

# Ältere Menschen am Arbeitsplatz unterstützen

Workshoprunde testete in der terzStiftung in Berlingen ein neu entwickeltes System mit mehreren Komponenten

(le/pd) Das Projekt «mHealthINX» ist ein internationales AAL-Projekte (Active and Assistive Living), welches sich an ältere Arbeitnehmende richtet. Dieses hat zum Ziel, eine VR-Brille, eine App und einen Sensor miteinander zu kombinieren, um Stresssituationen entgegenzuwirken. Anlässlich einer kürzlich in der terzStiftung in Berlingen durchgeführten Workshoprunde bot sich den Teilnehmenden die Möglichkeit, die Produkteentwicklung zu testen.

«Das Projekt «mHealthINX» beinhaltet eine Kombination, um die Stressbewältigung älterer Menschen am Arbeitsplatz zu unterstützen», erklärt Kampagnenleiterin Julia Fritz von der terzStiftung. Das Ziel ist es, mit Hilfe des Systems einen Zustand der Entspannung zu erreichen, dies, um dem steigenden Druck und Stress am Arbeitsplatz besser gerecht zu werden, aber auch um neue Energie zu schöpfen und sich zu entspannen. Das System kann sowohl in den Pausen, bei der Arbeit oder nach Feierabend daheim genutzt werden. Die VR-Brille ermöglicht es, 360-Grad-Landschaften zu betrachten, einfache Spiele anzuwenden oder verschiedene Entspannungsübungen zu machen. Mit der App kann man sein subjektives Stresslevel dokumentieren, verschiedene Interventionen zur Entspannung durchführen und diese mit Hilfe des Sensors gemessene Stresslevel dokumen-

tieren. Der Sensor misst das Stresslevel durch Messen der Herzfrequenz über den Hautkontakt.

Letzte Woche hat die dritte Workshoprunde in diesem Projekt stattgefunden. In dessen Verlauf testeten die Teilnehmenden die Produktentwicklung des Systems, insbesondere des Programms auf der VR-Brille und die App. Die Rückmeldung und die Eingaben fliessen nun in die finale Bearbeitung der Prototypen ein. Der Workshop diente dazu, die Verbesserungen und Anpassungen der Prototypen zu beurteilen. Neben Arbeitnehmenden haben auch Führungskräfte an dem Workshop teilgenommen, um auch über ihre Einschätzungen zum System zu berichten. Die Ergebnisse werden nun analysiert, evaluiert und bestmöglich umgesetzt, sodass für den Feldtest im Januar 2022 alles vorbereitet ist. Das System richtet sich an Privatpersonen, die es im Heimgebrauch nutzen und an Unternehmen, die es für ihre Mitarbeitenden bereitstellen.

Für den Feldtest werden noch Unternehmen gesucht, die Interesse haben, von Januar 2022 bis März 2022 mit ihren Mitarbeitenden teilzunehmen. Interessentinnen und Interessenten melden sich bei Julia Fritz per E-Mail an [julia.fritz@terzstiftung.ch](mailto:julia.fritz@terzstiftung.ch). Nähere Informationen gibt es auf der entsprechenden Projektwebsite unter <http://mhealthinx.eu>.



Georg Weidmann von der terzStiftung Berlingen testet den Prototypen von «mHealthINX».