

Newsletter

Juli, Nr. 03 / 2025

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

in dieser Sommerausgabe beleuchten wir einen der zahlreichen Themenbereiche der Gesundheitsregion^{plus} etwas näher: gesundes Aufwachsen. In den letzten Monaten haben sich einige neue Angebote entwickelt, die wir hier gerne vorstellen möchten. Ein weiteres aktuelles Thema sind Hitze- und UV-Schutz, die unter gesundheitlichen Aspekten in den Fokus der Gesundheitsregion rücken.

Zudem erfahren Sie in der aktuellen Newsletter-Ausgabe natürlich auch wieder, welche weiteren Maßnahmen/Aktionen in der Region in und nach den Ferien stattfinden werden.

Haben auch Sie Aktionen oder Wissenswertes für die Region, dann reichen Sie Ihre Beiträge gerne bei der Geschäftsstelle für eine der nächsten Newsletter-Ausgaben ein!

Genießen Sie die Sommerzeit!
Herzliche Grüße,

Dr. Simone Eckert
Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

Inhalt:

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

Aktuelles aus der Geschäftsstelle

GeschwisterCLUB trifft Heldenkollektiv

Der GeschwisterCLUB Regensburg ging als einer von vier durch das GKV-Bündnis in Bayern geförderten Standorten 2023 an den Start. Inzwischen sind die Geschwisterbeauftragte, Paula Thoma, und die Gesundheitskoordinatorin Simone Eckert ein eingespieltes Team, wenn es um die regionalen Angebote für Geschwisterkinder in Regensburg geht. Für das aktuelle Jahr sind inzwischen monatliche Aktionen mit unterschiedlichen Zielgruppen geplant bzw.

umgesetzt worden. Aktuelle Angebote finden Sie unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/projekte/>

Um auf das Förderende im Dezember 2026 gut vorbereitet zu sein, trafen sich die beiden Ansprechpartnerinnen des GeschwisterCLUBs Regensburg mit Eva Dorn vom Projektträger, dem Institut für Sozialmedizin in der Pädiatrie Augsburg (ISPA e. V.). Gemeinsam wurden in einem kreativen Workshop Zukunftsszenarien entwickelt, an denen in der verbleibenden Zeit weitergearbeitet wird.

Zudem traf der GeschwisterCLUB auf das „Heldenkollektiv“. Beiden gemeinsam ist die „Dachzielgruppe“ Familien von Kindern mit Beeinträchtigungen. Während das Heldenkollektiv den Fokus ganz bewusst auf das beeinträchtigte Kind legt und die Familien auf der Plattform vernetzt, stehen die Geschwister und deren Gesundheit beim GeschwisterCLUB im Mittelpunkt. „Die beiden Angebote ergänzen sich hervorragend“ bestätigt auch Eva Dorn. Gemeinsam bieten die beiden Projekte Unterstützung, Vernetzung und Teilhabe für die ganze Familie an. Das erste Kennenlernen war ein wichtiger Schlüssel für die weitere Vernetzung.

Mehr zum Heldenkollektiv finden Sie auch unter „[Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg](#)“

UV-Index-Tafeln – Aktionstag zu UV- und Hitzeschutz

Sommerliche Temperaturen und Sonnenschein locken die Menschen ins Freie. Sonnenschein hebt die Stimmung und fördert die Vitamin D-Bildung. So wohltuend und wichtig die Sonne auch ist, die ultravioletten Strahlen (UV-Strahlen) können Sonnenbrände hervorrufen und begünstigen damit die Entstehung von Hautkrebs. Der sogenannte UV-Index ist ein Maß für die UV-Belastung und zeigt den am Boden erwarteten Tagesspitzenwert der sonnenbrandwirksamen UV-Strahlung an. Die Tafeln wurden von der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention (ADP) & Deutsche Krebshilfe entworfen.

Künftig besteht an ausgewählten Standorten die Möglichkeit sich über den UV-Index vor Ort zu informieren. Die AOK Bayern stellt gemeinsam mit den Geschäftsstellen der Gesundheitsregionen^{plus} UV-Index-Tafeln zur Verfügung. In der Stadt Regensburg wird die UV-Index-Tafel am Westbad installiert und informiert so Bade- und Saunagäste über die aktuelle, regionale Strahlenbelastung.



Um die Badegäste auf den häufig wenig beachteten UV-Schutz aufmerksam zu machen, wird am **28.07.2025** ein **Aktionstag** der AOK Regensburg-Neumarkt und der Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg stattfinden. Gemeinsam informieren beide über UV- und Hitzeschutzmaßnahmen und bieten ein Quiz sowie ein Glücksrad an. Tipps rund um „Sommer, Sonne, Hitzeschutz“ mit kleinen Give-aways runden das Angebot ab. AOK-Direktor Lindner wird an dem Tag die UV-Index-Tafel an die Oberbürgermeisterin und den Geschäftsführer von das Stadtwerk.Regensburg übergeben und den Aktionstag eröffnen.

Für den Landkreis wird eine weitere UV-Index-Tafel der AOK an einem der Badeseen installiert werden. Den QR-Code der UV-Index-Tafeln und weitere Informationen finden Sie auch unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/veranstaltungen/uv-und-hitze-schutz/>

INsTeam Kurs – Kommunikation steht im Fokus

Sprachbarrieren können im Pflegealltag zu Missverständnissen, Unsicherheiten und Qualitätsverlusten führen. Im Rahmen von „INsTeam“, einem geförderten Projekt zur Optimierung von Integrationsprozessen in der Pflegebranche, bietet das Projektteam der Technischen Hochschule Deggendorf (THD) – Gesundheitscampus Bad

Kötzing einen 3-tägigen Kompaktkurs zum Umgang mit Kommunikationsbarrieren im beruflichen Kontext an. Zielgruppe sind vorwiegend für internationale Mitarbeitende in der Pflege. Es können sowohl Fach- als auch Hilfskräfte, Betreuungskräfte oder auch Leute aus der Hauswirtschaft sowie Auszubildende mitmachen. Es ist kein Sprachkurs. Durch diesen Kurs gewinnen die Teilnehmenden viel an Selbstsicherheit und Selbstvertrauen beim Sprechen.

Veranstaltungsort ist das Landratsamt Regensburg. Der Kurs wird an folgenden Terminen stattfinden: Mittwoch, 06.08, Montag, 11.08., und Dienstag, 19.08.2025 jeweils von 08:30 Uhr bis ca. 15:30 Uhr. Um Anmeldung wird gebeten (tanja.jaenicke-stoeger@th-deg.de oder über die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg)!

Infos unter <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/handlungsfelder/pflege/integration-arbeitskraefte/>

JobChance für die Pflegebranche

Das Job-Speed-Dating der Wirtschaftsförderung des Landkreises Regensburg in Kooperation mit den JobCentern von Stadt und Landkreis bot im Juli wieder ein branchenspezifisches Event für Arbeitgeber und potentielle Arbeitsnehmer im Pflegebereich an.

Der Fachkräftemangel im Pflegesektor ist seit langem eine große Herausforderung. Daher unterstützt die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} das Angebot für die Pflegebranche, um motivierte Hilfs- und Servicekräfte für die Einrichtungen zu gewinnen und diese eventuell sogar zu Fachkräften weiter auszubilden.

<https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/veranstaltungen/jobchance-pflege/>

Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

o „Boulder dich stark“

In der Studie „Boulder dich stark“ geht es darum, wie das Bouldern – also Klettern ohne Seil – Jugendlichen zwischen 13 und 18 helfen kann, mit schwierigen Gefühlen wie Stress, Druck oder Traurigkeit besser umzugehen. Es ist keine klassische Therapie, sondern eine Kombination aus Action und Reflexion. Dabei arbeiten die Jugendlichen gemeinsam in einer Gruppe und werden von erfahrenen Therapeut*innen begleitet, um auszuprobieren, wie das Bouldern hilft, stärker, selbstbewusster und gelassener zu werden. Der zweite Kursdurchlauf startet im Oktober. Das Angebot ist kostenfrei, aber an die Beteiligung bei der Studienbefragung geknüpft. <https://www.psychiatrie.uk-erlangen.de/med-psychologie-soziologie/forschung/boulder-dich-stark/>

o Heldenkollektiv

Das Heldenkollektiv ist eine gemeinnützige Plattform im Aufbau, die Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigungen sowie ihre Familien vernetzt. Das Herzstück ist ein digitales, interaktives und werbefreies soziales Netzwerk in Form eines Freundschaftsbuchs, das sichere Verbindungen, echte Freundschaften und den Austausch von Erfahrungen fördert. Monatliche Heldenmissionen stärken Talente und das Gemeinschaftsgefühl, während unsere Superhelden-Umhänge Kraft und Zugehörigkeit symbolisieren. Gemeinsam setzt sich das Netzwerk für Empowerment, Teilhabe und Inklusion ein.

Mehr Informationen gib es auf der Website <https://heldenkollektiv.org> Die Plattform von Gründer Stefan Böttinger wird derzeit im Rahmen des Regensburger Healthcare Accelerators BioPark Jump unterstützt.

o Mädchen stärken

Unter dem Titel „Mädchen stärken.“ gibt es einen geschützten Rahmen, in dem Mädchen die Möglichkeit erhalten, zentrale Themen wie Körperwissen, Körperakzeptanz, Selbstbewusstsein und Medienkompetenz zu entdecken und zu vertiefen. Das Projekt fördert ein gesundes Aufwachsen junger Mädchen. Im Herbst werden zahlreiche kostenfreie Kurse angeboten. Programm und Kontaktdaten unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/schwerpunkt-themen/schwerpunktthema-frauengesundheit/maedchengesundheit/>

Veranstaltungshinweise / Überregionales

o **Wettbewerb Innovative Wege zur Pflege 2025 - Visionen für eine pflegegerechte Gesellschaft**

Ziel des Wettbewerbes ist es, zukunftsweisende Ansätze und Projekte in Bayern sichtbar machen. Neben bereits umgesetzten Projekten sind auch innovative Ideen, Skizzen oder Planungen willkommen. Der Schwerpunkt liegt in diesem Jahr auf der Förderung und Verbesserung der Lebensqualität von Pflegebedürftigen oder von Pflegebedürftigkeit bedrohten Menschen, ihren Angehörigen sowie von Menschen, die in der Pflege tätig sind. Neben einem Preisgeld erhalten die Preisträger ein Experten-Coaching und fachliche Begleitung bei der Realisierung und Umsetzung der Projektideen. Weitere Informationen sowie einen Bewerbungsleitfaden finden Sie unter: www.bayern-pflege-wohnen.de/wettbewerb Teilnahmeschluss ist der 31.07.2025!

o **Ich kann kochen – Familienküche**

Die Sarah-Wiener Stiftung bietet mit Förderung durch die Krankenkasse BARMER eine große Palette kostenloser Angebote – von praxisnahen Webinaren bis hin zu inspirierenden Rezeptideen – die Sie dabei unterstützen, Ihre Kinder spielerisch beim Essenlernen zu begleiten und den Familienalltag entspannt zu gestalten. Im Herbst wird es unter anderem wieder eine Eltern-Webinar-Reihe zum Ernährungswissen für Familien geben:

- Donnerstag, 11.09.25, 19:00-20:30, Familienküche leicht gemacht - Praktische Tipps und Tricks für das Kochen
 - Montag, 29.09.25, 19:00-20:30, Von Snack zu Snack? – Zum richtigen Ess-Rhythmus für Kinder
 - Dienstag, 25.11.25, 19:00-20:30, „Was gibt's heute?“ – Mahlzeiten clever organisieren
 - Montag, 08.12.25, 19:00-20:30, „Darf ich was Süßes?“ – Alternativen & Alltagstipps zum Umgang mit Zucker
- Die [Anmeldung](#) über die Webseite.

Und wer schon im Sommer Ideen sucht, welche leichten Familienrezepte alle glücklich machen, findet Inspiration ebenfalls unter: <https://familienkueche.de/>

o **Plattform „Unser Schulessen“**

Im Rahmen von IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung ist ein digitales Tool entwickelt worden, das Schulen hilft ein qualitativ hochwertiges Essen anzubieten und die Bedürfnisse von Eltern, Schülerinnen und Schülern, Betreuungs- und Lehrkräften, sowie dem Essensanbieter strukturiert zu berücksichtigen. Das Qualitätsmanagementtool (QM-Tool) ermöglicht eine detaillierte und umfassende Analyse der eigenen Schulverpflegung sowie eine Planung, Umsetzung und Kontrolle von Veränderungen. <https://www.unser-schulessen.de/home>

o **PROMCare – Patientenfeedback neu gedacht**

PROMCare ist ein junges Healthtech-Startup, das eine innovative, spielerisch gestaltete Anwendung zur Erhebung von Patient-Reported Outcome Measures (PROMs) entwickelt. Ziel ist es, den Prozess des

Patientenfeedbacks effizienter, strukturierter und für alle Beteiligten zugänglicher zu gestalten. Die Idee entstand im Rahmen eines Hackathons und wurde an der Technischen Hochschule Deggendorf weiterentwickelt. Unterstützt durch das EXIST-Women-Stipendium verfolgen die Gründerinnen die Mission, Ärztinnen und Ärzte mit datenbasierten Erkenntnissen zu unterstützen und klinische Behandlungsabläufe zu verbessern.

Derzeit sucht PROMCare gezielt den Austausch mit Ärztinnen, Ärzten und Pflegekräften, die ihre Erfahrungen und Perspektiven zum Umgang mit Patientenfeedback teilen möchten. Diese Erkenntnisse fließen direkt in die Entwicklung einer praxistauglichen, patientenfreundlichen PROM-Lösung ein.

Krankenhäuser und medizinisches Fachpersonal, die Interesse an einer Zusammenarbeit haben, sind herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen – und gemeinsam mit Hazel und Nisha die Zukunft einer patientenzentrierten Gesundheitsversorgung mitzugestalten. Kontaktdaten der Gründerinnen:

Nisha Gautam: becomingnisha@gmail.com

Hazel Christine D'Couto: hdcouto97@gmail.com

o Bayerische Demenzwoche

Nach den großen Erfolgen in den vergangenen Jahren, veranstaltet das Bayerische Ministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention im Aktionszeitraum vom 19. bis 28. September 2025 wieder die bayerische Demenzwoche. Im letzten Jahr wurden rund 1.400 Veranstaltungen und Aktionen in ganz Bayern für Betroffene sowie ihre An- und Zugehörigen angeboten. Auch in diesem Jahr finden sich alle Veranstaltungen im zentralen Kalender des Ministeriums. <https://www.demenzwoche.bayern.de/>

Impressum & Kontakt

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



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](#)