

### Hintergrund

Die Landes- und Bundespolizei tragen in besonderem Maße gesellschaftliche Verantwortung. Die hohen Anforderungen an die physische und psychische Belastbarkeit der Beschäftigten, ein Anstieg ernährungsmitbedingter Erkrankungen sowie ein deutlich spürbarer demographischer Wandel tragen entscheidend dazu bei, dass die krankheitsbedingten Fehlzeiten in den Behörden einen Stand erreicht haben, der nachdrücklich zu wirksamen Gegenmaßnahmen auffordert.

### Herausforderungen in der Polizei

- Hohe politische & gesellschaftliche Anforderungen
- Arbeitsdruck durch Personalmangel
- Wunsch nach Vereinbarungsfähigkeit von Arbeit & Privatleben und nach flexiblen Arbeitszeitmodellen
- Diversität, Generationenvielfalt (inkl. Zunahme an Generationenkonflikten)
- Integration zahlreicher neuer Beschäftigter (Einstellungsoffensive)
- Krankheitsbedingte Abwesenheitstage

### Gesundheitsrisiken in der Polizei

- Zunehmende Gesundheitsgefährdung durch Fehlernährung
- Teilweise Zivilisationsträgheit sowie geringe Nutzung des Sportangebots
- Risiko einer chronischen Erkrankung mit eingeschränkter Arbeitsfähigkeit nimmt ab mittlerem Alter im Polizeidienst zu
- Psychische Belastungen aufgrund der außergewöhnlich hohen Arbeitsanforderungen

### Fragestellung

Ist das *health.pro.fit Polizei* Konzept geeignet, als Leitsystem für das Behördliche Gesundheitsmanagement (BGM) der Bundes- und Landespolizei die unmittelbare und schrittweise Umsetzung, Weiterentwicklung und Optimierung von Gesundheitsmaßnahmen hin zu einer gesunden Behörde zu ermöglichen?

### Ziele

Ziel von *health.pro.fit Polizei* ist die Förderung der körperlichen, mentalen und sozialen Gesundheit der Beschäftigten der gesamten Polizeibehörden. Im Fokus stehen hierbei:

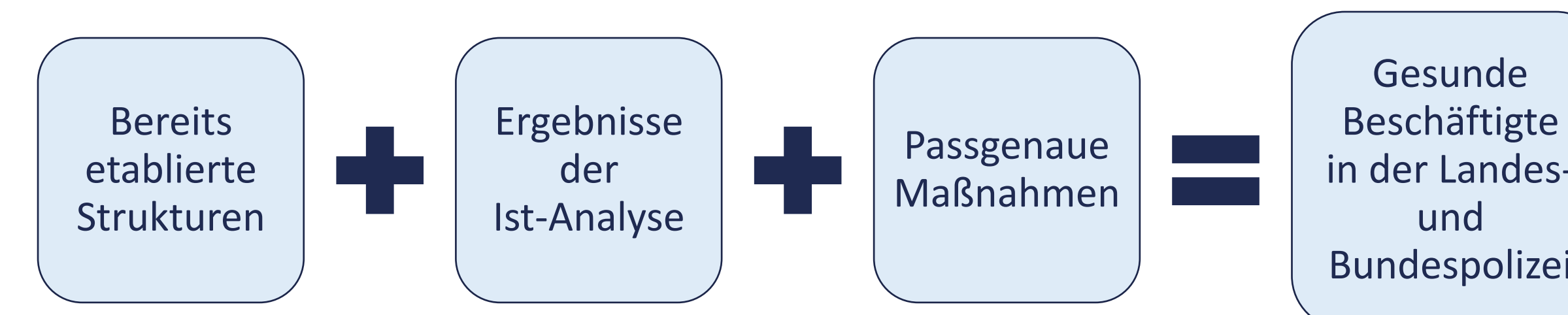
- Steigerung der Ernährungs- und Gesundheitskompetenz sowie Etablierung eines gesundheitsförderlichen Ernährungsverhaltens und Lebensstils zur Steigerung der Resilienz, Leistungsfähigkeit und Agilität der Beschäftigten (Verhaltensprävention)
- Optimierung und Etablierung gesundheitsförderlicher Rahmenbedingungen und Prozesse (Verhältnisprävention)

### Zielgruppen, Zielebenen und Maßnahmenbeispiele

Zielgruppe	Beschäftigte	Gruppen/Teams	Führungskräfte	Behördenleitung
Zielebene	Gesunde Beschäftigte	Gesunde Teams	Gesundheitsorientierte Führung	Gesunde Behördenkultur
Maßnahmenbeispiele	Erstellung von Gesundheitsprofilen Trainings zur Stressregulation	Interaktive Kochkurse Workshops zur Regeneration nach Schichtarbeit	Workshop „Gesund Führen“ Coaching „Achtsam Essen – Achtsam Führen“	Beratung und Strategieentwicklung Modifikation des Verpflegungsbeutels

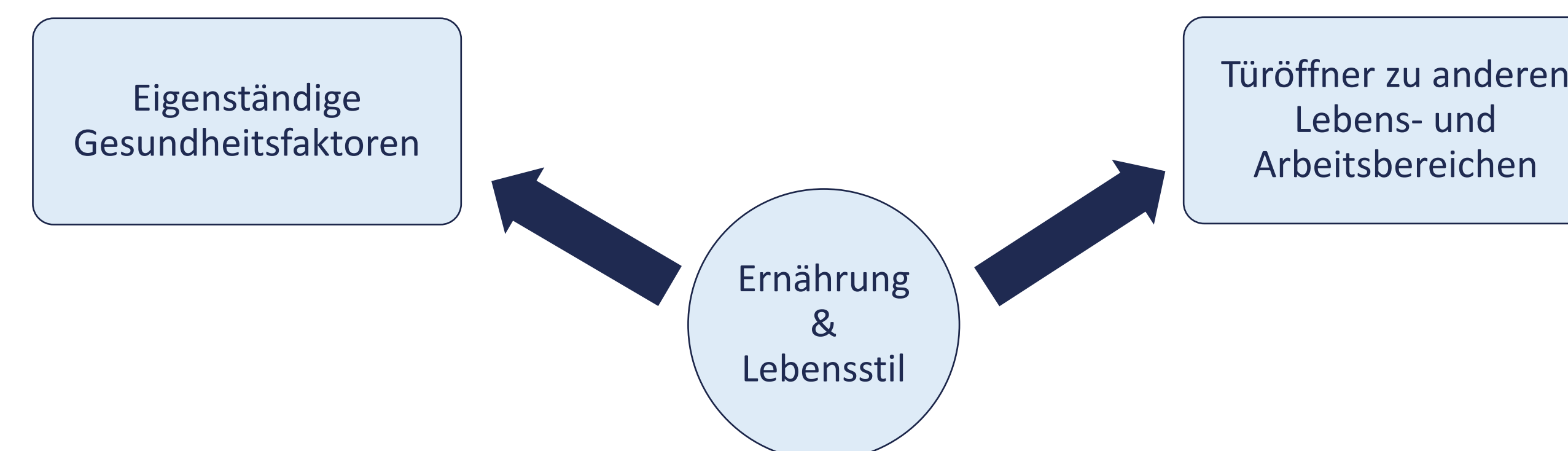
### Ansatz

#### BEHÖRDENSPEZIFISCHE PASSUNG



*health.pro.fit Polizei* setzt an den Schnittstellen innerhalb der Behörde an und arbeitet bei der Entwicklung, Umsetzung und Verstetigung der Maßnahmen mit relevanten Akteur:innen wie Verantwortlichen des BGM, Personalvertretungen und Leitungskräften der Organisationseinheiten zusammen. In allen Prozessschritten werden stets Verhaltens- und Verhältnisprävention zusammen gedacht.

#### ERNÄHRUNG UND LEBENSSTIL ALS GESUNDHEITSAKTOREN UND TÜRÖFFNER



Die Themen „Essen“ und der persönliche Lebensstil eignen sich als Einstieg für niedrigschwellige Interventionen besonders, da jede:r einen individuellen Bezug zu ihnen aufbauen kann. Sie können so Türöffner zu anderen relevanten Lebens- und Arbeitsbereichen sein (z. B. zu Resilienz, Führungsverhalten und Arbeitsbelastung).  
Auch die Themen körperliche und mentale Leistungsfähigkeit spielen in den Polizeibehörden vor dem Hintergrund der besonderen Herausforderungen bei Einsätzen im Arbeitsalltag eine zentrale Rolle.

### Methodik

In den Pilotbehörden werden die folgenden **Prozessschritte** durchlaufen:

- Entwicklung und Erprobung eines systemisch ausgerichteten Analyseinstruments
- Festlegung bedarfsorientierter Maßnahmen
- Durchführung der Maßnahmen zur Verbesserung der Ernährungs- & Gesundheitskompetenz
- Evaluation und Optimierung des *health.pro.fit Polizei* Konzepts
- Entwicklung weiterer Handlungsempfehlungen für die Pilotbehörden
- Erstellung eines Leitfadens zur Übertragung des Modellvorhabens auf andere Polizeibehörden

### Evaluation

Zur Qualitätssicherung des Forschungsprojekts wird geprüft, ob:

- die Projektarchitektur, das Konzept, die Prozesse sowie die Maßnahmen geeignet sind, die Ziele des Forschungsvorhabens zu erreichen.
- die Maßnahmen des Interventionskonzepts so aufeinander abgestimmt sind, dass eine gemeinsame Wirkung auf die Verbesserung der ganzheitlichen Ernährungs- und Gesundheitskompetenz sowie einer Gesunden Organisation erzeugt wird.

Die Evaluation erfolgt auf drei Ebenen:

- Maßnahmenevaluation:**  
Wirksamkeitsüberprüfung und Weiterentwicklung von Maßnahmen
- Prozessevaluation:**  
Effizienz- und Effektivitätsüberprüfung der Prozesse und Reflexion der Prozessgestaltung
- Konzeptevaluation:**  
Plausibilitäts- und Verstehbarkeitsüberprüfung, Anwendbarkeit des Konzepts

Durchgeführt von: