-BS-NÖ



**Gesundheitseinrichtung
Sitzenberg-Reidling**

www.za-bs-noe.at

Für den Inhalt verantwortlich: ZA-BS-NÖ ♦ Rennbahnstraße 29 – Tor zum Landhaus
♦ 3109 St. Pölten ♦ Telefon 02742/280-5621 ♦
♦ E-Mail post.za-bs@bildung-noe.gv.at

Newsletter des Zentralausschusses der Landeslehrer an Berufsschulen NÖ im Rahmen der im Bundes-Personalvertretungsgesetz festgelegten Aufgabenbereiche.

KOMPETENZCENTER der BVAEB SITZENBERG-REIDLING

Die neue Gesundheitseinrichtung der BVAEB soll im Herbst 2021 eröffnet werden
Gesundheitsförderung und Prävention sind die Schwerpunkte der neuen
Gesundheitseinrichtung in Sitzenberg-Reidling.

Mit der Gesundheitseinrichtung in Sitzenberg-Reidling, im Bezirk Tulln, bietet die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) optimale Rahmenbedingungen, um neue Wege in Richtung mehr Gesundheit zu gehen. „Gesundheitsförderung und Prävention haben für uns einen hohen Stellenwert“ erklärt der Generaldirektor der BVAEB, Dr. Gerhard Vogel. „Mit der Gesundheitseinrichtung leisten wir dazu einen wesentlichen Beitrag.“



Positionierung der neuen Einrichtung:

In Sitzenberg-Reidling geht es **NICHT** um die Behandlung von Krankheiten, auch **gesunde Personen** können hier erfahren, wie sie noch mehr Gesundheit in ihr Leben bringen und somit ihre **Arbeitsfähigkeit und Produktivität erhöhen und gleichzeitig ihre Lebensqualität und Lebenszufriedenheit verbessern.**

Die Herausforderungen im Lehrerberuf sind speziell in den vergangenen Monaten und Jahren sukzessive gestiegen und führen zu einer steten Mehrbelastung.

Nicht zuletzt aus diesem Grund möchte die BVAEB einen Beitrag dazu leisten, die Gesundheit ihrer Versicherten nachhaltig zu stärken. Die Rahmenbedingungen rund um das funktionelle und innovative Raumkonzept in der Gesundheitseinrichtung Sitzenberg-Reidling bieten hierfür die idealen Voraussetzungen. Die 120 modern eingerichteten Einzelzimmer sorgen für Wohlfühlatmosphäre und Entspannung während des Aufenthalts. Ein großzügiger Ausdauer- und Kraftbereich, das 25 Meter-Schwimmbecken sowie der weitläufige Motorikpark im Außenbereich lassen eine Vielzahl bewegungsfördernder Maßnahmen zu.

Komplettiert wird der Maßnahmenbereich, das Herzstück der Gesundheitseinrichtung, durch eine Lehrküche und verschiedenste Gruppenräume. Für die notwendige Erholung stehen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine Sauna, ein Dampfbad und eine Infrarotkabine zur Verfügung. Bei der Planung des Hauses wurde ergänzend zum stationären Komplex ein umfangreicher Seminarbereich berücksichtigt, der die Durchführung verschiedenster Seminare, Workshops und Veranstaltungen rund um die Themen Gesundheitsförderung und Prävention ermöglicht.

Die stationären Gesundheitsförderungsaufenthalte in der Gesundheitseinrichtung Sitzenberg-Reidling sind generell zweigeteilt und gliedern sich in einen **zweiwöchigen Basisaufenthalt** und **eine Folgewoche nach drei Monaten**. Dieser Zeitraum von drei Monaten dient vor allem dazu, das Gelernte und die Inhalte in den Alltag zu transferieren und die erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten zu festigen.

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer soll durch umfangreiche Diagnostik und individuell angepasste Maßnahmen wie Bewegungsförderung, Ernährungsoptimierung, Stressbewältigung, Gesundheitskompetenzsteigerung und Erhöhung des Sozialkapitals, die Grundlage für einen nachhaltig gesunden Lebensstil geschaffen werden – sämtliche Leistungen in der Gesundheitseinrichtung orientieren sich an den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Unabhängig vom Lebensalter steht das Haus allen Versicherten offen, die ihren Fokus auf die eigene Gesundheit und deren Aufrechterhaltung richten möchten.

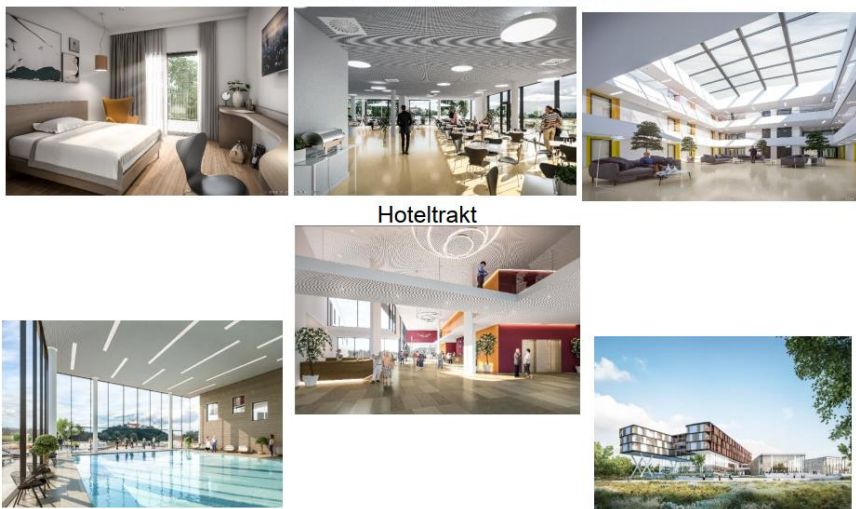
Projektanlage



Infrastruktur

- Turnhalle
- Gymnastikraum
- Ausdauer- und Kraftbereich
- Motorikpark
- Schwimmbad
- Lehrküche
- Seminarräumlichkeiten

Stationärer Bereich



Hoteltrakt

**Bewegungsförderung ♦ Ernährungsoptimierung ♦ Stressbewältigung
Sozialkapitalerhöhung ♦ Gesundheitskompetenzsteigerung**