

## Newsletter

### Gesundheitskonferenz für den Landkreis Karlsruhe

Nr. 2, April 2016



## Inhalt

### Aus der Gesundheitskonferenz

- Senior-Fitness-Test unter Beteiligung der AG „Gesund älter werden“
- Gesund aufwachsen: Veranstaltungsreihe zur Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen
- Angebote zu gesund aufwachsen - online-Verzeichnis für Stadt- und Landkreis Karlsruhe
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Pilotvorhaben Fachplan Gesundheit

### Aus dem Landkreis und der Stadt Karlsruhe

- NAIS - Neues Altern in der Stadt Bruchsal
- Lußhardt-Generationenpark Hambrücken
- Kinder aus der Innenstadt erleben Natur
- Betriebliches Gesundheitsmanagement bei der Stadtverwaltung Karlsruhe
- Verbraucherzentrale berät zu Fragen rund um „Gesundheit“
- Landarzt gesucht - aber wie?

### Aus Land und Bund

- Landesgesundheitsgesetz Baden-Württemberg
- Ergebnisse der dritten Landesgesundheitskonferenz 15.10.2015
- Kostenlose Schulungsangebote für Ehren- und Hauptamtliche zur Gesundheitsförderung mit Senioren vor Ort

## Aus der Gesundheitskonferenz

### Senior-Fitness-Test unter Beteiligung der AG „Gesund älter werden“

Die AG „Gesund älter werden“ hat neben dem Fokus auf die Begleitung der Handlungsempfehlungen die Beteiligung an zwei konkreten Veranstaltungen in Vorbereitung. Diese Veranstaltungen werden von Bad Schönborn im September und von Bruchsal im Oktober durchgeführt. Dabei werden Teilnehmer der AG Unterstützung bei der Durchführung des Senior-Fitness-Tests geben. Im Mai 2016 werden AG-Teilnehmer die Bürgerwerkstatt der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten besuchen, um Synergie-Effekte für weitere Kommunen zu nutzen.

Das nächste Arbeitstreffen der AG findet am 15. Juni in Forst statt. Weitere Infos aus der AG finden Sie [hier](#).

### Gesund aufwachsen: Veranstaltungsreihe zur Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen

Die Unterarbeitsgruppe zur Resilienzförderung im Stadt- und Landkreis Karlsruhe hat in diesem Jahr eine Vortragsreihe zur Resilienzförderung insbesondere für pädagogisch Tätige organisiert. Am 20. April stand das Thema "Selbstwirksamkeit", am 16. Juni steht die "Achtsamkeit" und am 12. Oktober die "Selbstregulation" im Mittelpunkt der jeweils halbtägigen Veranstaltungen. Alle drei Themen sind zentrale Faktoren im Konzept der Resilienzförderung, also der Förderung der seelischen Widerstandsfähigkeit von Menschen, um sich trotz gravierender Belastungen gesund entwickeln bzw. gesund bleiben zu können. An jedem Termin gibt es einen Einführungsvortrag und anschließend parallele Workshops mit dem Fokus auf die praktische Anwendung in Kindertageseinrichtungen, in Schulen oder in außerschulischen Lebensbereichen. Die Veranstaltungen waren wenige Tage nach dem Anmeldestart bereits ausgebucht. Nach der sehr gut besuchten Fachtagung in 2015 sieht die Arbeitsgruppe dies als erneute Bestätigung der Wichtigkeit des Themas im Landkreis und der Stadt Karlsruhe. [Mehr](#)

## **Angebote zu gesund aufwachsen – online-Verzeichnis für Stadt- und Landkreis**

Die gemeinsame online-Plattform der Gesundheitskonferenzen von Stadt- und Landkreis Karlsruhe [www.gesundaufwachsen-ka.de](http://www.gesundaufwachsen-ka.de) bietet einen schnellen Überblick über zahlreiche Angebote zur Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder und Jugendliche sowie alle wichtigen Details zu den Angeboten und die Kontaktdaten der Anbieter bzw. Kooperationspartner. Es können jederzeit kostenlos weitere Angebote eingetragen und veröffentlicht werden. Damit die Angaben nicht veralten, werden die Anbieter jährlich aufgefordert, ihre Eintragungen zu aktualisieren.  
[Direkt zum Verzeichnis](#)

## **Betriebliches Gesundheitsmanagement**

Am 5. und 6. März 2016 fand in der Festhalle Blankenloch erneut die Stutenseer Fachmesse „Vital-Aktiv-Gesund“ statt. Die Organisation lag in den bewährten Händen der Aktiven Selbständigen Stutensee e.V. (ASS). Bei der Messe waren mehr als 30 Aussteller aus den unterschiedlichsten Bereichen vertreten. Schwerpunkt der "Vital-Aktiv-Gesund" 2016 waren insbesondere die Gesundheitsvorsorge am Arbeitsplatz beziehungsweise das betriebliche Gesundheitsmanagement. Die Messe wurde am 4. März mit einer Podiumsdiskussion zum Thema „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ eröffnet. Frau Bartoldus, Mitglied der Arbeitsgruppe BGM, hielt hierzu ein Impulsreferat. Darüber hinaus informierten Mitglieder der Arbeitsgruppe BGM über die unterschiedlichen Angebote der Sozialleistungsträger (Agentur für Arbeit, Krankenkassen, Rentenversicherungsträger) zur Betrieblichen Gesundheitsförderung bzw. zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement. "Gesunde Mitarbeiter machen Betriebe leistungsfähig", merkte der Vorsitzende der Aktiven Selbständigen Stutensee e.V., Bertram Hornung, der auch durch das Messeprogramm moderierte, an. "Gerade im Arbeitsleben ist aktive Gesundheitsvorsorge wichtig und steigert die Lebensqualität maßgeblich" erklärte Oberbürgermeister Klaus Demal. Beim ersten Arbeitstreffen der Arbeitsgruppe Betriebliches Gesundheitsmanagement im neuen Jahr, am 26. Januar 2016, berichtete Frau Wagner-Melchinger, Hauptamtsleiterin der Stadt Rheinstetten, über ihre Erfahrungen mit der Einführung von BGM in der Gemeindeverwaltung. Dieses „best practice – Beispiel“ gab der Arbeitsgruppe viele Denkanstöße zur Frage wie BGM in den Kommunen erfolgreich eingesetzt werden kann. Auch zeigte es, wie wichtig die positive Grundeinstellung der Verwaltungsspitze, die Unterstützung des Gemeinderats und die frühzeitige Einbindung des Personalrates für das Gelingen ist.

## **Pilotvorhaben Fachplan Gesundheit**

Das Pilotvorhaben des Sozialministeriums BW, an dem der Landkreis Karlsruhe mit dem Schwerpunkt „Gesund und aktiv älter werden“ teilnimmt, wurde von Februar bis Mai 2016 verlängert. Im Herbst 2015 fand in der Pilotgemeinde Linkenheim-Hochstetten eine repräsentative Befragung statt, an der 563 Personen über 65 Jahren teilgenommen haben (dies entspricht einem Rücklauf von 39,1 %). Die Ergebnisse wurden der Gemeindeverwaltung und dem Gemeinderat in Linkenheim-Hochstetten vorgestellt.

Aktuell findet eine systematische Erfassung vorhandener Angebote der Gesundheitsförderung / Prävention und Unterstützung in der Gemeinde statt, um ggf. Lücken und Überschneidungen aufzuzeigen und neue Angebote schaffen zu können. Im April und Mai 2016 finden eine Veranstaltung für Akteure und eine Bürgerwerkstatt statt, die der Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse der Erhebungen sowie der Entwicklung von Ideen, Maßnahmen und Empfehlungen an die Gemeinde dienen. [Mehr](#)

## **Aus dem Landkreis und der Stadt Karlsruhe**

### **NAIS - Neues Altern in der Stadt Bruchsal**

Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels dient NAIS der Gesundheitsförderung und Prävention für und mit allen Bevölkerungsgruppen - insbesondere auch für sozial Benachteiligte. Initiiert durch die Bertelsmann-Stiftung wird der mit NAIS verbundene Prozess seit 2008 mit dem Zielzeitraum 2020 durch die Stadt Bruchsal in Kooperation mit fünf ehrenamtlich aktiven NAIS-Arbeitsgruppen getragen: Bewegung, Ernährung und Entspannung; Pflege ist mehr; Geistig fit und aktiv; Wegweiser: Bruchsaler Forum für Gesundheit und Arbeit. Die Prozessleitung liegt bei einem Tandem bestehend aus einem Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen. NAIS wurde bundesweit als Good Practice Projekt ausgezeichnet.

Auskunft erteilen gerne die Tandempartner Volker Falkenstein, Seniorenbeauftragter der Stadt Bruchsal, Tel. 07251 79-357, [volker.falkenstein@bruchsal.de](mailto:volker.falkenstein@bruchsal.de), und Rolf Freitag, Seniorenratsmitglied Tel. 07251 89294, [roma.freitag@t-online.de](mailto:roma.freitag@t-online.de). Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

### **Lußhardt-Generationenpark Hambrücken**

Der Lußhardt-Generationenpark an der Grillhütte beim Vogelpark Hambrücken ist ein offenes, ganzjähriges und generationenübergreifendes Angebot zur Bewegung an der frischen Luft und in der Natur. Die Gemeinde Hambrücken betreibt diesen Park in Zusammenarbeit mit dem Verein Lußhardtläufer Hambrücken e.V. Bereits im September 2014 konnte der 1. Bauabschnitt, bestehend aus fünf Fitnessgeräten für alle wesentlichen Muskelgruppen, eingeweiht werden. Im September 2015 war der zweite Bauabschnitt mit vier Geräten samt Beschilderung zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten und zum Krafttraining fertiggestellt worden.

Der Generationenpark wird seit der Eröffnung im September 2014 sehr gut angenommen und es haben bereits verschiedene Einweisungstermine in die Benutzung der Geräte stattgefunden. Noch im Frühjahr 2016 soll der 3. Bauabschnitt eingeweiht werden. Hiermit wird das bestehende Angebot mit Stationen zu Kraft/Ausdauer, wie Situps, Beinheberkombi sowie Rückenstrecken und Klimmzug Plus ergänzt. Des Weiteren soll eine Station zur Dehnung aufgestellt werden. [Mehr](#)

### **Kinder aus der Innenstadt erleben Natur**

Das große Thema der letzten Gesundheitskonferenz der Stadt Karlsruhe aus 2015 waren die gesundheitsförderlichen Aspekte des Naturerlebens. In einer Umgebung, die den Blick auf Pflanzen oder Tiere ermöglicht, geht es uns besser, wir sind weniger gestresst, können besser entspannen, werden schneller gesund. Um Kindern aus der Karlsruher Innenstadt, die nicht einfach vor der Haustür oder in der Schule Natur erfahren können, bietet die kommunale Gesundheitsförderung im Rahmen von "Gesund aufwachsen" verschiedene Projekte an. So können Kinder aus Mühlburg unter der Anleitung einer Umweltpädagogin im Schulgarten aktiv werden, sie können - mit Unterstützung des städtischen Gartenbauamts - ein Beet im Grünzug an der Alb bepflanzen und pflegen. Das Arbeiten mit Spaten und Astschere können Viertklässler an der Alb ausprobieren, wenn es gilt Brombeeren und Kirschlorbeer zu entfernen, um anderen Pflanzen wieder Licht und Luft zu verschaffen.

Damit nicht nur die Mühlburger Kinder an den Projekten teilnehmen können, bietet der Umwelt- und Arbeitsschutz mit der kommunalen Gesundheitsförderung seit 2016 diese nun weiteren Schulen, bevorzugt aus der Innenstadt an. Spaziergänge durch den Frühlingwald, Besuch einer Storchenkolonie oder das Anlegen eines Bienenhotels sind nur einige Beispiele aus dem weiten Spektrum. Näheres, incl. einer Broschüre mit vielen Tipps zum Naturerleben mit Kindern, finden Sie [hier](#).

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement bei der Stadtverwaltung Karlsruhe**

Seit 2005 gibt es Bemühungen um die Gesundheit der Beschäftigten bei der Stadtverwaltung Karlsruhe. Im Rahmen dieser Tätigkeit wurden im Rahmen des städtischen Fortbildungsprogrammes verschiedene Einzelmaßnahmen wie z. B. Seminar, Kurse und Vorträge zu den Themen Bewegung, Entspannung und Ernährung durchgeführt.

Im März 2014 wurde das Projekt zur "Strategischen Neuausrichtung des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) bei der Stadtverwaltung Karlsruhe" durch Herrn Erster Bürgermeister Jäger initiiert. Ziel des Projektes war die Konzeption eines BGM unter ganzheitlichen Aspekten auf der Verhaltens- und Verhältnisebene.

Aus der Projektarbeit heraus ergab sich folgende Vision: „Gesunde Mitarbeitende in einer gesunden Organisation“

Die Vision dient als Handlungsgrundlage für die fünf erarbeiteten BGM-Strategien:

- Zielgruppenstrategie - Führungskräftestrategie - Kommunikationsstrategie - Kooperationsstrategie - Nachhaltigkeitsstrategie.

Momentan wird im Projekt das Umsetzungs- und Implementierungskonzept bearbeitet, sodass mit den ersten Maßnahmen in den nächsten Wochen gestartet werden kann.

Als Ansprechpartner steht ihnen gerne zur Verfügung: Matthias Geist, Stadtverwaltung Karlsruhe, Personal- und Organisationsamt, Tel. 0721 133-1180, matthias.geist@poa.karlsruhe.de

### **Verbraucherzentrale berät zu Fragen rund um „Gesundheit“**

Das deutsche Gesundheitssystem ist durchaus gut, aber komplex. Das wirft bei Verbrauchern und Patienten vielfältige Fragen auf. Die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg berät zu gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen ebenso wie zu Fragestellungen bei Arzt, Zahnarzt, Klinik oder anderen Gesundheitsdienstleistungsanbietern. Vorsorgevollmachten und Patientenrechte sind genauso Beratungsthema wie Verdacht auf Behandlungsfehler. Schriftliche Anfragen können gerichtet werden an Verbraucherzentrale Baden-Württemberg, Kaiserstraße 167, 76139 Karlsruhe oder [www.vz-bw.de](http://www.vz-bw.de). Geöffnet ist die Verbraucherzentrale montags von 14-18 Uhr und mittwochs von 10-14 Uhr.

### **„Landarzt gesucht“ – aber wie?**

Dass die Erwartung eines jungen Arztes, besser: einer jungen Ärztin an eine Arbeit in Landpraxen anders ist als vor dreissig Jahren, ist mittlerweile Allgemeingut. Dass es aber zunehmend Beispiele für eine gelungene Neuausrichtung von Landarztpraxen gibt, sollte Hoffnung machen. Dabei führen viele Wege zum Ziel. Die Gesundheitskonferenz hilft Ihnen, sich im Dickicht von Einzel-, Gemeinschafts- und Filialpraxen oder Überörtlichen Berufsausübungsgemeinschaften, von MVZ, Arzthäusern und anderen Netzwerken zurecht zu finden. Vielleicht ist das Konzept für Ihre Gemeinde dabei?

Ullrich Eidenmüller, Bürgermeister a.D., Mitglied der AG Ambulante ärztliche Versorgung.  
info@eicons.eu

## **Aus Land und Bund**

### **<http://www.bmg.bund.de/ministerium/meldungen/2015/praeventionsgesetz.html> Landesgesundheitsgesetz Baden-Württemberg**

Dieses Gesetz ist seit 1.1.2016 in Kraft. Darin wird unter anderem auch die Rolle der Kommunalen Gesundheitskonferenzen gestärkt. Die Einrichtung durch die Landkreise und kreisfreien Städte ist seither Pflicht. Kommunale Gesundheitskonferenzen sollen "zur Beratung, Koordinierung und Vernetzung von Fragen der Gesundheitsförderung und Prävention, der medizinischen Versorgung, der Pflege und der Rehabilitation mit örtlichem Bezug" dienen. Ziel des Gesetzes "ist die Einbindung der Kommunen und Bürgerinnen und Bürger in die Planung und Entscheidungsprozesse. Durch die Vernetzung der verschiedenen Akteure des Gesundheitswesens können Bedarf und Angebot besser identifiziert und aufeinander abgestimmt werden. Darüber hinaus kann die verstärkte Kommunikation zwischen Land und Kommune zu einer besseren Versorgung im ambulanten und stationären Bereich sowie zu verbesserten Angeboten bei Gesundheitsförderung, Prävention und Pflege führen." [Mehr](#)

### **Ergebnisse der dritten Landesgesundheitskonferenz 15.10.2015**

Die LGK regte unter anderem an, bei der Erarbeitung der Landesrahmenvereinbarung zur Umsetzung des Präventionsgesetzes das 2014 verabschiedete [Gesundheitsleitbild Baden-Württemberg](#) zugrunde zu legen. Um dem dort formulierten Anspruch gerecht zu werden, Gesundheitsförderung und Prävention als tragendes Prinzip effizient und effektiv in der Gesundheitspolitik Baden-Württembergs zu verankern und gleichwertig neben der Versorgung und Pflege weiter zu etablieren, soll ein Landesausschuss für Gesundheitsförderung und Prävention gebildet werden. Dieser wird am 21.4. erstmalig konstituiert. Weitere Infos zur Landesgesundheitskonferenz finden Sie [hier](#).

### **Kostenlose Schulungsangebote für Ehren- und Hauptamtliche zur Gesundheitsförderung mit Senioren vor Ort**

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen stellt Gemeinden und Organisationen verschiedenste Schulungen für ehren- und hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der örtlichen Seniorenarbeit direkt vor Ort zur Verfügung. [Mehr](#)