



Sehr geehrte Damen und Herren,

dies sind die Themen aus Gesundheitsförderung und Prävention unseres aktuellen Newsletters:

- 4. Pflegestammtisch mit Malu Dreyer in Mainz
- Leuchtturmstudie stellt sich vor
- 1. Netz-Werk-Konferenz Demenz in Rheinland-Pfalz
- Fortbildung: Zeitmanagement und Arbeitstechniken
- 13. Koblenzer AIDS-Hepatitis-Forum
- Auftaktveranstaltung Zentrum für Bewegungsförderung
- Mitgliederversammlung und Tag der offenen Tür
- Männer-Checkup-Aktionstage in Koblenz
- Fachtag Hilfe bei Demenz 2009
- „Vorsicht, Netzwerk!“ Fachtag der VIVA Familia-Servicestelle für lokale Bündnisse
- Vorankündigung: Fachtag Kindergesundheit und Migrationshintergrund
- „Bewegt im Alter“: Generationen-Aktiv-Platz und Bewegungsspiel
- Netzwerk Regionaler Knoten: 3. Good-Practice-Projekt aus Rheinland-Pfalz
- Regionale Knoten im 13. Kinder- und Jugendbericht
- Initiative „Bündnisse gegen Depression in Rheinland-Pfalz“
- Elterninfo Schulweg
- Broschüre „Körpererfahrung und Sexualerziehung im Kindergarten“
- Familienservice zu Erziehungsfragen
- Familienservice September: Kleine Kinder – große Wutanfälle
- Gesundheitstelefon: Gesund durch die Schwangerschaft
- Kompetenz im Job
- Neue Medien
- Termine

4. Pflegestammtisch mit Malu Dreyer in Mainz

Zum 4. Mainzer Pflegestammtisch für Betroffene und pflegende Angehörige mit Sozialministerin Malu Dreyer lädt am Mittwoch, 2. September 2009, ab 18:30 Uhr im Proviant-Magazin (Schillerstraße 11a) die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) ein. "Rund-um-die-Uhr-Betreuung - legal machbar und bezahlbar?" lautet das Thema des Abends, der von Hildegard Dressino, der stellvertretenden LZG-Vorsitzenden, moderiert wird.

Ministerin Malu Dreyer wird dieses aktuelle Thema gemeinsam mit Expertinnen und Experten der Mainzer Pflegestützpunkte, der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz und der Bundesagentur für Arbeit diskutieren. Vorgestellt werden die Angebote und Kosten einer legalen Rund-um-die-Uhr-Betreuung z.B. durch ambulante soziale Dienste, aber auch die Einsatzmöglichkeiten legaler osteuropäischer Kräfte über eine Vermittlungsagentur. Es sollen die Risiken einer illegalen Beschäftigung aufgezeigt werden und gemeinsam überlegt werden, ob die Umwandlung von illegalen in legale Beschäftigungsmöglichkeiten machbar ist. Wie immer beim Pflegestammtisch steht die Diskussion mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Mittelpunkt.

Der vierteljährlich stattfindende Mainzer Pflegestammtisch mit Malu Dreyer steht allen Bürgerinnen und Bürgern als Forum zum Austausch offen, insbesondere pflegenden Angehörigen. Willkommen sind auch Beschäftigte von Pflegeeinrichtungen und Pflegediensten, Einrichtungsträger, Vertreterinnen und Vertreter von Selbsthilfegruppen, der Pflege- und Krankenkassen, des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung und der Heimaufsicht.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Ingeborg Germann, Telefon 06131 / 20 69 20

Leuchtturmstudie stellt sich vor

Beim Wissenschaftsmarkt vom 12. bis zum 13. September auf dem Mainzer Gutenbergplatz stellt die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) gemeinsam mit der Universitätsmedizin Mainz die Leuchtturmstudie "start moderm" vor.

„Wissenschaft zum Anfassen und Mitmachen“ - das ist das Motto des Wissenschaftsmarkts vom 12. bis zum 13. September auf dem Mainzer Gutenbergplatz. Dort lädt die Mainzer Wissenschaftsallianz die Bevölkerung zu einer Entdeckungsreise durch eine Zeltlandschaft des Wissens ein.

Die LZG stellt zu diesem Anlass gemeinsam mit der Universitätsmedizin Mainz die Leuchtturmstudie "start moderm" vor. Das Hausarztbasierte Modellprojekt Demenzversorgung in Rheinland-Pfalz (start moderm) ist eine von 29 wissenschaftlichen Untersuchungen, die seit März 2008 durch das Bundesministerium für Gesundheit gefördert werden.

In Zelt 4 erklären Plakate und Spiele was es mit der Demenz auf sich hat und wie die Leuchtturmstudie "start moderm" Menschen mit einer demenziellen Erkrankungen und deren Familien helfen kann.

Zum Programm des Wissenschaftsmarkts: www.wissenschaftsmarkt.uni-mainz.de
Weitere Informationen zur Leuchtturmstudie: www.demenz-rlp.de

Ansprechpartnerin bei der LZG: Susanne Hilgert, Telefon 06131 / 20 69 26

1. Netz-Werk-Konferenz Demenz in Rheinland-Pfalz

Mit einer ersten Netz-Werk-Konferenz in Mainz startet am 21. September 2009 das Landes-Netz-Werk Demenz in Rheinland-Pfalz. Bei der Veranstaltung sollen die Förderungsmöglichkeiten, Ziele und Maßnahmen für eine erfolgreiche Netzwerkarbeit diskutiert werden.

Demenz zählt zu den häufigsten Erkrankungen im Alter. Durch die demografische Entwicklung werden in Zukunft immer mehr Menschen an Demenz erkranken. Besonders wichtig ist es daher, Betroffene, ihre Angehörigen und alle, die in der Pflege tätig sind, zu unterstützen und gute regionale Angebote für die Diagnostik, Versorgung und Betreuung demenzkranker Menschen zu fördern.

Das ist auch das Ziel der Demenzkampagne der Initiative "Menschen pflegen" von Sozialministerin Malu Dreyer. Ab September 2009 soll dieses Engagement mit einer landesweiten Informations- und Koordinierungsstelle zum Thema Demenz weiter gestärkt werden - dem Landes-Netz-Werk Demenz Rheinland-Pfalz in der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG).

Das Landes-Netz-Werk Demenz startet am 21. September 2009 - dem diesjährigen Welt-Alzheimerstag - mit einer ersten Netz-Werk-Konferenz in der Alten Patrone in Mainz. Aus Ideen, Erfahrungen, Anregungen und Austausch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer soll ein lebendiges Landes-Netzwerk-Demenz in Rheinland-Pfalz entstehen.

Termin:

21. September 2009

Tagungsort:

Alte Patrone, Am Judensand 61-63, 55122 Mainz

Kosten:

Die Teilnahme an der Netz-Werk-Konferenz Demenz ist kostenfrei

Ansprechpartnerin bei der LZG: Ingeborg Germann, Telefon: 06131 / 20 69 20

Fortbildung: Zeitmanagement und Arbeitstechniken

Dieses Seminar der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) bietet die Gelegenheit, den Umgang mit Zeit zu überdenken, um eine bessere Zeitplanung in Harmonie mit sich selbst und dem sozialen Umfeld zu ermöglichen. Um dieses Ziel zu erreichen, werden verschiedene Arbeitstechniken und Methoden des Zeitmanagements vorgestellt.

Zeit wird oft als fremdbestimmtes Element erlebt, sei es im Beruf, in der Familie oder im Ehrenamt. Die zeitlichen und organisatorischen Rahmenbedingungen am Arbeitsplatz oder in Vereinen orientieren sich an Menschen, die zeitlich verfügbar und frei von familiären Verpflichtungen sind. Dieses Seminar der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) bietet die Gelegenheit, den Umgang mit Zeit zu überdenken, um eine bessere Zeitplanung in Harmonie mit sich selbst und dem sozialen Umfeld zu ermöglichen. Um dieses Ziel zu erreichen, werden verschiedene Arbeitstechniken und Methoden des Zeitmanagements vorgestellt:

- Prinzipien der realistischen Zeitplanung
- Arbeitsverhalten neu strukturieren
- Effektive Organisationsformen
- Prioritäten setzen
- Rationale Arbeitsmethoden
- Ablauforganisation

Termin:

23.-24. September 2009

Tagungsort:

Landgasthaus Arnoth, 54483 Kleinich

Kosten:

165€ pro Seminar, inkl. Verpflegung und Übernachtung im Einzelzimmer

Tagungsleitung:

Gisela Abts

Erwachsenenbildnerin und Organisationsmanagerin

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl auf 14 Teilnehmerinnen und Teilnehmer pro Seminar beschränkt ist.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Ingeborg Germann, Telefon: 06131 / 20 69 20

13. Koblenzer AIDS-Hepatitis-Forum

Zum dreizehnten Mal lädt der Arbeitskreis AIDS Nord am 26. September 2009 von 9 bis 15 Uhr alle Interessierten ein, sich über aktuelle Themen rund um HIV, Aids und Hepatitis zu informieren. Veranstaltungsort ist das Gemeinschaftsklinikum Koblenz-Mayen, Klinikum Kemperhof in Koblenz (Personalwohnheim).

Das Motto des diesjährigen deutschsprachigen Aids-Kongresses "Prepare for the long run" ist auch für das Aids-Hepatitis-Forum von großer Bedeutung. Es bedarf nicht nur weltweit und in Europa, sondern auch in den Regionen von Rheinland-Pfalz eines langen Atems und zeitgemäßer Konzepte bei der Prävention und Behandlung von HIV/AIDS und anderer sexuell übertragbarer Krankheiten sowie einer breiten Akzeptanz von betroffenen Menschen und ihrer Angehörigen.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Monika Kislik, Telefon 06131 / 20 69 22

Auftaktveranstaltung Zentrum für Bewegungsförderung: „Alter bewegt – Bewegung belebt“

Im Rahmen von "IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung" lädt die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) gemeinsam mit der LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland (LAGS) am 30. September zur

Auftaktveranstaltung des Zentrums für Bewegungsförderung Rheinland-Pfalz und Saarland ein. Das Motto der Veranstaltung im Weiterbildungszentrum in Ingelheim lautet "Alter bewegt - Bewegung belebt".

Da Bewegung Basis für Vitalität, Gesundheit, Lebensqualität und Wohlbefinden im Alter ist, braucht es mehr attraktive Bewegungsangebote und -anlässe im Alltag der Seniorinnen und Senioren. Das wünschen nicht nur Seniorenbeiräte, Altenpflegerinnen und -pfleger und weitere Fachkräfte. Um dieses Ziel zu erreichen will die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) gemeinsam mit der LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland (LAGS) Partnerinnen und Partner für Kooperationen gewinnen. Hierfür soll die Auftaktveranstaltung des Zentrums für Bewegungsförderung Rheinland-Pfalz und Saarland "Alter bewegt - Bewegung belebt" am 30. September im Weiterbildungszentrum in Ingelheim den Startschuss geben.

Altersgerechte Bewegungsangebote, Senioren-Aktivplätze sowie bewegungsfreundliche Wohnformen und attraktive Freizeitmöglichkeiten sind Schlüssel für dieses Ziel. Damit gute Konzepte Nachahmer finden, einzelne Bausteine ineinandergreifen und eine größtmögliche Vernetzung stattfinden kann, möchte das "Zentrum für Bewegungsförderung", angesiedelt bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) und der LandesArbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung Saarland e.V. (LAGS), mit Partnerinnen und Partnern gemeinsam Ideen sammeln, Angebote austauschen und Projekte auf den Weg bringen. Zudem werden bei der Veranstaltung konkrete Beispiele guter Praxis präsentiert.

Das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) fördert im Rahmen des Nationalen Aktionsplans "IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung" über zwei Jahre bundesweit die Einrichtung von Zentren für Bewegungsförderung.

Termin:

30. September 2009, 9:30 bis 15:30 Uhr

Ort:

Weiterbildungszentrum Ingelheim,
Wilhelm-Leuschner-Straße 61, 55218 Ingelheim am Rhein,
Telefon 06132 / 790 03 – 0

Kosten:

Die Teilnahme ist kostenfrei

Programm:

ab 9:30 Uhr

Begrüßungskaffee

10:00 Uhr

Grußworte:

Jupp Arldt (Geschäftsführer der LZG)
Franz Gigout (Geschäftsführer der LAGS)

10:30 Uhr - 11:15 Uhr

Bewegungsparcours für Seniorinnen und Senioren- Lebens(t)räume mit Zukunft? Ergebnisse einer empirischen Studie zur Nutzung von Fitnessparcours im öffentlichen Raum.

Prof. Dr. Ing. Grit Hottenträger
Landschaftsarchitektin, FH Wiesbaden

11:15 Uhr - 12:00 Uhr

Zertifizierte Sportvereine für Seniorensport - ein Gütesiegel mit Werbeeffekt

Hiltrud Gunnemann
Abteilungsleiterin beim Landessportbund Rheinland-Pfalz für Sportentwicklung/Breitensport

12:00 Uhr - 12:45 Uhr

Spielend Altern - Die dritte Lebensphase aus sportwissenschaftlicher Sicht

Dr. Ronald Burger
Bewegungs- und Trainingswissenschaftler der Johannes-Gutenberg-Universität in Mainz

12:45 Uhr
Mittagspause

13:30 Uhr
Workshops

- Workshop 1 - Vorstellung eines neuen Bewegungsspiels - Ein spielerischer Bewegungsimpuls
- Dr. Ronald Burger
- Workshop 2 - Austauschrunde und Vernetzungsideen zu Bewegungsangeboten in Rheinland-Pfalz
- Workshop 3 - Austauschrunde und Vernetzungsideen im Saarland

15:00 Uhr
Plenum - Zusammenfassung der Veranstaltung und Ausblick

15:30 Uhr
Ende der Veranstaltung

Ansprechpartnerin bei der LZG: Martina Michels-Simon, Telefon 06131 / 20 69 29

Mitgliederversammlung und Tag der offenen Tür

Die diesjährige Mitgliederversammlung der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) findet am 7. Oktober 2009 von 15 bis 17 Uhr erstmals in den neuen Räumen der LZG in der Hölderlinstraße 8 in Mainz statt. Um den Vertreterinnen und Vertretern der Mitgliedsorganisationen, Partnerinnen und Partnern, Akteuren im Gesundheitswesen sowie interessierten Bürgerinnen und Bürgern Einblicke in die Arbeit der Landeszentrale zu ermöglichen, veranstaltet die LZG im Anschluss einen Tag der offenen Tür. Staatssekretär Christoph Habermann vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen (MASGFF) und der LZG-Vorsitzende Sanitätsrat Dr. Günter Gerhardt werden die Gäste ab 17 Uhr begrüßen.

Zum Rahmenprogramm gehören ein Gesundheits-Kabarett, sowie eine Aufführung der Bewegungs-Operette "Tanze mit mir in den Morgen". Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der LZG präsentieren in den zum Jahreswechsel neu bezogenen, barrierefrei zugänglichen Büroräumen ihre Arbeitsschwerpunkte und besonderen Projekte. Zusätzliche Gelegenheit zum Informationsaustausch gibt es bei einem musikalisch begleiteten Imbiss im Foyer.

Auch die Koordinierungsstelle Gesundheitswirtschaft, die im August ebenfalls Räume im Gebäude Hölderlinstraße 8 bezogen hat, wird sich an dem Tag der offenen Tür beteiligen.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Ingeborg Germann, Telefon 06131 / 20 69 20

Männer-Checkup-Aktionstage in Koblenz

Unter dem Motto "Männer, kümmert Euch um Eure Gesundheit so gut wie um Euer Auto" veranstaltet die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) vom 2. bis 9. Oktober Aktionstage zum Gesundheits-Checkup für Männer in Koblenz.

Unter dem Motto "Männer, kümmert Euch um Eure Gesundheit so gut wie um Euer Auto" hat die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) auf Initiative des rheinland-pfälzischen Gesundheitsministeriums mit einer Vielzahl von Kooperationspartnern Kampagnen zur Männergesundheit in rheinland-pfälzischen Städten durchgeführt. Mit einem Aktionstag bei einem Heimspiel der TUS Koblenz am Wochenende 2.-5. Oktober und einer ärztlichen Beratungswoche vom 5. -9. Oktober in der TÜV Rheinland-Prüfstelle Koblenz startet die Männergesundheitskampagne unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeister Dr. Schulte-Wissermann nun auch in Koblenz.

Zum Auftakt bei dem Heimspiel der TUS Koblenz gegen den Rot-Weiß Oberhausen wird im Stadion rund um das Thema Männergesundheit informiert.

An diesen Aktionstag schließt die Ärzteberatungswoche in der TÜV Rheinland-Prüfstelle in Koblenz (Hans-Böckler Str. 6) vom 5.-9. Oktober nahtlos an. Während der Inspektion ihres Kraftfahrzeuges können sich Männer über Möglichkeiten der Gesundheitsvorsorge informieren und von Ärzten beraten lassen. Als kleines Dankeschön erhält jeder, der das Beratungsangebot angenommen hat eine Parkscheibe mit der Aufschrift "Nimm Dir Zeit für Deine Gesundheit". Als Anreiz zur Teilnahme an den Beratungsgesprächen findet zusätzlich eine Verlosung mit Gewinnen unter den Teilnehmern statt.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Martina Michels-Simon, Telefon 06131/ 20 69 29

Fachtag Hilfe bei Demenz 2009

Selbst bei Demenz (SET) -Ressourcen erweitern, Sinn erhalten, ethisch handeln

Wie können wir Menschen, die an Demenz erkrankt sind, helfen, damit ihre individuellen Fähigkeiten möglichst lange erhalten bleiben? Wie sieht eine gute Betreuung und Pflege der Patienten aus? Diese Fragen stehen im Mittelpunkt des Fachtages Hilfe bei Demenz, den die LZG gemeinsam mit der Universitätsmedizin Mainz, der Franziska Schevier Altenhilfe und dem Alzheimer Therapiezentrum Bad Aibling am 10. Oktober 2009 in der Alten Patrone in Mainz veranstaltet.

Im Zentrum der Tagung steht die Förderung individueller Ressourcen in der Rehabilitation und Betreuung von Menschen mit Demenz. Weil demenzielle Erkrankungen fortschreiten, muss sich eine optimale Alltagsgestaltung und Beschäftigung an den jeweils noch erhaltenen Kompetenzen und Bedürfnissen der Betroffenen orientieren.

Die interdisziplinäre Tagung präsentiert Erkenntnisse und Erfahrungen, die psychosoziale Hilfen für Menschen mit Demenz begründen und begleiten. Es kommen sowohl medizinische Konzepte zur Differenzialdiagnose als auch psychologisch fundierte Unterstützungsmöglichkeiten von Kranken und Angehörigen sowie ethische Fragen zur Sprache.

Besondere praktische Relevanz erhält die Tagung durch Berichte über die Anwendung der Selbsterhaltungstherapie im Rehabilitationsprogramm und im Pflegeheim. Auch weitere Anwendungsmöglichkeiten des Konzepts in Klinik und Betreuung werden vorgestellt.

Der Fachtag wendet sich an Fachkräfte in der ambulanten und stationären Pflege und Beratung, an Ärztinnen und Ärzte, an ehrenamtlich engagierte Bürgerinnen und Bürger und an pflegende Familien und Betroffene. Eine Zertifizierung der Fachtagung wurde bei der Akademie für ärztliche Fortbildung beantragt.

Termin:

10. Oktober 2009

Tagungsort:

Alte Patrone, Am Judensand 61-63, 55122 Mainz

Kosten:

Die Teilnahme am Fachtag ist kostenfrei

Ansprechpartnerin bei der LZG: Ingeborg Germann, Telefon: 06131 / 20 69 20

Fachtag "Vorsicht, Netzwerk!"

Unter dem Titel "Vorsicht, Netzwerk!" veranstaltet die VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse am 29. Oktober 2009 ihren jährlichen Fachtag. Inhalt des dritten Fachtags der Servicestelle werden die Potenziale von Netzwerken sein sowie die Fallstricke in der Netzwerkarbeit.

Die Initiative VIVA FAMILIA wurde von der rheinland-pfälzischen Familienministerin Malu Dreyer gegründet, um Familien in ihren vielfältigen Lebensformen zu stärken. Im Rahmen der Initiative haben sich schon in vielen Orten in Rheinland-Pfalz Partnerinnen und Partner aus unterschiedlichen familienrelevanten Handlungsfeldern in Lokalen Bündnissen zusammengetan, um gemeinsam an dem Ausbau familienfreundlicher Strukturen zu arbeiten.

Unter dem Titel "Vorsicht, Netzwerk!" veranstaltet die VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse am 29. Oktober 2009 ihren jährlichen Fachtag. Inhalt des dritten Fachtags der Servicestelle werden die Potenziale von Netzwerken sein sowie die Fallstricke in der Netzwerkarbeit. Die VIVA FAMILIA - Servicestelle für Lokale Bündnisse ist in der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) verankert und unterstützt Interessierte, die ein Bündnis gründen möchten, sowie Mitglieder bestehender Bündnisse bei ihren Unternehmungen. Der Fachtag "Vorsicht, Netzwerk!" soll auch Gelegenheit bieten, Erfahrungswerte, neue Ideen und Anregungen für die lokale Netzwerkarbeit zu bündeln.

Termin:

29. Oktober 2009

Tagungsort:

Schloss Waldthausen, Im Wald 1, 55257 Budenheim

Kosten:

Die Teilnahme am Fachtag "Vorsicht, Netzwerk!" ist kostenfrei.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Alke Peters, Telefon 06131 / 20 69 28

Vorankündigung: Fachtag Kindergesundheit und Migrationshintergrund

Für den 14. Januar 2010 ist der nächste Fachtag des Regionalen Knotens im Rathaus der Stadt Mainz projektiert.

Inhaltlich wird es um den Faktor Migrationshintergrund im Kontext von Kindergesundheit, Kinderarmut und sozialer Benachteiligung gehen. Mit Dr. Liane Schenk konnte die Mitautorin des "Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KIGGS): Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund in Deutschland" als Referentin für den Fachtag gewonnen werden.

Ansprechpartner bei der LZG: Bernd-Olaf Hagedorn, Telefon 06131 / 20 69 16

"Bewegt im Alter": Generationen-Aktiv-Platz und Bewegungsspiel

Bei der offiziellen Eröffnung des neuen Generationen-Aktiv-Platzes im Park am Mäuseturm, auf dem ehemaligen Gelände der Landesgartenschau Bingen, kam auch der eigens für Seniorinnen und Senioren eingerichtete Stepper-Mitmachstand der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) zum Einsatz. Bei dieser Treppensimulation mit Handläufen kann in einem Wettbewerb getestet werden, wie viele Treppenstufen man in einer halben Minute laufen kann. Zusätzlich wurde ein Bewegungsspiel mit Übungen für mehr Beweglichkeit, Muskelaufbau und Gleichgewichtssicherheit für Seniorinnen und Senioren vorgestellt.

Das Bewegungsspiel ist Baustein des LZG-Projekts "Bewegt im Alter" und wird im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM durch das Bundesministerium für Gesundheit gefördert. Entwickelt wurde das Spiel im Auftrag der LZG unter fachlicher Leitung von Dr. Roland Burger, Bewegungs- und Trainingswissenschaftler an der Universität Mainz. Es soll als Gruppenspiel Freude und dauerhaftes Interesse an Bewegung im Alltag vermitteln. Zum Einsatz kommt es vor allem in Seniorenheimen und Einrichtungen von Betreutem Wohnen, aber auch bei der Eröffnung des Generationen-Aktiv-Platzes wurde es von den Seniorinnen und Senioren und deren Enkeln und Urenkeln begeistert in Anspruch genommen.

Der Generationen-Aktiv-Platz in Bingen besteht aus mehreren Allwettergeräten aus Edelstahl, die für Menschen jeden Alters konzipiert sind. Eine Übungsanleitung mit Bild ist an jedem Gerät fest installiert.

Hier können Seniorinnen und Senioren an den verschiedenen Outdoor-Geräten ihre Muskeln und Beweglichkeit trainieren. Fit halten, aktiv und beweglich bleiben, das ist das Ziel des Rundkurses. Ein großes Schachbrett und eine Boule-Anlage zum geselligen Spielen runden den Generationen-Aktiv-Platz ab.

Senioren-sport im öffentlichen Raum, der in China längst zum Alltag gehört, kann nun auch im Park am Mäuseturm betrieben werden. Bedingt durch den demografischen Wandel werden auch in Deutschland immer mehr sogenannte Senioren- bzw. Mehrgenerationenspielflächen, die auf die Bedürfnisse älterer Menschen ausgelegt sind, gebaut. Ziel ist die körperliche Betätigung sowie das Training der Feinmotorik und der geistigen Fitness, wobei auch der gesellschaftliche Aspekt eine tragende Rolle spielen soll.

Die Nutzung der Geräte ist kostenfrei, der Eintritt zum Park kostet einen Euro.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Martina Michels-Simon, Telefon 06131 / 20 69 29

Netzwerk Regionaler Knoten: 3. Good-Practice-Projekt aus Rheinland-Pfalz

Das Projekt "Gesund und fit durch vielseitige Ernährung" der Spiel- und Lernstube Koblenz-Asterstein ist als drittes rheinland-pfälzisches Good Practice Projekt durch den bundesweiten Kooperationsverbund Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) anerkannt worden.

Jupp Arldt, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG), gratuliert der Leiterin der Spiel- und Lernstube, Marlies Apel, und ihrem Team. In dem Projekt werden Kindern aus sozial benachteiligten Lebenslagen auf spielerische Weise gesunde und kostengünstige Lebensmittel sowie deren schmackhafte und einfache Zubereitung nahe gebracht. Auch andere Gesundheitsthemen wie Impfprophylaxe, Zahngesundheit und Vorsorgeuntersuchungen werden über das Projekt vermittelt.

Als besonders nachahmenswert wird das Projekt für die Praxisbereiche "Niedrigschwellige Arbeitsweise", "Empowerment" und "Nachhaltigkeit" ausgezeichnet.

"Gesund und fit durch vielseitige Ernährung" wird neben den drei anderen Good-Practice-Projekten als eines von bundesweit knapp 100 Beispielen in der Datenbank www.gesundheitliche-chancengleichheit.de und im nächsten Dokumentationsband des Kooperationsverbundes in Buchform veröffentlicht werden.

Die rheinland-pfälzischen Good-Practice-Projekte wurden vom Netzwerk Regionaler Knoten Rheinland-Pfalz: Kindergesundheit in sozial benachteiligten Lebenslagen in der LZG erarbeitet und durch den wissenschaftlichen Begutachtungsprozess begleitet. Sie sind auf der LZG-Homepage unter www.lzg-rlp.de/projekte zu finden.

Ansprechpartner bei der LZG: Bernd-Olaf Hagedorn, Telefon 06131 / 20 69 16

Regionale Knoten im 13. Kinder- und Jugendbericht

Die Arbeit der Regionalen Knoten findet bundesweit immer mehr Anerkennung. In der Stellungnahme zum 13. Kinder- und Jugendbericht bezeichnet die Bundesregierung im Mai 2009 den Kooperationsverbund Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten als gutes Beispiel für eine bessere Vernetzung und erwähnt ausdrücklich die 16 Regionalen Knoten in den Bundesländern.

Niedrigschwelligkeit, Empowerment und Partizipation sowie die Arbeit an den Schnittstellen zwischen Gesundheitswesen und Kinder- und Jugendhilfe erachtet der 13. Kinder- und Jugendbericht als zentral für eine Verbesserung der Lebenssituation sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher.

Wegen erhöhter Verkehrsunfallzahlen, verschiedener Krankheiten, Übergewicht und psychischen Auffälligkeiten, insbesondere bei Kindern aus sozial benachteiligten Lebenslagen, hat

Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt eine Strategie zu Förderung der Kindergesundheit entwickelt, die unter www.die-praevention.de nachzulesen ist.

Für den Regionalen Knoten Rheinland-Pfalz liegt die federführende Koordination seit 2005 bei der LZG. In der Steuerungsgruppe beteiligt sind die Ministerien für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen sowie für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur, die gesetzlichen Krankenkassen, die Unfallkasse Rheinland-Pfalz, Kommunale Spitzenverbände in Rheinland-Pfalz, LIGA der Spitzenverbände der Wohlfahrtspflege, Vertreter der Wissenschaft sowie der Verein Armut und Gesundheit vertreten.

Mehr zum Regionalen Knoten finden Sie unter www.lzg-rlp.de/projekte

Ansprechpartner bei der LZG: Bernd-Olaf Hagedorn, Telefon 06131 / 20 69 16

Initiative "Bündnisse gegen Depression in Rheinland-Pfalz"

Die Entwicklung der Initiative "Bündnisse gegen Depression in Rheinland-Pfalz" der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) seit der Auftaktveranstaltung im Mai ist vielversprechend: Bereits in mehreren rheinland-pfälzischen Regionen haben sich Engagierte zusammengefunden, um ihre Erfahrungen und Ideen über ein gemeinsames Bündnis in neue oder erweiterte Angebote zum Thema "Depression" münden zu lassen.

Vor Ort werden diese Prozesse von der LZG begleitet: Regionale Fachveranstaltungen bieten die Gelegenheit, Netzwerke über den jeweiligen Initiatorenkreis hinaus weiter auszubauen und Impulse für die eigene Bündnisarbeit aufzugreifen.

Interessierte können sich über den Internetauftritt zur Initiative www.rlp-gegen-depression.de informieren und sich über das Kontaktformular mit der Projektleitung in Verbindung setzen.

Um regionale Veranstaltungen zum Thema "Depression" landesweit bekannt zu machen, wurde auf der Website der Initiative die Rubrik "Termine im Land" eingerichtet. Dort können Veranstalter über ein Online-Formular Ihre Termine veröffentlichen und auf Veranstaltungen in ihrer Region hinweisen.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Susanne Hilgert, Telefon 06131 / 20 69 26

Elterninfo zum sicheren Schulweg

Wenn ABC-Schützen in die Schulzeit starten, stellt sich für die Eltern auch die Frage: "Wie kommt das Kind von nun an heil zur Schule?" Die Ausgabe Nr. 10 aus der Broschürenreihe "Elterninfo" der LZG hilft bei der Vorbereitung auf den Schulweg und gibt Eltern nützliche Tipps, wie sie ihre Kinder gleich zweifach fit machen können: für Sicherheit im Straßenverkehr und mehr Bewegung im Schulalltag.

Der erste Schultag ist ein großer Tag für die ABC-Schützen und ihre Familien. Doch für die Eltern stellt sich auch die Frage: "Wie kommt das Kind von nun an heil zur Schule?" In der Regel begleiten die Eltern ihr Kind in der ersten Zeit - aber gleichzeitig müssen sie es gut vorbereiten, damit es diesen Weg künftig allein bewältigen kann - und jeden Tag gesund und sicher zur Schule kommt.

Die Ausgabe Nr. 10 aus der Elterninfo-Reihe der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) gibt Eltern nützliche Tipps, wie sie ihre Kinder gleich zweifach fit machen können: für Sicherheit im Straßenverkehr und mehr Bewegung im Schulalltag.

Die Elterninfo Schulweg kann bei der LZG kostenlos (gegen Rückporto) bestellt werden unter Telefon 06131 / 20 69 12 oder E-Mail rkrzistek@lzg-rlp.de. Weitere Informationen zur Bestellung sowie alle weiteren bisher erschienenen Elterninfos gibt es unter www.lzg-rlp.de unter "Service" im LZG-Shop.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Annika Millahn, Telefon 06131 / 20 69 34

Broschüre "Körpererfahrung und Sexualerziehung im Kindergarten"

Eine neue Broschüre zur sexualpädagogischen Arbeit für pädagogisch Tätige in Kindergarten, Fachberatung, Aus- und Weiterbildung ist bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) erhältlich.

Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) hat mit Unterstützung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) eine Broschüre zur sexualpädagogischen Arbeit aufgelegt, die sich aus der Kinderliedertour "Nase, Bauch und Po" entwickelt hat.

Das Handout zur sexualpädagogischen Arbeit wendet sich an pädagogisch Tätige in Kindergarten, Fachberatung, Aus- und Weiterbildung. Die Broschüre beinhaltet die Themen Sexualerziehung im Kindergartenalter, Maßnahmen in Rheinland-Pfalz und Anregungen für die Praxis. Sie ist bei der LZG über das Referat "Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen, AIDS-/STD-Prävention und Sexualerziehung" erhältlich.

Ansprechpartnerin: Monika Kislik, Telefon 06131 / 20 69 22

Familienservice zu Erziehungsfragen

"Erziehungsfragen? - Hilfen finden und annehmen!" hieß der Themenschwerpunkt beim Familienservice der "VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse" der LZG im August. In Texten, die auch weiterhin auf www.familienservice-rlp.de zu finden sind, wurde erklärt, in welchen Situationen Hilfe und Unterstützung bei der Erziehung ratsam ist und wohin sich Eltern mit ihren Fragen wenden können. Zudem gab es die Möglichkeit eine Expertin und einen Experten per Mail zu individuellen Fragen zu konsultieren.

In einer Umfrage der Gesellschaft für Konsumforschung im Auftrag des Apothekenmagazins "Baby und Familie" gaben im Jahr 2008 fast 54 Prozent der befragten Mütter und 40 Prozent der befragten Väter an, mit den Anforderungen der Erziehung oft nicht zurechtzukommen. Schlechte Schulleistungen über einen längeren Zeitraum, Entwicklungsverzögerungen des Kindes, Schlaf- oder Essstörungen, große Differenzen zwischen den Eltern über die Kindererziehung, Arbeitslosigkeit oder Partnerschaftsprobleme können die Familie so sehr belasten, dass professionelle Unterstützung und Beratung von außen hilfreich ist. "Die vielen Erziehungs- und Familienberatungsstellen im Land helfen, bestehende familiäre Probleme zu klären und zu bewältigen und wollen Eltern grundlegend in ihrer Erziehungskompetenz stärken", erklärte Jupp Arldt, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG).

"Erziehungsfragen? - Hilfen finden und annehmen!" hieß hierzu der Themenschwerpunkt beim Familienservice der "VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse" der LZG im August. In Texten, die auch weiterhin auf www.familienservice-rlp.de zu finden sind, wurde erklärt, in welchen Situationen Hilfe und Unterstützung bei der Erziehung ratsam ist und wohin sich Eltern mit ihren Fragen wenden können, zudem gab es die Möglichkeit eine Expertin und einen Experten per Mail zu individuellen Fragen zu konsultieren. Ursula Beck, Diplom-Sozialarbeiterin und Roland Zemke, Diplom-Sozialarbeiter und Supervisor standen als E-Mail-Experten für Nachfragen zur Verfügung. Beide sind als Erziehungs- und Familienberater an der Lebensberatungsstelle des Bistums Trier tätig.

Unter www.familienservice-rlp.de präsentiert die Servicestelle für lokale Bündnisse der LZG im monatlichen Wechsel Themenschwerpunkte für Familien. Der Themenfundus erstreckt sich von Kinderbetreuung und Wohnumfeld über Beruf und Gesundheit bis hin zu Familienkompetenz und Generationenfragen. Die Berichte und Interviews sind jeweils verknüpft mit einer Mailaktion an Expertinnen oder Experten.

In Rheinland-Pfalz gibt es zurzeit 38 Lokale Bündnisse für Familie. Rund 4 Mio. Bürgerinnen und Bürger leben in Rheinland-Pfalz im Einzugsgebiet von Lokalen Bündnissen für Familie. Weitere Informationen gibt es unter www.lokale-buendnisse-rlp.de.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Annika Millahn, Telefon 06131 / 20 69 34

Familienservice September: Kleine Kinder - große Wutanfälle

"Kleine Kinder - große Wutanfälle: Normale Entwicklungsphase oder Tyrannei?" heißt der Themenschwerpunkt unter www.familienservice-rlp.de im September 2009. Die "VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse" der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. (LZG) nimmt die Debatte um die "kleinen Tyrannen" in den Blick: Eine Expertin bezieht Stellung und erklärt, dass Widerstand gegen Erwachsene ein wichtiger Teil der kindlichen Entwicklung ist und gleichzeitig auch sinnvolle Grenzen und Regeln zur Kindererziehung gehören. Außerdem werden einige Erziehungsprogramme vorgestellt.

Kleine Tyrannen, respekt- und orientierungslose Kinder, deren Erziehung vollkommen aus dem Ruder gelaufen zu sein scheint, begegnen uns im Alltag immer öfter. Das zumindest sagt der Kinder- und Jugendpsychiater Dr. Michael Winterhoff. Und er scheint damit einen Nerv der Zeit zu treffen: Seit Monaten steht sein Buch "Warum unsere Kinder Tyrannen werden" (erschienen 2008) auf den deutschen Bestsellerlisten. Laut "Generationenbarometer 2009" des Instituts für Demoskopie Allensbach sind in Deutschland 60 Prozent der Menschen der Meinung, dass Kinder keine klaren Regeln und Vorgaben kennen.

Es gibt aber auch viele Fachleute, die die "Tyrannen-Debatte" und den Ruf nach mehr Disziplin sehr kritisch sehen. "Die meisten Kinder sind nicht deshalb ungehorsam, weil ihre Eltern zu fürsorglich sind, sondern weil sie von ihnen zu wenig Zuwendung erhalten", sagt etwa der renommierte Schweizer Kinderarzt Dr. Remo H. Largo.

"Wo die einen das Phänomen der "tyrannischen Kinder" entdeckt haben wollen, konstatieren andere eine normale Entwicklungsphase, der mit Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu begegnen ist", resümiert Jupp Arldt, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG).

"Kleine Kinder - große Wutanfälle: Normale Entwicklungsphase oder Tyrannei?" heißt der Themenschwerpunkt unter www.familienservice-rlp.de im September 2009. Die "VIVA FAMILIA - Servicestelle für lokale Bündnisse" der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. (LZG) nimmt die Debatte um die "kleinen Tyrannen" in den Blick: Eine Expertin bezieht Stellung und erklärt, dass Widerstand gegen Erwachsene ein wichtiger Teil der kindlichen Entwicklung ist und gleichzeitig auch sinnvolle Grenzen und Regeln zur Kindererziehung gehören. Außerdem werden einige Erziehungsprogramme vorgestellt.

In der Zeit vom 7. - 11. September steht Diplom-Psychologin Herta Wiprich, Leiterin des "caritas-beratungszentrums St. Nikolaus" in Mainz unter der Adresse experte@familienservice-rlp.de als E-Mail-Expertin für Nachfragen zur Verfügung.

Unter www.familienservice-rlp.de präsentiert die Servicestelle für lokale Bündnisse der LZG im monatlichen Wechsel Themenschwerpunkte für Familien. Der Themenfundus erstreckt sich von Kinderbetreuung und Wohnumfeld über Beruf und Gesundheit bis hin zu Familienkompetenz und Generationenfragen. Die Berichte und Interviews sind jeweils verknüpft mit einer Mailaktion an Expertinnen oder Experten.

In Rheinland-Pfalz gibt es zurzeit 38 Lokale Bündnisse für Familie. Rund 4 Mio. Bürgerinnen und Bürger leben in Rheinland-Pfalz im Einzugsgebiet von Lokalen Bündnissen für Familie. Weitere Informationen gibt es unter www.lokale-buendnisse-rlp.de.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Annika Millahn, Telefon 06131 / 20 69 34

Gesundheitstelefon: Gesund durch die Schwangerschaft

Das Gesundheitstelefon der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. (LZG) informiert vom 1. bis 15. September darüber, was der Gesundheit von Mutter und Kind in der Schwangerschaft gut tut und wie Schwangere Schaden von ihrem Kind abwenden können.

Das Gesundheitstelefon ist ein Angebot der LZG für alle Bürgerinnen und Bürger. Im 14-tägigen Wechsel werden aktuelle Gesundheitsthemen aufbereitet, die sowohl im Internet als auch per

Ansagedienst unter der Nummer 06131 / 20 69 30 abrufbar sind. Alle Informationstexte sind nach Stichpunkten geordnet auch im Internet zu finden, unter www.gesundheitstelefon-rlp.de.

Der aktuelle Beitrag im September informiert über die schöne, aber auch veränderungsreiche Zeit der Schwangerschaft und darüber was der Gesundheit von Mutter und Kind in der Schwangerschaft gut tut und wie Schwangere Schaden von ihrem Kind abwenden können. Vom 16. bis 30. September handelt der Ansagetext des Gesundheitstelefon vom Einfluss der Musik auf Menschen mit Demenz. Ab dem 1. Oktober informiert das Gesundheitstelefon zum Thema Stottern.

Ansprechpartnerin bei der LZG: Sigrid Hansen, Telefon 06131 / 20 69 15

Kompetenz im Job - Seminare und Fortbildungen

Die LZG bietet Fachkräften das ganze Jahr über ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsprogramm für die Arbeit mit Menschen in unterschiedlichen Lebensfeldern an, rund um die Themen Gesundheitsförderung und Prävention.

Eine Gesamtübersicht über das Angebot sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie unter <http://www.lzg-rlp.de/html/veranstaltungen.html>.

Neue Medien

Die aktuellen Neuerscheinungen sowie alle von der LZG herausgegeben Medien finden Sie im LZG-Shop auf der Homepage. Neben Informationsbroschüren und Publikationen sind auch Poster und Postkarten zu verschiedenen Kampagnen erhältlich.

Eine Übersicht über die neu erhältlichen Medien gibt es unter <http://www.lzg-rlp.de/service/medien/neue-medien/>

Das ganze Angebot des LZG-Shops finden sie unter <http://www.lzg-rlp.de/service/printmedien-shop/>

Termine

Termine der LZG zu vielen verschiedenen Themen der Gesundheitsförderung wie Fachtage, Informationsveranstaltungen oder die Pflegestammtische finden Sie aktuell unter

<http://www.lzg-rlp.de/aktuelles/veranstaltungen/>

Herausgeberin

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz, www.lzg-rlp.de

Redaktion

Sigrid Hansen,
Jupp Arldt, V.i.S.d.P.,

Ihre Ansprechpartnerin

Sigrid Hansen, Mail: shansen@lzg-rlp.de

Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt.

Abonementhinweise

Newsletter bestellen bzw. abbestellen - Klicken Sie hier <http://www.lzg-rlp.de/aktuelles/newsletter/>