



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

News

**JETZT IST EINE
GUTE ZEIT FÜR
GESUNDHEIT**

NEWSLETTER

Projekt zur „Verzahnung von
Arbeits- und Gesundheitsförderung
in der kommunalen Lebenswelt“
in Rheinland-Pfalz

**SEPTEMBER
– OKTOBER
2021**

Zusammenspiel von Körper und Seele

Die Psyche leidet, wenn es dem Körper schlecht geht, etwa bei anhaltenden Schmerzen. Bei chronischen Krankheiten wie Asthma, Diabetes oder Kreislauf-Erkrankungen. Wie sehr spüren wir körperliche Auswirkungen, wenn es der Psyche schlecht geht – wenn zum Beispiel Angst haben, Stress stehen oder uns unwohl fühlen. Der Grund liegt darin, dass zwischen Gehirn und Körper ein reger Austausch über Blut, Botenstoffe und elektrische Signale stattfindet. Die psychosomatische Medizin betrachtet den Menschen ganzheitlich und widmet sich den Beschwerden, die aus dem Zusammenspiel von psychischer und psychosomatischer



menhang. Die psychosomatische Medizin betrachtet den Menschen ganzheitlich und widmet sich den Beschwerden, die aus dem Zusammenspiel von psychischer und psychosomatischer

INHALT

AKTUELLES IM PROJEKT

Zweite digitale Gesundheitswoche | JOBS Program startet in Koblenz | Ausstellung Zeit für Gesundheit

ANGEBOTE FÜR FACHKRÄFTE

Neues umfangreiches Fortbildungsprogramm | Telefonfortbildung

WISSENSWERTES

Impfbusse in Rheinland-Pfalz | Freischwimmen21 | (Wieder) in Bewegung kommen – Aktionstage Gesundheitswandern | Fremdsprachige Informationen zu Corona

Sie wünschen **fortan keinen Newsletter** mehr zu erhalten? Teilen Sie uns dies bitte **per E-Mail** an agf@lzg-rlp.de mit.



Redaktionsteam
Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung
Kordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit
E-Mail: agf@lzg-rlp.de

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V





AKTUELLES IM PROJEKT

Zweite digitale Gesundheitswoche

Unter dem Titel „Gesund durch die kalte Jahreszeit“ wird Anfang November die zweite digitale Gesundheitswoche des Projekts abgehalten.

Für Fachkräfte und erwerbslose Menschen gleichermaßen wird in der Woche vom 8. bis 12. November 2021 wieder ein buntes Programm rund um die Gesundheitsförderung über Zoom zum Mitmachen angeboten. Die Themen reichen von Ernährung und Bewegung in den eigenen vier Wänden, über Entspannung und Stressbewältigung bis hin zu einer Vorstellung von Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen.

Eine Anmeldung ist nicht nötig. Ihnen werden digital – und wenn Sie wünschen auch in Printformat – Flyer zur Bewerbung zugehen.

JOBS Program startet in Koblenz

JOBS Program wurde im Jahr 1992 in Michigan (USA) entwickelt und hat sich in zahlreichen Studien als besonders wirksam erwiesen. Es wurde bereits in mehrere Länder übertragen. Nun soll es unter dem Dach des Projektes „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“ auch in Deutschland erprobt werden.

Den Start macht im September 2021 das Jobcenter in der Stadt Koblenz als Teil einer Studie zur Wirksamkeit des Trainings. Mit dem Training „Mit Selbstvertrauen in die Jobsuche – JOBS Program“ erprobt das GKV-Bündnis für Gesundheit das Programm zur Steigerung des Selbstvertrauens und der Motivation arbeitsloser Menschen während der Jobsuche.

Bei Rückfragen zum Konzept erreichen Sie Selina Ernst als Ansprechpartnerin unter sernst@lzg-rlp.de.

Ausstellung Zeit für Gesundheit

Gesundheitswissen zu vermitteln ist ein Ziel des Projekts „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“. Zu diesem Zweck wurde eine interaktive Ausstellung „Zeit für Gesundheit“ entwickelt, die an den Projektstandorten im öffentlichen Raum eingesetzt werden kann.

Auf einer dreiseitigen Säule mit Touchscreens und Kopfhörern samt Desinfektionsmittelspendern können Infotexte und kurze Filme zu den Themen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung und Umgang mit Suchtmitteln abgerufen werden. Die Ausstellung führt virtuell durch die facettenreichen Themen der Gesundheitsförderung. So beinhaltet sie zum Beispiel Anleitungen zur Selbstmotivation, Hinweise zu Medikationsplänen oder auch einfache und gesunde Rezepte für jede Jahreszeit.

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V





Mehr zu den Konditionen und möglichen Ausstellungsterminen erfahren Sie über Daniel Rölecke, droelecke@lzg-rlp.de.

ANGEBOTE FÜR FACHKRÄFTE

Neues umfangreiches Fortbildungsprogramm

Ab September 2021 bietet das Projekt Fachkräften in der Arbeit mit erwerbslosen Menschen in Rheinland-Pfalz ein digitales Fortbildungsangebot.

Aus der Praxis des Projekts entwickelt, greifen die Veranstaltungen relevante Themen wie „Umgang mit psychischen Problemen“, „Gesundheitsorientierte Beratungsgespräche“, „Partizipation“, „Alltagsstrukturen aufbauen“ und vieles mehr auf.

In einer eigenen Veranstaltung werden Fachanleitungen der Maßnahmeträger zum Thema „Gemeinsam gesund arbeiten“ eingeladen. Der Austausch zu den Themen zwischen den Einrichtungen stellt einen zentralen Inhalt der Veranstaltungen dar.

Um möglichst vielen Einrichtungen in Rheinland-Pfalz die Teilnahme zu ermöglichen, kann sich jeweils eine Fachkraft anmelden. Die Teilnehmenden übernehmen die Multiplikatorenfunktion in der eigenen Einrichtung.

[>> Das gesamte Fortbildungsangebot können Sie hier einsehen.](#)

Telefonfortbildung

Einmal im Monat bieten wir mit Telefonfortbildungen wertvolle Expert*innen-Informationen und Möglichkeiten zur fachlichen Diskussion an.

Mittwochs von 13.30 bis 14.30 Uhr informieren Expert*innen telefonisch zu relevanten Themen der Gesundheitsförderung in der Arbeit mit erwerbslosen Menschen.

Das Thema im September:

8. September 2021: Depression und Bewegung (Referent: Dr. Paul Nilges, Psychologischer Psychotherapeut, Johannes Gutenberg-Universität Mainz)

Alle Telefonfortbildungen finden Sie auch im [>> Veranstaltungskalender der LZG](#)

Ihnen stehen auch die Telefonfortbildungen unseres Partner-Referats für das Betriebliche Gesundheitsmanagement bei der LZG offen. Es erwarten Sie hier folgende Themen: „Wege aus der Stressfalle am Arbeitsplatz“ (29.9.) und „Besser schlafen – besser arbeiten“ (27.10.).

[>> Hier finden Sie eine Übersicht aller Telefon-Fortbildungen des BGM-Netzwerks](#)

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V





WISSENSWERTES

Impfbusse in Rheinland-Pfalz

Hingehen, Perso zeigen, Schutz-Impfung erhalten: Seit dem 2. August 2021 touren sechs mobile Impfbusteteams und impfen auf Supermarktparkplätzen quer durch Rheinland-Pfalz ohne Terminvergabe.

Umgesetzt wird die Sonderimpfaktion mit dem Deutschen Roten Kreuz und in Kooperation mit dem Einzelhandel. Ziel der Aktion der Landesregierung ist es, noch Unentschlossenen ein sehr einfaches und unbürokratisches Impfangebot zu machen. Ganz nach dem Motto: Wenn die Menschen nicht zum Impfstoff kommen, dann kommt der Impfstoff eben zu den Menschen.

Die aktuellen Standorte für die nächste Woche gibt es online unter:

[>> www.corona.rlp.de/de/impfbus/](http://www.corona.rlp.de/de/impfbus/)



Freischwimmen21

Der Ermöglichungsfond der Initiative Freischwimmen21 will zivilgesellschaftliche Akteure dabei unterstützen, Heranwachsende wieder an außerschulische Tätigkeiten heranzuführen.

Die Initiative Freischwimmen21 ist eine bundesweite Initiative der Zivilgesellschaft, die Engagierte vor Ort mit Beiträgen von bis zu 1.500 Euro darin unterstützt, Aktivitäten zugunsten von Kindern und Jugendlichen anzubieten. Die Pandemie hat für Kinder und Jugendliche viele wertvolle Erfahrungen vereitelt, die es nun nachzuholen gilt.

[>> Die Förderkriterien und mehr Hintergrundinformationen finden Sie hier.](#)

(Wieder) in Bewegung kommen – Aktionstage Gesundheitswandern

Oft fällt es nach längerer Inaktivität schwer, sich aufzuraffen und wieder in Bewegung zu kommen. Auch wenn bekannt ist, dass regelmäßige Bewegung guttut, man sich hinterher besser fühlt und die Gesundheit insgesamt gefördert wird – es gibt tausend Gründe, die davon abhalten, loszugehen.

Vom 17. bis 19. September 2021 laden bundesweite Veranstaltungen zum Gesundheitswandern ein – auch in Ihrer Nähe.

Eine interaktive Landkarte des Deutschen Wanderverbandes mit Terminen gibt es online unter [->> www.wanderverband.de](http://www.wanderverband.de).



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Fremdsprachige Informationen zu Corona

Die Landesregierung von Rheinland-Pfalz bietet auf ihrer Webseite Informationen zu Corona in verschiedenen Sprachen an.

Auf der Seite der Landesregierung finden Sie stets aktualisierte Informationen rund um Corona in den Sprachen Englisch, Französisch, Türkisch, Polnisch, Arabisch, Rumänisch und Farsi. Darunter auch eine Übersicht über die aktuell gültigen landesweiten Regelungen.

[>> Fremdsprachige Corona-Informationen RLP](#)

„Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“

Ein Projekt des GKV-Bündnisses für Gesundheit, umgesetzt von der **Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC)** in Trägerschaft der **Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)**

Hölderlinstraße 8

55131 Mainz

agf@lzg-rlp.de

www.lzg-rlp.de



Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.
www.lzg-rlp.de

Über das GKV-Bündnis für Gesundheit:

Das GKV-Bündnis für Gesundheit ist eine gemeinsame Initiative der gesetzlichen Krankenkassen zur Weiterentwicklung und Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten. Das Bündnis fördert dabei u. a. Strukturaufbau und Vernetzungsprozesse, die Entwicklung und Erprobung gesundheitsfördernder Konzepte, insbesondere für sozial und gesundheitlich benachteiligte Zielgruppen, sowie Maßnahmen zur Qualitätssicherung und wissenschaftlichen Evaluation. Der GKV-Spitzenverband hat gemäß § 20a Abs. 3 und 4 SGB V die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung damit beauftragt, die Aufgaben des GKV-Bündnisses für Gesundheit mit Mitteln der Krankenkassen umzusetzen.

Weitere Informationen: www.gkv-buendnis.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Newsletters des Projekts „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“ – z.B. Fotos, Inhalte – darf in irgendeiner Form ohne Quellenhinweis auf den Herausgeber reproduziert, vervielfältigt oder verbreitet werden. Nachdruck, Vervielfältigung oder Einspeicherung in Medien aller Art, auch auszugsweise, sind nur mit Genehmigung und Nennung der LZG zulässig.

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

