



**Wir machen Gesundheit**

## Plattform Gesundheitswirtschaft

# Gesundheitsmanager des Monats März 2018

Mag. Elisabeth Gimm



© DAVID BOHMANN

Berufliche und persönliche Eckdaten von

Frau Mag. Elisabeth Gimm

Elisabeth Gimm wurde 1969 in Salzburg geboren und lebt seit 1992 in Wien. Nach dem Studium der Handelswissenschaften arbeitete sie in Banken und der Marktforschung. Berufsbegleitend machte sie die Ausbildung zur psychosozialen Gesundheitstrainerin, was den Einstieg in den Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung bedeutete.

2008 gründete sie das Einpersonnenunternehmen "Gimm - gesund beraten" und berät und begleitet seither Unternehmer bei der Umsetzung von Projekten der Betrieblichen Gesundheitsförderung vorwiegend in Wien, Niederösterreich, Burgenland und Oberösterreich. Im Bereich der Trainings liegen die Schwerpunkte bei den Themen "Gesund führen", Stressmanagement und Lebensbalance.

Interview:

### 1. Was bedeutet Ihnen der Beruf?

An meinem Beruf schätze ich, dass ich Menschen und Unternehmen dabei begleiten darf, sich selbst besser kennen zu lernen, sich weiter zu entwickeln und damit ihr Leben und ihre Arbeitsbedingungen lebenswerter sowie erfolgreicher zu gestalten. Besonders schön finde ich, dass ich dabei meist als Moderatorin und Coach tätig sein darf und der Großteil der Ideen von den Menschen selbst kommt. Denn Mitarbeitende sind selbst ExpertInnen für den eigenen Arbeitsplatz und dies ist für mich zusätzlich die beste Voraussetzung, dass Veränderung auch tatsächlich stattfindet. Weiters schätze ich die Vielfalt und Abwechslung, die mein Beruf bietet und dass kein Tag wie der andere ist und ich selbst ständig dazu lernen kann.

### 2. Was ist Ihnen im Leben besonders wichtig?

Besonders wichtig im Leben sind mir meine Familie, Freunde, Gesundheit und eine gute Lebensbalance, die allen Bereichen die nötige Zeit einräumt. Wichtig sind mir dabei auch Zeit für mich, persönliche Weiterentwicklung, Neues lernen und die Freude an den kleinen Dingen im Leben. Bewegung in der Natur ist ebenso ein wichtiger Teil meines Lebens.

### **3. Was ist das Besondere an Gimm - gesund beraten?**

Das Besondere an Gimm - gesund beraten ist meine Erfahrung in den unterschiedlichsten Bereichen und Branchen. Wichtig ist mir, die Projekte ganz individuell auf die Bedürfnisse meiner Kunden abzustimmen. Im Umgang mit den einzelnen Akteuren im Unternehmen ist mir eine Begegnung auf Augenhöhe wichtig. In den Workshops (Gesundheitszirkeln) achte ich stets darauf, dass der Blick auf die Ressourcen und umsetzbare Lösungsvorschläge gerichtet bleibt.

### **4. Was möchten Sie im Bereich Gesundheitswirtschaft Österreich verändern?**

Die Veränderungen, die ich aus heutiger Sicht bewirken möchte, liegen vor allem in den Unternehmen, bei den Führungskräften und bei den Mitarbeitenden. Hier arbeite ich daran, einerseits Bewusstsein für das eigene Gesundheitsverhalten zu schaffen und dabei zu begleiten, wie die veränderten Arbeitsbedingungen unserer neuen Arbeitswelt gut bewältigt werden können. Besonders Führungskräfte bilden dabei einen Schwerpunkt, denn sie sind von den ganzen Veränderungen besonders gefordert und ihr Verhalten hat zusätzlich große Auswirkungen auf die Gesundheit der Mitarbeitenden.

### **5. Wie wird sich die Gesundheitswirtschaft in den nächsten Jahren entwickeln?**

Aus meiner Sicht sollte dem Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung mehr Bedeutung zugemessen werden. Studien haben gezeigt, dass die Lebenserwartung zwar gestiegen ist, jedoch die Anzahl der gesunden Lebensjahre teils sogar zurück geht. Es ist daher wichtig, hier durch Sensibilisierung und Wissensvermittlung eine Trendumkehr zu schaffen. Damit verbunden ist auch, dass die Menschen wieder mehr Verantwortung für ihre eigene Gesundheit übernehmen müssen.

Ein weiterer Bereich ist sicher auch die Pflege, die die Gesundheitswirtschaft in den nächsten Jahrzehnten vor erhebliche Herausforderungen stellen wird.