

Newsletter

Juli 03 / 2021

Sehr geehrte Netzwerkpartnerinnen und -partner, liebe Interessierte der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg,

der Sommer verschafft uns eine Verschnaufpause von den vielen Einschränkungen der vergangenen Monate. Die Tage sind heller und länger, im Freien persönliche Kontakte wieder sicher möglich. So können unsere Akkus wieder aufladen. In der aktuellen Ausgabe des Newsletters finden sich Berichte, welche Projekte und Aktionen umgesetzt oder entwickelt werden konnten und viele Neuigkeiten aus der Region. Für Jung und Alt gibt es einen bunten Reigen an Angeboten. Haben auch Sie Neuigkeiten für die Netzwerk-Partner in der Gesundheitsregion^{plus}? - Senden Sie mir gerne Ihre Themen/Aktionen für die Rubrik „Neues aus der Gesundheitsregion^{plus}“. Die nächste Ausgabe ist für den Spätherbst geplant.

Einen entspannten Sommer und erholsame freie Tage!
Dr. Simone Eckert
Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

Inhalt:

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

Aktuelles aus der Geschäftsstelle

„Alles anders?!“

Die Pandemie hat den Alltag von Kindern, sowie ihren Familien stark verändert. Jeder hat seine ganz individuellen Erfahrungen gemacht, die ihn nachhaltig prägen. Viele mussten die Erkrankung in der Familie oder im sozialen Umfeld miterleben oder bekamen die wirtschaftlichen Folgen zu spüren. Die letzten Monate haben uns allen viel abverlangt. Vor allem junge Familien waren stark belastet. Home-Schooling und Homeoffice auf engstem Raum auf die Dauer unter einen Hut zu bekommen war für viele eine große Herausforderung. Wie nun mit den Erfahrungen umgehen? Über was kann und will man sprechen? Was will man lieber verschweigen? Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen? Und vor allem, wie kommt man zurück in einen „normalen Alltag“?

Trotz der unterschiedlichen und sehr individuellen Erfahrungen treiben diese Fragen viele Familien gleichermaßen um. In mehreren Expertenrunden haben sich Vertreter aus dem Schulbereich und der Kinderärzte intensiv ausgetauscht und die Ideen zu einer Veranstaltungsreihe entwickelt.

Gestartet ist die Vortragsreihe mit Fokus auf Grundschulkindern bzw. deren Eltern am 08. Juli. Die Veranstaltungen fanden online und kostenfrei statt. An den drei Terminen im Juli ging es vor allem, um die Suche nach Antworten auf die eingangs aufgeworfenen Fragen. So wurden die „tragenden“ Säulen der eigenen Identität erkundet, die es weiter zu stärken gilt und Methoden kennengelernt, wie Kinder unterstützt werden können und Eltern ihre eigenen Akkus in den bevorstehenden Sommerferien wieder aufladen können.

Die Teilnahme und Evaluierungen der Veranstaltungen zeigen, dass das neue, digitale Angebot von den Eltern angenommen und geschätzt wird. Es ist geplant im Herbst weitere Themen aufzugreifen und nochmals einen Block an Veranstaltungen anzubieten.

Nähere Informationen zu den Referentinnen und Referenten sowie den Inhalten der Vortragsabende finden sich unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/veranstaltungen-projekte/elternveranstaltungen/>

Förderprojekt „Stärkung von Gesundheitskompetenzen bei Seniorinnen und Senioren mit Unterstützung einer App“

Schon vor der Corona-Pandemie war im Gesundheitswesen und damit verknüpft auch im Bereich Gesundheitsförderung / Prävention eine zunehmende Digitalisierung zu erkennen. Die Palette der Themen reicht von der elektronischen Krankenakte, Video-Sprechstunden zwischen Arzt und Patient bis hin zu technischen Assistenzsystemen, wie Pflegeroboter.

Diese rasante Entwicklung hinsichtlich Digitalisierung setzt entsprechende Kompetenzen voraus – Gesundheitskompetenzen. Unter dem Begriff „Gesundheitskompetenzen“ (Health Literacy) versteht die WHO die notwendigen Fähigkeiten gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und umsetzen zu können. Dies betrifft sowohl die Felder der Krankheitsbewältigung (Diagnosen, Therapien), als auch deren Prävention und eine allgemeine lebenslange Gesundheitsförderung. Gesundheitskompetenzen sind damit ein zentraler Schlüssel für ein entsprechendes Verhalten.

Das bewilligte Förderprojekt setzt an dieser Stelle an und möchte erste Kurse entwickeln, die Seniorinnen und Senioren digitale Gesundheitskompetenzen vermitteln. Damit sollen die Seniorinnen und Senioren in die Lage versetzt werden, sich an den gesundheitlichen Entwicklungen zu beteiligen. Ebenso soll ihnen weiterhin eine gesellschaftliche Teilhabe und der Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten ermöglicht werden. Das Projekt wird bis Ende 2022 durch die BARMER gefördert.

Regensburger Ärztenetz sagt Adipositas den Kampf an

Übergewicht und Adipositas gelten als Mitursache für vielerlei, teils chronischer, Erkrankungen. Aufgrund der steigenden Prävalenz (in Deutschland gelten über die Hälfte der Männer und Frauen als übergewichtig) und den damit verbundenen Folgeerkrankungen entstehen beträchtliche Kosten für das Gesundheits- und Sozialsystem. Übergewicht und Adipositas sind daher Themen von hoher Public-Health-Relevanz (Quelle: RKI Gesundheitsmonitoring).

Das Regensburger Ärztenetz wandte sich daher mit der Idee den Pfunden den Kampf anzusagen an die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus}. Im Herbst sollen die konkreten Planungen für das Programm und die Ausarbeitung eines förderfähigen Konzeptes starten. **Bis 30.08.** können sich alle an einer Mitarbeit zur Therapie

von Übergewicht und Adipositas Interessierten, mit ihren Ideen, Vorschlägen, Anregungen, Erfahrungen (guten wie schlechten) bei der Geschäftsstelle des Regensburger Ärztenetzes melden (info@gesundplus.de). „Wir hoffen, mit einem großen Team in Regensburg Pfunde zu bekämpfen und freuen uns über Mitstreiter und Erfahrungen oder Projekte, die mit eingebunden werden können. Nur gemeinsam kann diese Art der Pandemie kontrolliert werden“, so der Vorsitzende des Regensburger Ärztenetzes Wolfgang Fischer.

Fachaustausch zwischen der OTH –DeinHaus 4.0 und den Gesundheitsregionen in der Oberpfalz

Am 12. Juli trafen sich die derzeit vier Geschäftsstellenleitungen der Gesundheitsregionen^{plus} in der Oberpfalz, sowie die Präventionsmanagerin (an der Regierung der Oberpfalz) um sich über aktuelle Entwicklungen und Projekte auszutauschen. Bei dem Treffen war dieses Mal auch die Projektmanagerin des Forschungsprojektes „DeinHaus 4.0 – TePUS“ der OTH Regensburg dabei.

Die Digitalisierung im Gesundheits- und Pflegebereich schreitet voran. Entscheidender Erfolgsfaktor für technisch-digitale Innovationen ist die Akzeptanz bei den potentiellen Nutzerinnen und Nutzern. Im Forschungsprojekt sollen deshalb Assistenzsysteme auf ihre Praxistauglichkeit und Nutzerfreundlichkeit getestet werden. In die Studie eingeschlossen werden können nun Schlaganfallpatienten aus der gesamten Oberpfalz. Der vormalige Radius rund um Regensburg wurde erweitert. Daher fand nun ein gemeinsamer Austausch mit den Gesundheitsregionen statt.

Derzeit läuft die Rekrutierungsphase für die Teilnehmer. Alle Informationen und Ansprechpartner finden sich unter: <https://www.deinhaus40.de/bewerbung/> oder <https://www.deinhaus40.de/mediathek/>

Unterstützung für digiDEM Bayern gesucht: Gemeinsam die Versorgung bei Demenz verbessern

Das Demenz-Forschungsprojekt „Digitales Demenzregister Bayern“, kurz digiDEM Bayern, zielt darauf ab, die Lebensbedingungen von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in Bayern zu verbessern. Es wird vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert.

In Bayern leben derzeit mehr als 240.000 Menschen mit Demenz, Tendenz steigend. Die zukünftige Versorgung der Betroffenen stellt für die Gesellschaft eine der größten Herausforderungen dar. Um einen Überblick über die Versorgung und mögliche Lücken zu gewinnen, sollen mit Hilfe von Forschungspartnern und Forschungspartnerinnen Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen (MCI) oder Demenz und ihre pflegenden Angehörige befragt werden. Als Forschungspartner/in kommen zum Beispiel Pflegestützpunkte, Beratungsstellen, Fachstellen für pflegende Angehörige, Arztpraxen oder Gedächtnisambulanzen in Frage. Sie können die Befragungen jedoch auch als Einzel-Personen durchführen. Aufgabe der Forschungspartnerin / des Forschungspartners ist es, geeignete Teilnehmende für die digiDEM Bayern-Befragungen zu gewinnen, welche im Verlauf von drei Jahren zu fünf Zeitpunkten zu ihrer Situation mittels persönlicher oder virtueller Interviews befragt werden. Weitere Informationen finden Sie hier: <https://digidem-bayern.de/mitmachen/>

Derzeit werden noch Forschungspartner*innen in der Oberpfalz gesucht (vgl. [Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg](#))

Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

o **Neue Schwerpunktreihe im FGZ: Frauen stärken**

Ein Schritt auf dem Weg der Gewaltprävention ist es, Mädchen und Frauen zu mehr Selbstwertgefühl und

mentaler Stärke zu verhelfen und ihnen die körperlichen Fähigkeiten zu geben, sich bei Angriffen zur Wehr zu setzen. Das FrauenGesundheitsZentrum (FGZ) bietet deshalb ab jetzt vermehrt Veranstaltungen zu diesen Themen an, um Frauen damit auf ihrem Weg zu stärken. Außerdem gibt es Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Mädchen. Mehr Informationen und die Anmelde-möglichkeiten finden Sie unter: <https://fgz-regensburg.de/sites/default/files/2021-07/Frauen%20st%C3%A4rken..pdf>

- o **Netzwerk Junge Eltern/Familien**

Das Netzwerk „Junge Eltern/Familien“ hat für Familien mit Kindern bis 3 Jahren neue Angebote im Bereich Online-Seminare. Mehr Informationen <https://www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/familie/077494/index.php>

- o **Terminvorschau: 08. bis 18. Oktober „Woche der seelischen Gesundheit“**

Vom 08. Bis 18. Oktober findet die Woche der seelischen Gesundheit statt. Der regionale Steuerungsverbund/PSAG Regensburg plant hierzu Aktionen / Angebote. Weitere Informationen folgen.

- o **Unterstützung für digiDEM Bayern in der Oberpfalz gesucht!**

Derzeit werden noch Forschungspartner*innen in der Oberpfalz gesucht. Beteiligen Sie sich an digiDEM Bayern und helfen Sie mit, die Versorgungssituation von Betroffenen zu verbessern! Falls Sie sich für eine Zusammenarbeit mit digiDEM Bayern als Forschungspartner*in interessieren, melden Sie sich bitte per E-Mail an: info@digidem-bayern.de

- o **Dialogforen für pflegende Angehörige**

Am 23.10.2021 wird die virtuelle Veranstaltung mit Experten aus dem Regierungsbezirk Oberpfalz stattfinden. Veranstalter ist das Landesamt für Pflege. Nähere Informationen folgen!

Veranstaltungshinweise / Überregionales

- o **Fit4future Feriencamp 2021**

Das Motto: CLICK & BE FIT. Gehen Sie auf virtuelle Weltreise, entdecken Sie Trendsportarten, Kulinarik und mehr aus fünf Kontinenten. Die Eventwoche ist kostenfrei. Es wird täglich einen abwechslungsreichen Mix aus digitalen Angeboten rund um Sport, Ernährung, Brainfitness, Entspannung und Achtsamkeit, aber auch Anregungen zur Freizeitgestaltung, Challenges, Interviews, Life-Hacks, Rezept-Ideen und DIY-Tipps geben. Mehr Informationen unter: https://kids.fit-4-future.de/events/feriencamp_2021

- o **Veranstaltungsrückblick „Hallo, wie geht es dir?“ Gesundheit im Alter**

Die Koordinierungsstelle für gesundheitliche Chancengleichheit Bayern (KGC) veranstaltete im Juni eine online-Fachtagung rund um das Thema „Einsamkeit“ – einer neuen Volkskrankheit, wie der bayerische Gesundheitsminister Klaus Holetschek es nannte. Wer die Tagung verpasst hat, kann nun die einzelnen Vorträge als Videos beim [Veranstaltungsrückblick](#) nachschauen.

- o **Online-Informationsveranstaltung zu Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten**

Das Zentrum für Prävention (ZPG), die Landeszentrale für Gesundheit (LZG) sowie die Koordinierungsstelle für Chancengleichheit (KGC) informieren am 2. September 2021 von 10 bis 12 Uhr gemeinsam in einer online-Veranstaltung zu den Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten für kommunale Projektideen. Mehr Informationen und die Anmeldeformulare finden Sie unter folgendem [Link](#).

o Bayerischer ambulanter Covid-19 Monitor - BaCoM

Das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege hat BaCoM zur Verbesserung der Lebenssituation pflegebedürftiger Bürger in der aktuellen Pandemie initiiert. BaCoM ist eine Studie über physische und psychische Auswirkungen der Covid-19 Pandemie auf Pflegebedürftige, sowie Auswirkungen auf ihre Pflegekräfte und pflegenden Angehörigen. Die Studie leitet Prof. Dr. Jochen Gensichen von der LMU München. Alle Details und Teilnahmebedingungen unter: www.bacomstudie.de

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](#)