



Newsletter

Juli 02 / 2020

Sehr geehrte Netzwerkpartner*innen und Interessierte
der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg,

außergewöhnliche Zeiten liegen hinter und noch vor uns. Auch wenn das Infektionsgeschehen des neuen Corona-Virus in Deutschland vergleichsweise glimpflich ablief, so hinterlässt das Virus doch weiterreichende Folgen in Wirtschaft und Gesellschaft. Wir werden lernen müssen, uns mit dem Virus noch eine Weile zu arrangieren.

Der vorliegende Newsletter der „Gesundheitsregion^{plus} Regensburg“ gibt aktuelle Einblicke in die derzeitigen Themen und Arbeiten im Geschäftsbereich der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg.

Auch bei Ihnen tut sich was? – Dann können Sie mir für die 3. Ausgabe im Nov/Dez gerne Informationen / Aktionen oder Ankündigungen (digitaler) Veranstaltungen zukommen lassen.

Viel Spaß beim Lesen und erholsame Sommer- bzw. Urlaubstage wünscht Ihnen

Dr. Simone Eckert

Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

Inhalt:

- [Aktuelles aus der Geschäftsstelle](#)
- [Neues aus der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg](#)
- [Veranstaltungshinweise / Überregionales](#)

Aktuelles aus der Geschäftsstelle

Fit und gesund durch die Corona-Zeit

Neben den so wichtigen „AHA-Regeln - Abstand, Hygiene, Alltagsmasken“, kann man auf der anderen Seite auch viel selber für eine gute Gesundheit und ein fittes Immunsystem tun. Bewegung an der frischen Luft, eine gesundheitsförderliche Ernährung und Entspannung – es gibt viele Möglichkeiten sich etwas Gutes zu tun. Unter der Rubrik „Fit und gesund durch die Corona-Zeit“ hat die Geschäftsstelle einige Links mit Anregungen für die Umsetzung im Alltag gesammelt.

<https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/handlungsfelder/medizinische-versorgung/corona/>

Weiterhin finden Sie dort natürlich auch gebündelt die Hilfs- und Unterstützungsangebote in Stadt und Landkreis Regensburg für psychische Gesundheit und Wohlbefinden.

Gut vernetzt statt einsam

Während die jüngeren Generationen sehr gut digital vernetzt sind, und damit ihre sozialen Kontakte ganz selbstverständlich per Messengerdienste und Videotelefonie weiterpflegten, leiden gerade weniger digital-Erfahrenere unter den Corona-bedingten Kontaktbeschränkungen. Die psychische Belastung und Gefahr von Vereinsamung steigt für diese – meist älteren – Personen.

Doch nicht nur die fehlende Vernetzung mit Gleichgesinnten, auch der Zugang zu digitalen Gesundheitsangeboten gestaltet sich schwieriger. Denn vieles was vorher real stattfand, wird nun oftmals digital angeboten. Viele Angebote im Bildungs- und Sportbereich verlagerten sich zur Sicherheit in die digitale Welt. Da wird zwar Yoga angeboten, aber nur zu Hause als online-Kurs. Der geplante Vortrag wird kurzer Hand zum Web-Seminar. Dies setzt Kompetenzen im Umgang mit den digitalen Möglichkeiten voraus.

Im Rahmen des Projektes "Digitale regionale Entwicklung" tauschten sich das Start-up LUMOO-App und die Gesundheitsregion^{plus} Regensburg aus. So bietet die App Einführungen und Erklärungen an, um die digitalen Kompetenzen zu stärken. Die Funktion „LUMOO erklärt“ ermöglicht, sich an das Thema der digitalen Kommunikationsmittel heranzutasten. Ziel der App ist, diejenigen zu erreichen, die sich abgehängt fühlen und sich nicht richtig trauen. Des Weiteren gibt es noch die Funktion "LUMOO vernetzt" um Personen mit den gleichen Interessen zu finden und sich zu vernetzen.

Im Herbst wird das Start-up beim Arbeitskreis "Gesund älter werden" zu Gast sein. Eine erste Beta-Version zum Testen gibt es schon... <https://www.lumoo-app.com/>

Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

o **Demenzfreundliche Apotheke**

Da die Diagnose Demenz oft zu großer Verunsicherung führt, hat das Wissenschaftliche Institut für Prävention im Gesundheitswesen der Bayerischen Landesapothekerkammer und ihre regionalen Qualitätszirkel den bayernweiten Aufbau des Netzwerkes „Demenzfreundliche Apotheke“ angestoßen. Die Gesundheitsregion^{plus} Regensburg ist gerne als Partner und Unterstützer an der Seite der Apotheken in Stadt und Landkreis. Mehr zum Projekt finden Sie hier: <https://www.wipig.de/materialien/projekte-downloads/item/demenzfreundliche-apotheke> Als Ansprechpartnerin für Stadt und Landkreis Regensburg steht Ihnen Frau Diermeier (Mail: Andrea.Diermeier@web.de) zur Verfügung.

o **Regensburger Adipositas-Zentrum JumpAKids**

Die Katholische Jugendfürsorge der Diözese Regensburg e. V. (KJF), die Sanddorf-Stiftung und die AOK Bayern haben das Projekt auf den Weg gebracht, Stadt und Landkreis unterstützen das Modellprojekt flankierend. Mit dem Modellprojekt Adipositas zur Versorgung adipöser Kinder und Jugendlicher in Stadt und Landkreis Regensburg sollen alle Akteure und Multiplikatoren im Auftrag des Kindeswohls sensibilisiert und vernetzt werden. Gleichzeitig bietet das Adipositas-Zentrum eine sehr niedrigschwellige erste Beratungs- und Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und betroffene Familien. Gleichzeitig baut das multidisziplinäre JumpATeam verschiedene Präventions-Angebote in den Bereichen Bewegung, Sport,

aktive Freizeit, Kochtreffs, Familien-Powertage, Einkaufstrainings und Elterntrainings auf.

<https://www.jumpakids.de/home>

o **Computerspende Regensburg (CSR)**

Die gemeinnützige Initiative *Computerspende Regensburg* (CSR) sammelt bereits seit fast zwei Jahren gebrauchte Laptops für Menschen mit geringem Einkommen und soziale Initiativen. Im Rahmen der Corona-Pandemie haben über 100 Schüler aus einkommensschwachen Familien einen eigenen Laptop und damit Zugang zum digitalen Lernen erhalten. Allerdings ist der Bedarf noch nicht gedeckt. Deswegen sind Gerätespenden weiterhin sehr erwünscht. Die Laptops dürfen dabei bis zu 14 Jahre alt sein. Genauso willkommen sind auch Zubehör wie Computermäuse, Netzteile und Festplatten. Die Sicherheit der persönlichen Daten ist dabei gewahrt, denn die Festplatte wird von den Spezialisten der Computerspende vollständig gelöscht und überschrieben, ohne dass der PC dazu gestartet werden müsste bzw. jemand Einsicht nehmen würde. Weitere Informationen auf www.computerspende-regensburg.de oder per E-Mail: kontakt@computerspende-regensburg.de

Veranstaltungshinweise / Überregionales

o **„Ich-kann-koch!“-Online-Seminare**

Mit der Ich kann kochen!-Online-Fortbildung können sich Erzieher*innen und Lehrer*innen jetzt zu Hause fit machen für das Kochen mit Kindern zwischen drei und zehn Jahren. In einer Mischung aus online-Seminar und interaktiven Selbstlernmodulen lernen sie im Zeitraum von einer Woche die Grundlagen zur Entwicklung des kindlichen Essverhaltens, Grundregeln guter Hygienepaxis und vieles mehr. Mehr Informationen und Anmeldeöglichkeiten finden Sie auf den Seiten der BARMER: <https://ichkannkochen.de/mitmachen/fuer-paedagoginnen/online-fortbildung/>

o **Angebote der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung**

Donnerstag, 24.09.2020 von 15:00 – 17:00 Uhr - NEU: **Ressourcen schonen in der GV**

Schwerpunkt des ersten Workshops ist das Thema "Vermeidung von Lebensmittelverschwendung". Neben Tipps und Ideen für die Praxis bietet der Workshop auch die Gelegenheit zum kollegialen Austausch.

Anmeldung bis 17.09.2020 unter <http://www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/gv/172926/index.php>

Dienstag, 29.09.2020 von 15:00 – 16:30 Uhr **3. OnlineTreff Schulverpflegung**

In der Kita- und Schulverpflegung stellen sich auf Grund der Corona-Pandemie viele neue Fragen, Abläufe müssen hinterfragt und das Angebot überdacht werden.

Anmeldung bis 22.09.2020 unter <http://www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/gv/172926/index.php>

Mittwoch, 30.09.2020 von 15:00 – 17:00 Uhr **Infoveranstaltung Allergen- und Hygienemanagement** in Kitas und Schulen (gemeinsam mit der Lebensmittelüberwachung Regensburg) Fragen rund um die Hygiene und das Allergenmanagement in der Schulküche werden von der Lebensmittelüberwachung gerne beantwortet.

Anmeldung bis 23.09.2020 unter <http://aelf-re.bayern.de/ernaehrung/gv/071867/index.php>

Mittwoch, 21.10.2020 15:00 – 17:00 Uhr **Workshop „Speiseplan-Check Mittagsverpflegung“**

Hier geht es um die Umsetzung der Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für die Mittagsverpflegung in Schulen.

Anmeldung bis 14.10.2020 unter <http://www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/gv/172926/index.php>

Mittwoch, 18.11.2020 von 15:00 – 17:00 Uhr **„Nudging – clevere Essentscheidungen anstoßen“**

Wie mit einfachen Mitteln ohne Zwang und Verbote zu einer guten Auswahl animiert werden kann, beschreibt der Begriff "Nudging".

Anmeldung bis **11.11.2020** unter <http://www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/gv/179562/index.php>

o **Schulung „Kommunale Gesundheitsmoderation“**

Die Schulungsreihe beginnt mit Modul 1 am 07. Oktober 2020 und findet in Weichering (Landkreis Neuburg-Schrobenhausen) statt. Alle weiteren Termine sowie ausführliche Informationen zu der Schulung und Anmeldung finden Sie auf www.aok.de/bayern/gesundheitsmoderation Anmeldeschluss ist der 31.07.2020. Bei Fragen können Sie sich gerne direkt an Frau Mona Schultes (Telefon 0911-218 628, E-Mail: mona.schultes@by.aok.de) wenden.

o **Kommunales Förderprogramm des GKV-Bündnisses für Gesundheit**

Seit Mitte Juli 2019 fördert das GKV-Bündnis für Gesundheit die Umsetzung zielgruppenspezifischer Interventionen auf kommunaler Ebene. Hierdurch sollen gesundheitlich besonders verletzte Personenkreise wie u.a. Menschen mit Behinderungen/Beeinträchtigungen, alleinerziehende und ältere Menschen, stärker als bisher von gesundheitsfördernden und primärpräventiven Maßnahmen profitieren. Das Angebot richtet sich an alle Kreise und kreisfreien Städte und zielt auf die Schaffung gesundheitsförderlicher Lebensbedingungen sowie auf die Förderung der Gesundheit und Gesundheitskompetenz der genannten Zielgruppen ab. www.gkv-buendnis.de .

o **Stellungnahme des Zukunftsforums „Public Health“**

Die Corona-Krise zeigt eindrucksvoll, dass gesundheitliche Herausforderungen alle gesellschaftlichen Bereiche betreffen. Daher sind sie nur als gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu bewältigen. Der bisherige Umgang mit der Pandemie ist gekennzeichnet durch eine konstruktive und effektive Kooperation von Politik auf Ebene von Bund, Ländern und Kommunen mit Wissenschaft, Behörden und Verbänden, der ambulanten, stationären und pflegerischen Versorgung, angegliederter Sektoren sowie Bürger*innen. Die Krise verdeutlicht aber auch: Risiken und Folgen der Pandemie sind sozial ungleich verteilt. Gesellschaftlich Benachteiligte haben ein höheres Risiko für chronische Erkrankungen und somit für einen schweren Verlauf einer COVID-19-Erkrankung.

<https://zukunftsforum-public-health.de/stellungnahme-covid/>

Impressum & Kontakt

gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Herausgeber:

Landratsamt Regensburg
Altmühlstraße 3
D 93059 Regensburg

Verantwortlich für den Inhalt:

Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg
am Gesundheitsamt für Stadt und Landkreis Regensburg
Dr. Simone Eckert
✉ Gesundheitsregionplus@landratsamt-regensburg.de
🌐 www.gesundheitsregionplus-regensburg.de

Sie erhalten diese Nachricht, weil Sie mit Ihrer E-Mail-Adresse bei uns registriert sind. Seit dem 25. Mai 2018 gilt mit der europäischen Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) ein neues Datenschutzrecht, das einen noch präziseren Umgang mit persönlichen Daten sicherstellen soll. Nähere Informationen zum [Datenschutz](#) finden Sie auf der Homepage der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg.

Sollten Sie keine weiteren Newsletter mehr wünschen, können Sie diesen hier abbestellen: [Newsletter abbestellen](#)