

## SchwerpunkttHEMA „Psychische Gesundheit und Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit“ in der mittleren Lebensphase

- Zielgruppe**
- Alleinerziehende
  - berufstätige Eltern
  - Pflegende Angehörige

Diese Lebensphase steht vor allem im Zeichen der Erwerbstätigkeit und dem Spannungsfeld der Vereinbarkeit des Arbeitslebens mit privaten Verpflichtungen wie Familie, Kinderbetreuung oder der Pflege Angehöriger.

## Zielsetzung

Ziel ist es, Arbeitsbedingungen gesundheitsgerecht zu gestalten und zielgruppenspezifische Ansätze zu entwickeln, um Belastungen zu mindern und die Beschäftigungsfähigkeit in Nordrhein-Westfalen zu erhalten und zu fördern.

## Zentrales Produkt „Präventionswegweiser NRW“



[www.lgp.nrw](http://www.lgp.nrw)

## Handlungsempfehlungen

Neben einer Reduktion der vielfältigen Belastungen durch bessere überbetriebliche und organisationale Rahmenbedingungen werden ergänzende Präventionsmaßnahmen auf individueller Ebene benötigt.

Die Arbeitsgruppe „Mittlere Lebensphase“ hat hierzu drei Empfehlungen erarbeitet, die bis Ende 2024 umgesetzt werden – stets mit Blick auf die spezifischen Bedarfe und Bedürfnisse der jeweiligen Zielgruppe in einer psychisch belastenden Situation.

### Handlungsempfehlungen

1. Good Practice-Beispiele in die Fläche bringen
2. Unterstützung/Stärkung der individuellen Gesundheitskompetenz, insbesondere der digitalen Gesundheitskompetenz
3. Erfassung möglichst vieler Präventions- und Unterstützungsangebote in NRW im Kontext der psychischen Belastung von erwerbstätigen (alleinerziehenden) Eltern

## Veranstaltungen

Okt. 2020–Nov. 2021

Beteiligung des LIA an der Offensive Psychische Gesundheit der Bundesregierung, u. a. Aktionswoche, Dialogforen und bundesweite Übersicht zu Präventions- und Unterstützungsangeboten

Febr. 2021

Digitales Fachgespräch „Seelische Gesundheit erwerbstätiger Eltern“

Juni 2021

Digitalgespräch „Let’s talk about Psyche“ – mehr Offenheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen am Arbeitsplatz

Okt. 2023–Ende 2024

Politikwerkstatt Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt des Programms ARBEIT: SICHER + GESUND (des BMAS)