23.06.2017

# 6. Green Care-Tagung präsentierte Bauernhöfe als Gesundheitsoasen

Neues Produkt „Green Care Auszeithof" soll Betriebliche Gesundheitsförderung erobern

Dass sich Bauernhöfe angesichts einer zunehmend gestressten Gesellschaft als regelrechte Gesundheitsoasen positionieren können, war Thema der 6. Green Care-Jahrestagung, die am 22. Juni 2017 in der HBLFA Schönbrunn in Wien stattfand. Zwei Betriebe stellten dabei ihren persönlichen Zugang zum Thema Gesundheitsförderung und -prävention dar. Weiters wurde der Auszeit-Aspekt beleuchtet und Maßnahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements vorgestellt. Zusätzlich berichtete das Green Care Österreich-Team über den Green Care Auszeithof als neues Produkt sowie bisherige Erfolge und weitere Pläne.

## Qualitätsabsicherung und Forschung entscheidend

Wie KDir. Ing. Robert Fitzthum, Obmann des Vereins Green Care Österreich und Geschäftsführerin Mag.ª (FH) Nicole Prop erläuterten, betragen die Kosten aller psychischen Erkrankungen für die Volkswirtschaft Österreich jährlich EUR 7,16 Mrd., was 3% des BIP (Quelle: Österreichischen Bundesverband für Psychotherapie 2010) entspricht. Knapp ein Drittel der Menschen fühlt sich zumindest etwas burnout-gefährdet und der Großteil der Krankenstände ist mittlerweile auf Stress zurückzuführen. Um derartige Entwicklungen zu bremsen und gleichzeitig als Chance für aktive Land- und Forstbetriebe zu nützen, wurde der Green Care Auszeithof als neues Produkt ins Leben gerufen. „Wir sind überzeugt, dass Bauernhöfe Orte sind, an denen Menschen etwas für ihre Gesundheit erreichen können", so Fitzthum. Prop ergänzte, dass die Sicherstellung der Qualität dabei eine entscheidende Rolle spielt. So ist die Absolvierung des LFI-Zertifikatslehrgangs „Green Care – Gesundheit fördern am Hof" für eine Auszeichnung zum Auszeithof Grundvoraussetzung. Auch lassen sich immer mehr Betriebe Green Care-zertifizieren. Der Gesundheitsnutzen eines Auszeithof-Aufenthalts soll darüber hinaus wissenschaftlich erhoben werden.

Ein Plädoyer für mehr Selbstbestimmung und Eigenverantwortung hielt der Berater, Trainer und Buchautor Carsten Alex aus Berlin, der sich auch als Pionier der Auszeit-Bewegung einen Namen gemacht hat. Er beobachtet seit langem, dass in unserer Gesellschaft Arbeits- und Privatleben immer weniger voneinander abgegrenzt sind und ständige Erreichbarkeit gefordert wird. Er rät allen, sich über die eigenen Stressoren klarzuwerden und gezielte Auszeiten und Rückzugsräume zu schaffen. „Jeder muss sich überlegen: Wie viel Zeit wünsche ich mir? Würde mir z.B. ein freier Vormittag gut tun? Ich rate jedenfalls allen dazu, die Dinge konkret zu machen", so Alex. Zum gezielten Abschalten brauche es außerdem entsprechende Rahmenbedingungen, weshalb er den Green Care Auszeithof als höchst interessant erachtet.

## Betriebliche Gesundheitsvorsorge als Chance

Die Psychologin und Betriebswirtin Mag.ª Alexandra Weilhartner, MA, MA, die bei der ÖSB Consulting GmbH für die Konzeption, Evaluierung und Umsetzung von österreichweiten und regionalen Beratungsprogrammen zuständig ist, gab einen Überblick über betriebliche Gesundheitsmanagement-Maßnahmen für Firmen und Einzelpersonen. Klar wurde dabei, wie vielseitig die Bedürfnisse von Unternehmen und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in diesem Bereich sind und welche möglichen Anknüpfungspunkte für Green Care-Betriebe bestehen. Prop ergänzte, dass es bereits punktuelle Einzelverträge zwischen Bauernhöfen und Sozialträgern gibt. Darüber hinaus führen die Green Care-Verantwortlichen derzeit umfangreiche Gespräche mit den Krankenkassen zur Abklärung der erforderlichen Rahmenbedingungen, um in das akzeptierte Leistungsportfolio aufgenommen zu werden. So soll es gelingen, die Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung auf Bauernhöfen auch von offizieller Stelle unterstützt zu bekommen.

## Pionierbetriebe im Gesundheitsbereich

Über einen Vertrag mit der Wiener Städtischen Versicherung verfügt bereits der Green Care Auszeithof „Peintnerhof“, der im kärntnerischen Lesachtal gelegen ist und von der diplomierten Behindertenpädagogin Andrea Unterguggenberger geführt wird. Gemeinsam mit dem Chirurgen Dr. med. univ. Georg Lexer bietet sie seit einigen Jahren Lebensstil-Seminare und -Wochen an. Da Lexer die „Reparaturmedizin“ auf dem derzeitig hohen Niveau als künftig nicht mehr finanzierbar erachtet, setzt er bei der Gesundheitsprävention an und zeigt auf, wie positiv sich gesunde Ernährung, Bewegung und die Förderung der seelischen Gesundheit auswirken können. Wichtigste Grundlage dieses Auszeithof-Programms ist die Natur vor der Haustüre.

Zum Abschluss der Tagung beleuchtete Bäuerin und Beraterin Mag.ª Reingard Winter-Hager die Entwicklung des niederösterreichischen "Bergbauernhofs Sulzbach" (zertifizierter Green Care-Betrieb) von einem einfachen Milchviehbetrieb zu einem lebendigen Seminarbauernhof. Ihr ist es innerhalb von wenigen Jahren gelungen, Unternehmens- und Persönlichkeitsberatung mit tiergestützter Therapie zu kombinieren und daraus ein erfolgreiches Geschäftsmodell mit dem Namen „soulsteps®“ abzuleiten. Dieses wird von Firmen zum Teambuilding genauso angenommen wie von Einzelpersonen zur Burnout-Prävention. Sie appellierte an interessierte Höfe, mutig zu sein und eigene Wege zu finden, um in diesem Bereich etwas auf die Beine zu stellen.

Alle Unterlagen zur sechsten Green Care-Tagung finden Sie unter www.greencare-oe.at/tagung




v.l.: Dr. med. univ. Georg Lexer und Andrea Unterguggenberger, Peintnerhof
Mag.ª Alexandra Weilhartner, MA, MA, ÖSB Consulting GmbH
Mag.ª (FH) Nicole Prop, Geschäftsführerin Verein Green Care Österreich
Carsten Alex, Berater, Trainer und Buchautor
Mag.ª Reingard Winter-Hager, soulsteps®
KDir. Ing. Robert Fitzthum, Obmann Verein Green Care Österreich





## Links

Green Care-Tagung /green-care-tagung+2500+2440941

Geen Care Auszeithof /6-green-care-tagung-praesentierte-bauernhoefe-als-gesundheitsoasen-green-care-presse+2500+2440189

Bilder-/Videogalerie /bilder-videogalerie+2500++1000088+1041