

Newsletter Juli 2022

Neues aus Gesundheitsförderung und Prävention in RLP

Liebe Leserinnen und Leser,

die Sommerferien naht und viele von Ihnen stehen sicher schon in den Startlöchern für den lang ersehnten Urlaub. Bevor es losgeht, versorgen wir Sie in diesem Newsletter noch mit Informationen aus unseren Projekten und geben einen Ausblick auf geplante Veranstaltungen und Informationsangebote.

Neuigkeiten sind aus dem Vorstand der LZG zu berichten. Bei der Mitgliederversammlung am 29. Juni 2022 im Museum für antike Schifffahrt in Mainz wurde Prof. Dr. Ursula Rieke mit großer Zustimmung wieder für vier Jahre zur Vorstandsvorsitzenden gewählt. Sie vertritt bei den Mitgliedsorganisationen die Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes in Rheinland-Pfalz sowie die Katharina Kasper-Stiftung. Da einige Vorstandsmitglieder nach zum Teil über zwanzigjähriger Zugehörigkeit aus ihrem Amt ausschieden, gibt es nun bei den beiden stellvertretenden Vorsitzenden sowie bei den acht Beisitzerinnen und Beisitzern neben bewährten Kräften auch einige neue Gesichter.

Die von den anwesenden Mitgliedsorganisationen gewählte aktuelle Zusammensetzung des Vorstands finden Sie [hier](#). Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!

Doch nun erst mal einen schönen Sommer und viel Spaß im Urlaub! Erholen Sie sich gut - trotz und gerade wegen der ungewissen Zeit, in der wir uns befinden.

Bleiben Sie zuversichtlich und gesund!

Ihr Team der LZG

Aus unseren Projekten



Impflotsen beim Rheinland-Pfalz-Tag in Mainz

Vom 20. bis 22. Mai 2022 fand erstmals seit Beginn der Corona-Pandemie wieder der Rheinland-Pfalz-Tag statt. Insgesamt 12 Impflotsinnen und Impflotsen aus verschiedenen Regionen des Landes waren auf dem Festgelände in Mainz unterwegs,

um in verschiedenen Sprachen über die Corona-Schutzimpfung aufzuklären, Fragen zu beantworten und auf Impfangebote hinzuweisen. Spontan Entschlossene konnten sich am Impfbus, der an allen drei Veranstaltungstagen in Mainz Station machte, ihre Erst-, Zweit- oder Boosterimpfung abholen.

Das Koordinationsteam der LZG informierte am Stand neben dem Impfbus über das niedrigschwellige und zugehende Angebot des Projekts ImpfLotsen Rheinland-Pfalz, das im ersten Halbjahr 2022 bereits in den Städten Mainz, Koblenz, Ludwigshafen und Landau sowie in den Landkreisen Mayen-Koblenz, Neuwied und Südliche Weinstraße umgesetzt worden ist. Nach den Sommerferien werden auch in weiteren Kommunen ImpfLotsinnen und ImpfLotsen zum Einsatz kommen.

Das Projekt ImpfLotsen Rheinland-Pfalz wird gefördert vom Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit Rheinland-Pfalz und ist Teil der landesweiten Impfkampagne.

Weitere Informationen zum Projekt: www.impflotsen-rlp.de



Ansprechpersonen in der LZG

Susanne Herbel-Hilgert
E-Mail sherbel-hilgert@lzg-rlp.de
Telefon 06131 2069-26

Monika Seibel
E-Mail mseibel@lzg-rlp.de
Telefon 06131 2069-26-49

Annika Kersting
E-Mail akersting@lzg-rlp.de
Telefon 06131 2069-67



Initiative Organspende Rheinland-Pfalz mit vielfältigem Angebot aktiv

Die Initiative Organspende Rheinland-Pfalz ist auch im 20. Jahr ihres Bestehens weiter aktiv, um Menschen für das Thema Organspende zu sensibilisieren. Highlight des ersten Halbjahres 2022 war der bundesweite Tag der Organspende am 4. Juni in Mainz.

Die Initiative Organspende war gleich mit drei Aktionen in der Mainzer Innenstadt vertreten: Die bereits weit gereiste Wanderausstellung [Herz verschenken](#) stand im lulu Conceptstore bereit, um durch Fotoportraits die Auseinandersetzung mit dem Thema Organspende anzustoßen. Die große [Plakatwand](#) vor dem mainz STORE hielt 840 Organspendeausweise zum Mitnehmen bereit und die Aktion [Second Chance – ein Zeichen setzen für Organspende](#) informierte vor dem Laden von Jana Blume Vintage. Dort wurde zugunsten der [Kinderhilfe Organtransplantation](#) (KiO) Second-Hand-Bekleidung von Prominenten verkauft und zum Thema Organspende aufgeklärt. Der Erfolg war überwältigend: Dank der Kleidungsspenden von bekannten Persönlichkeiten wie Andrea Kiewel, Günther Jauch, Barbara Hahlweg, Anja Gockel und vielen anderen kamen durch die Verkäufe über 1.600 Euro für KiO zusammen.

Zudem war die Initiative Organspende im Rahmen der jährlich stattfindenden [Schultour](#) wieder in rheinland-pfälzischen Schulen unterwegs. Die Schultour gibt Jugendlichen die

Gelegenheit, mit Betroffenen ins Gespräch zu kommen und sich über die Möglichkeiten und Voraussetzungen einer Organspende zu informieren. Auch der Instagram-Account der Initiative Organspende rückt bei jungen Menschen das Thema Organspende ins Bewusstsein.

Die Initiative Organspende erhält finanzielle Unterstützung vor allem von den gesetzlichen Krankenkassen und dem Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit in Rheinland-Pfalz.

Folgen Sie uns bei Instagram: [@initiativeorganspende](https://www.instagram.com/initiativeorganspende)

Weitere Informationen unter www.initiative-organspende-rlp.de



Ansprechpartnerin in der LZG

Anabel Becker, Telefon 06131 2069-62,
E-Mail abecker@lzg-rlp.de



Ferienaktion für erwerbslose Familien startet

Der Blick auf die Sommerferien stellt sich für Familien in der Erwerbslosigkeit nicht unbedingt erfreulich dar. Ein Urlaub steht meist nicht an und auch Ausflüge und Schwimmbadtage mit Kindern sind kostspielig. Einen Beitrag zur gemeinsamen Gestaltung der Sommerferien in der Familie leistet die Familienferienaktion, die in diesem Jahr zum ersten Mal im Rahmen des Projekts „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“ angeboten wird.

Rund 800 Familien haben sich über die beteiligten Jobcenter und Agenturen für Arbeit angemeldet – mit mehr als 1.300 Kindern im Grundschulalter. Jede Familie erhält nach und nach vier Ferienpakete mit Anregungen zu den Themen Bewegung, Stressbewältigung und familiäres Miteinander. Familientage, Bewegungsangebote, Wandern, gemeinsames Kochen und viele Aktivitäten mehr vor Ort runden das Angebot für die Ferienzeit ab. Wir wünschen allen Familien viel Spaß!

Fragen und Anregungen senden Sie gerne an das Team im Referat Arbeits- und Gesundheitsförderung der LZG, das das Projekt im Auftrag der gesetzlichen Krankenkassen an 21 Standorten in Rheinland-Pfalz koordiniert. Weitere Informationen zum Projekt Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt finden Sie [hier](#).

Kontakt

E-Mail agf@lzg-rlp.de



Die Kampagne „Ich bewege mich – mir geht es gut!“ bewegt sich durchs Land

Die Nachfrage nach örtlichen Schulungsveranstaltungen im Rahmen der Kampagne „Ich bewege mich – mir geht es gut!“ wächst stetig: So konnten 2022 schon sechs Schulungen zur/zum BewegungsbegleiterIn durchgeführt werden. Vom Eifelkreis Bitburg-Prüm über die Vulkaneifel, Mayen-Koblenz, Bernkastel-Wittlich und Mainz bis zur Südlichen Weinstraße war die Kampagne somit landauf, landab unterwegs. Bis dato unterstützen rund 90 neue Ehrenamtliche das Projekt.

Im Landkreis Altenkirchen werden Anfang September weitere Personen ausgebildet, die anschließend an ihrem Wohnort niedrigschwellige Bewegungsgruppen für ältere Menschen gründen. Anfang Oktober wird das zweitägige Schulungskonzept in Alzey-Worms genutzt, um hier die Bewegungsförderung für die ältere Generation weiter auszubauen.

[Weiterlesen](#)

Ansprechpartnerin in der LZG

Annika Kersting, Telefon 06131 2069-67, E-Mail akersting@lzg-rlp.de



Neue Ausstellung: Zeit für Gesundheit

Der Zugang zu verlässlichen und verständlichen Gesundheitsinformationen ist eine wichtige Grundlage, um Gesundheitskompetenz zu entwickeln. Die Ausstellung „Zeit für Gesundheit“ stellt diesen Zugang her und informiert anschaulich über einen gesunden Lebensstil. Sie wurde im Rahmen des Projekts „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung“ in der Diskussion mit erwerbslosen Menschen entwickelt.

Die Ausstellung greift die grundlegenden Themen der Gesundheitsförderung gesunde Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung und Umgang mit Suchtmitteln auf. Die Inhalte sind als niedrigschwellige Texte und Videos aufbereitet. Die Informationen reichen von Tipps zum häufigen Trinken über Bewegung mit Alltagsgegenständen, der saisonalen Verfügbarkeit von Obst und Gemüse bis zum Medikationsplan.

Auf einer dreiseitigen Säule mit eingelassenen Touchscreens werden verschiedene Gesundheitsthemen vorgestellt. Die Ausstellung kann von bis zu drei Personen parallel genutzt werden. Sie benötigt eine Fläche von ca. 3 mal 3 Metern und einen Stromanschluss. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Ausleihe finden Sie [hier](#).

Veranstaltungen



Kita-Programm „Schatzsuche“ Neue Fortbildungsreihe im Herbst 2022

Das Eltern-Programm Schatzsuche fördert das seelische Wohlbefinden von Kindern im Alter von null bis sechs Jahren in Kindertageseinrichtungen und am Übergang in die Grundschule. Die Grundlage hierfür bildet der Ansatz der Resilienzförderung. Ziel ist es, die Erwachsenen – sowohl Eltern als auch pädagogische Fachkräfte – für die Bedürfnisse der Kinder zu sensibilisieren und diese auf den Alltag mit seinen Höhen und Tiefen vorzubereiten. Das Programm wurde von der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) entwickelt und wird seit Herbst 2017 für rheinland-pfälzische Kindertageseinrichtungen mit Förderung der Techniker Krankenkasse angeboten.

Im Herbst startet eine neue Fortbildungsreihe Schatzsuche-Basis für pädagogische Fachkräfte.

- Modul 1+2** 19./20. September 2022, digital
- Modul 3+4** 06./07. Oktober 2022, digital
- Modul 5+6** 03./04. November 2022, Jugendherberge Mainz
- Kosten** 400,00 Euro pro Person

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Online-Anmeldung finden Sie [hier](#).

Ansprechpartnerin in der LZG

Jessica Schnichels, Telefon 06131 2069-47, E-Mail jschnichels@lzg-rlp.de



Kita-Programm „Schatzsuche – Schule in Sicht“ Neue Fortbildungsreihe im Herbst 2022

Bei Schatzsuche – Schule in Sicht steht die Förderung des seelischen Wohlbefindens von Familien beim Übergang in die Grundschule im Mittelpunkt. In dieser besonderen Phase machen Kinder wichtige Schritte in ihrer Entwicklung. Der Übergang ist mit dem Abschied von Vertrautem und neuen Herausforderungen verbunden. Die Stärkung der Familien ist in dieser Zeit besonders wichtig. Schatzsuche – Schule in Sicht ist ein Eltern-Programm für Kindertagesstätten und Vorschulen. Im Rahmen des Programms wird das seelische Wohlbefinden von Kindern im Alter von sechs bis zehn Jahren gefördert.

Eine Aufbau-Weiterbildung für zertifizierte Schatzsuche-Fachkräfte startet im Herbst 2022.

Modul 1+2 28./29. November 2022, Kloster Jakobsberg Ockenheim
Kosten 300,00 Euro pro Person

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Online-Anmeldung finden Sie [hier](#).

Ansprechpartnerin in der LZG

Jessica Schnichels, Telefon 06131 2069-47, E-Mail jschnichels@lzg-rlp.de

Save the date: KGC-Fachtag „Gesundheit soll StadtFinden – Gesundheitsförderung im urbanen Raum“ am 5. Oktober 2022

Was bedeutet Gesundheit im urbanen Raum? Und was sind gute Ansätze, um gute, gerechte und chancengleiche Lebensverhältnisse zu gestalten? Welcher Weg führt von der Gesundheitsförderung in der Stadt zu einer gesunden Stadt? Und wen müssen wir auf dem Weg mitnehmen, um Gesundheit stattfinden zu lassen?



Dieser Fachtag der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit RLP bietet Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung und Prävention, der Stadt- und Nachbarschaftsentwicklung in Rheinland-Pfalz sowie allen Engagierten und Interessierten die Möglichkeit für Fachdiskussionen und Workshops zum Thema Gesundheitsförderung im urbanen Raum. Halten Sie sich den Termin frei!

Ein Programm mit Anmeldemöglichkeit folgt in Kürze auf der [Homepage der KGC](#).

Ansprechpartnerin in der LZG

Silke Wiedemuth, Telefon 06131 2069-18, E-Mail swiedemuth@lzg-rlp.de

Veröffentlichungen

Neue Broschüre: Depression im Alter

Neben demenziellen Erkrankungen stellt die Altersdepression die häufigste psychische Störung bei älteren Menschen dar. Sie ist eine ernst zu nehmende Erkrankung, die neben dem Verlust von Lebensqualität mit einem hohen Suizidrisiko einhergeht.

Gemeinsam mit dem Zentrum für psychische Gesundheit im Alter (ZpGA) hat die LZG eine Broschüre zur Altersdepression herausgebracht.



Sie gibt einen Überblick, wie sich die Altersdepression von einer Depression bei jüngeren Erwachsenen unterscheidet und welche auslösenden Umstände und Risikofaktoren ihre Entstehung begünstigen. Auf 20 Seiten enthält die Broschüre hilfreiche Informationen – sowohl für Betroffene als auch für Angehörige. Sie nennt wichtige Hilfsangebote, z. B. für das Finden einer Psychotherapie oder den Umgang mit einem Menschen mit Depression im Alter.

Digitale Veranstaltungsreihe – Aufzeichnungen verfügbar

Wie relevant das Thema gerade auch für Akteurinnen und Akteure ist, die im professionellen Kontext mit Menschen mit Altersdepression arbeiten, zeigte sich in einer erfolgreich durchgeführten digitalen Veranstaltungsreihe mit mehr als 150 Teilnehmenden. Dabei wurden unterschiedliche Schwerpunkte der Altersdepression näher beleuchtet. Die aufgezeichneten Videos sowie die Präsentationen finden Sie auch nach Abschluss der Reihe auf der [Website des Zentrums für psychische Gesundheit im Alter](#).

Die Broschüre „Depression im Alter“ können Sie im [LZG-Shop](#) bestellen oder direkt herunterladen.

Die digitale Veranstaltungsreihe sowie die Broschüre sind gefördert vom Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit Rheinland-Pfalz.

Ansprechpartnerin in der LZG

Susanne Herbel-Hilgert, Telefon 06131 2069-26, sherbel-hilgert@lzg-rlp.de

Informationsangebote



LZgoesWeb am 26. Juli 2022

Affenpocken Wissensstand: Vorbeugen – Erkennen – Behandeln

In verschiedenen europäischen Ländern ist in den letzten Monaten eine ungewöhnliche Häufung von Affenpocken-Infektionen aufgefallen. Auch in Deutschland werden immer mehr bestätigte Fälle gemeldet. Das klinische Bild ähnelt dem von klassischen Pocken, Windpocken oder Syphilis.

Die LZG greift in ihrem Online-Format LZgoesWeb das aktuelle Thema auf. Dr. med. Ansgar Rieke, Leiter der Immunologischen Ambulanz im Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein Kemperhof Koblenz und internistischer Chefarzt dort, führt mit aktuellen Fachinformationen und Bildern aus dem infektiologischen Praxisalltag in die Besonderheiten und Dynamik der Infektion ein. Fragen zum Verlauf, zu Schutzmaßnahmen und zur Impfung gegen Affenpocken werden behandelt. Durch breite und verständliche Aufklärung können Neuinfektionen und die Diskriminierung Betroffener verhindert werden.

Die Veranstaltung richtet sich u.a. an ärztliche Fachkreise, den Öffentlichen Gesundheitsdienst, AIDS-Fachkräfte, Pflegekräfte und andere im Gesundheits- und Sozialwesen Beschäftigte. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Gelegenheit zum Austausch.

Referent: Dr. med. Ansgar Rieke, Internistischer Facharzt für Infektiologie, Nephrologie, Gemeinschaftsklinikum Kemperhof, Koblenz.

Termin: 26. Juli 2022, 19:00 bis 20:30 Uhr

Teilnahme: Die Veranstaltung findet per Zoom statt. Es ist keine Voranmeldung nötig. Den Link zur Teilnahme finden Sie in Kürze auf unserer [Website](#).



Aktuelles Gesundheitstelefon Wie Sie gut durch den Sommer kommen

Meteorologinnen und Klimaforscher bestätigen es: Unsere Sommer werden immer heißer. Statistiken zeigen, dass an sehr heißen Sommertagen die Todeszahlen deutlich ansteigen, vor allem unter älteren Menschen. Auch chronisch Erkrankte, Schwangere und Kinder sind durch hohe Temperaturen und zu viel Sonne gefährdet. Wir können aber einiges tun, um den Sommer dennoch zu genießen. Die wichtigsten Tipps für den Umgang mit Sonne und Hitze sind im Alltag einfach umzusetzen – man muss sich nur daran gewöhnen!

Der aktuelle Servicetext der LZG erklärt, welche Gefahren ein heißer Sommer birgt und wie man sich davor schützen kann. Der Text ist vom 16. bis 31. Juli 2022 rund um die Uhr über das Gesundheitstelefon unter der Telefonnummer 06131 2069-30 abzuhören. Außerdem können Interessierte den Text mit weiterführenden Links – auch über diesen Zeitraum hinaus – auf der Homepage der LZG unter www.gesundheitstelefon-rlp.de anhören und nachlesen.

Nächstes Thema ab 1. August

Vorsicht Ambrosia – eine Pflanze als Allergieauslöser



Telefonfortbildung am 31. August 2022 Interne Kommunikation – Pfeiler einer gesunden Unternehmenskultur

Die LZG bietet mit ihren Telefonfortbildungen auf unkomplizierte Weise eine niedrigschwellige und ressourcenschonende Unterstützung bei der praktischen Umsetzung gesunder Arbeitsstrukturen in Unternehmen. Führungs- und Fachkräfte sowie Erwerbstätige finden in den telefonischen Vorträgen interessante Anstöße für die eigene Gesundheit und die der Belegschaft. Die Themen stehen in diesem Jahr unter dem Motto „Gesundheitsfördernde Kommunikation in der Arbeitswelt“.

Nächster Termin: 31. August 2022

Titel: Interne Kommunikation – Pfeiler einer gesunden Unternehmenskultur

Referentin: Heike D. Schmitt, Geschäftsführerin hd...s agentur für presse- und öffentlichkeitsarbeit, Wiesbaden

Nach dem fachlichen Input durch die Expertin können Fragen der Teilnehmenden beantwortet werden. Bitte wählen Sie sich zum angegebenen Termin mit der

Hier finden Sie weitere Informationen zu den [arbeitsweltbezogenen Telefonfortbildungen der LZG](#).

Wissenswertes

Hitzeservice statt Hitzestress – Was brauchen Kommunen?

Im Auftrag des Bundesgesundheitsministeriums erstellt das Projekt „Hitzeservice statt Hitzestress – Was brauchen Kommunen?“ ein Informationsportal für Kommunen zum Thema gesundheitlicher Hitzeschutz. Auf diesem Portal sollen Kommunen genau solche Inhalte finden, die sie zur Planung und Umsetzung gesundheitlicher Hitzeschutzmaßnahmen wirklich brauchen.

Dafür führt das Institut für Soziologie der Ludwig-Maximilians-Universität München eine Online-Befragung unter Vertreterinnen und Vertretern von Kommunen durch: Was brauchen Sie, um beim Thema Hitzeschutz voranzukommen? Was wünschen Sie sich für ein solches Informationsportal?

Die Umfrage läuft noch bis zum 24.07.2022 und ist anonym. Die Daten werden nur für Projektzwecke gespeichert und nach dessen Abschluss gelöscht. Es besteht die Möglichkeit, sich im Anschluss an die Befragung die Ergebnisse per Mail übermitteln zu lassen.

[Hier geht es zur Umfrage](#)

[Weitere Informationen](#)



Komplexe Arbeitswelt: Führung im Fokus

Die Arbeitswelt verändert sich rasant und bringt neue Herausforderungen mit sich, die es zu bewältigen gilt. Mittendrin: Führungskräfte. Sie sind selbst den tiefgreifenden Veränderungen der Arbeitswelt ausgesetzt und sind gleichzeitig für ihre Mitarbeitenden verantwortlich. Die Anforderungen sind hoch.

Hier setzt das Projekt „Weitblick: Zukunftsfähig führen – Wandel erkennen & gestalten“ vom Institut für Arbeitsfähigkeit in Mainz an. Gefördert wird das Projekt aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF+) sowie arbeitsmarktpolitischen Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz. Das Projektteam setzt sich zum Ziel, Führungskräfte **zukunftsorientierte Kompetenzen** an die Hand zu geben sowie einen Beitrag zum Erhalt und zur Förderung der **Gesundheit und Arbeitsfähigkeit** der Führungskräfte und ihrer Mitarbeitenden zu leisten.

In drei inhaltlich aufeinander aufbauenden Workshops bekommen Führungskräfte das notwendige Know-how für ihre Aufgabe in der Balance zwischen gesunder Selbstführung und einer wertschätzenden Führung gegenüber den Beschäftigten. Es folgen weitere Veranstaltungsformate, bei denen auch die Mitarbeitenden über

betriebsspezifische Veränderungen, Chancen und Risiken ins Gespräch kommen können.

Das Projektteam lädt Führungskräfte und ihre Mitarbeitenden, deren Betriebe ihren **Sitz in Rheinland-Pfalz** haben, herzlich ein, in das Projekt einzusteigen. Nutzen Sie den Austausch mit anderen Unternehmen zur Reflexion und Weiterentwicklung, um die Arbeit der Zukunft aktiv mitzugestalten. Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist **kostenfrei**.

Mehr Informationen zum Projekt und alle Termine gibt es auf www.arbeitsfaehig.com unter „Projekte“.

Kontakt

Institut für Arbeitsfähigkeit GmbH, Marianne Giesert, Telefon 0171 6255334, E-Mail gutentag@arbeitsfaehig.com

Hinweis

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der LZG arbeiten weiterhin vorrangig im Homeoffice. Bitte kontaktieren Sie uns bevorzugt per E-Mail. Wir danken für Ihr Verständnis, falls es zu Verzögerungen bei der Beantwortung Ihres Anliegens kommen sollte.



Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.

Impressum

Herausgegeben von der
Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-
Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8
55131 Mainz

www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P. Dr. Matthias Krell



Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.
Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich auf Landeszentrale für
Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. angemeldet haben.

Wenn Sie sich vom Newsletterbezug abmelden möchten, nutzen Sie bitte **diesen [Link](#)**.

Gesendet von
 sendinblue

Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt.