

Inhalt	Seite
<b>Aus Sachsen-Anhalt</b>	
• Digitales Bewegungsprogramm für Pflegebedürftige in der Häuslichkeit	1
• Neues Manual zum Nudging veröffentlicht	2
• Arbeitskreis Bewegung	2
• Netzwerk Gesundheitsfördernde Hochschulen Sachsen-Anhalt	2
• Termine	3
<b>Aus Forschung und Wissenschaft</b>	
• Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2021	3
• TK-Studie „Beweg Dich, Deutschland!“	4
• Barmer Zahnreport 2022	4
<b>Aus dem Bundesgebiet</b>	
• Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit	5
• Gemeinsam Gesundheit fördern- Empfehlungen der BVPG	6
• Nationale Aufklärungs- und Kommunikationsstrategie zu Diabetes mellitus	6

## Gesundheitsziel Bewegung, Zielgruppe Seniorinnen und Senioren

### PAF@Home: Digitales Bewegungsprogramm für Pflegebedürftige in der Häuslichkeit

PAF@Home bringt frischen Wind in den bewegungsarmen Alltag pflegebedürftiger Personen und unterstützt diese in dem Erhalt ihrer Selbständigkeit. Das Programm beinhaltet Videos, die über einen USB-Stick oder eine DVD auf dem Fernseher abgespielt werden. Das Ziel: Unter Video-Anleitung die Menschen von ihren Fernsehsesseln aus mit spezifischen Übungen zu trainieren, damit diese die Kraft, Beweglichkeit und Balance für alltägliche Bewegungen wiedererlangen.

Während des 12-wöchigen kostenlosen Bewegungsprogramms werden die Pflegebedürftigen sowohl persönlich in der Häuslichkeit als auch regelmäßig telefonisch durch die Gesundheitsmanager\*innen betreut und motiviert. Mittlerweile nutzen über 425 pflegebedürftige Personen aus ganz Sachsen-Anhalt das digitale Bewegungsprogramm PAF@Home, um ihre Selbständigkeit zu erhalten.

Interessierte, die in Sachsen-Anhalt leben und von den Vorteilen des PAF@Home Bewegungsprogramms profitieren möchten, können sich unter der Tel. 0391 –5356770 melden. Die Gesundheitsmanager\*innen freuen sich über jede interessierte Person und kommen zu ihnen nach Hause. Das auf vier Jahre (2021-2024) angelegte Präventionsprojekt wird gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit ([www.gkv-buendnis.de](http://www.gkv-buendnis.de)).

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Jeanette de la Barré, EUMEDIAS Social Business gGmbH

## **Gesundheitsziel Ernährung, Zielgruppe Kinder und Jugendliche Neues Manual zum Nudging veröffentlicht**

Um gesunde Speisenwahl bei der Warmverpflegung in Schulen zu befördern, hat die Vernetzungsstelle KiTa- und Schulverpflegung im Rahmen eines IN FORM-Projektes ein Manual zum sogenannten Nudging – einer bewussten Aufmerksamkeitslenkung – entwickelt. Es richtet sich an Caterer und Schulvertreter sowie Schulträger.

Das Nudge-Manual finden Sie [hier](#).

Melanie Kahl, Vernetzungsstelle KiTa- und Schulverpflegung Sachsen-Anhalt  
Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.

## **Gesundheitsziel Bewegung, alle Zielgruppen Arbeitskreis Bewegung**

Der Arbeitskreis Bewegung traf sich am 24.10.2022 unter der Leitung von Dr. Petra Tzschoppe und Dr. Maja Bachmann in einem digitalen Format.

Inhaltlich resümierte der Arbeitskreis zunächst die 3. Herzwoche Sachsen-Anhalt, die vom 5. bis 10.09.2022 unter dem Motto „Fit fürs Herz - #HerzgesundheitLSA“ stattfand. Frank Teichert, Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung Sachsen-Anhalt, zog eine positive Bilanz und berichtete, dass landesweit mehr als 160 Aktionen umgesetzt wurden. Die LVG hatte sich mit zwei Aktionen zu dem Thema „Aktiv für ein gesundes Herz“ in Sangerhausen und Haldensleben ebenfalls beteiligt. Die nächste Herzwoche soll vom 19.-24.06.2023 stattfinden.

Zur Novellierung des Präventionsgesetzes berichtete Eileen Franz vom GKV-Programmbüro, dass diese voraussichtlich Mitte 2023 abgeschlossen sein wird. Für neue Projekte stehen unabhängig davon Projektgelder seitens der GKV zur Verfügung. Im Schwerpunkt sollten sich diese an die Zielgruppen Familien und Alleinerziehende und Kinder in besonderen Lebenslagen richten. Abschließend beschäftigte sich der Arbeitskreis mit der Aufarbeitung des Zieleprozesses der vergangenen Jahre und vereinbarte nächste Schritte zum weiteren Vorgehen.

Dr. Elena Sterdt, Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.



## **Alle Gesundheitsziele, Zielgruppe Studierende Netzwerk Gesundheitsfördernde Hochschulen Sachsen-Anhalt**

Das Netzwerk „Gesundheitsfördernde Hochschulen Sachsen-Anhalt“ (NGH LSA) wurde im Rahmen des Projektes „LSG – Landesstrategie für Gesundheit(skompetenz)“ im Mai 2019 unter der Leitung von Prof. Dr. Kerstin Baumgarten, Prorektorin für Forschung, Entwicklung und Transfer sowie Professorin

für Gesundheitswissenschaften an der Hochschule Magdeburg-Stendal gegründet. Das Ziel des Netzwerkes ist es, einen gesundheitsbezogenen Austausch unter den Hochschulen zu ermöglichen sowie eine gegenseitige Unterstützung zu gewährleisten, um die Gesundheit und das Wohlbefinden von Studierenden sowie Hochschulbeschäftigten an den jeweiligen Standorten langfristig zu fördern. Derzeit sind acht von zehn Hochschulen im Netzwerk aus Sachsen-Anhalt sowie zwei weitere Hochschulen aus Sachsen vertreten. Bis zum Ende der Projektlaufzeit am 31.12.2022 koordinierte und moderierte das LSG-Projekt die Netzwerkveranstaltungen der Mit-

glieder und orientierte sich dabei an den [zehn Gütekriterien einer Gesundheitsfördernden Hochschule](#). Seit dem 01.01.2023 organisiert sich das Netzwerk mit wechselndem Vorsitz in Selbstverwaltung.

Nähere Informationen finden Sie [hier](#).

Fabian Kunze, Hochschule Magdeburg-Stendal  
Fachbereich Soziale Arbeit, Gesundheit und Medien

## Termine

### Bitte vormerken!

#### **9. Landesgesundheitskonferenz „Klimawandel und Gesundheit“**

21.09.2023, Gesellschaftshaus Magdeburg

Wir suchen noch Beiträge aus der Praxis mit guten Beispielen aus Sachsen-Anhalt für die Gestaltung der Workshops aus den Bereichen Gesundheitswesen, Pflege, Kommune und öffentlicher Gesundheitsdienst. Rückmeldungen senden Sie bitte an [gesundheitsziele@lvq-lsa.de](mailto:gesundheitsziele@lvq-lsa.de).

#### **Beirat Vernetzungsstelle KiTa- und Schulverpflegung Sachsen-Anhalt**

07.03.23, Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. Magdeburg

#### **Arbeitskreis Zahngesundheit**

15.03.23, Zahnärztekammer Magdeburg

#### **9. Landesschulgesundheitskonferenz**

10.05.23, Konferenzzentrum K6, Halberstadt

#### **Kneipp-Tagung zum Kneipp-Jahresmotto „Gemeinsam natürlich leben“**

17.06.23, Bad Schmiedeberg

#### **Tagung der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit**

„Gesund in Kommune“

03.07.23, Maritim-Hotel Magdeburg

## Aus Forschung und Wissenschaft

### **Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2021**

Das Bundeskabinett hat am 14. Dezember 2022 den Bericht der Bundesregierung über den Stand von Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit und über das Unfall- und Berufskrankheitengeschehen in der Bundesrepublik Deutschland 2021 beschlossen. In diesem gemäß § 25 SGB VII jährlich erscheinenden Bericht gehen Daten der Unfallversicherungsträger sowie der Arbeitsschutzbehörden der Länder ein. Alle vier Jahre enthält der Bericht neben den jährlich enthaltenen Daten zu Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten, Arbeitsbedingungen, Arbeitsunfähigkeit, Renten usw. einen umfassenden Überblick über ausgewählte Entwicklungen, Aktivitäten und Forschungsprojekte im Bereich Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit. Der aktuelle Bericht ist solch ein umfassender Bericht, der den Zeitraum 2018-2021 abbildet. Der Bericht zeigt durch Zeitreihen langjährige Trends im Arbeits- und Gesundheitsschutz in Deutschland auf und unterstützt so bei der Vorbereitung politischer Entscheidungen sowie bei der wissenschaftlichen Betrachtung der Entwicklungen.

Den Bericht finden Sie [hier](#).

Quelle: [https://www.bmas.de/DE/Service/Presse/Meldungen/2022/sicherheit-und-gesundheit-bei-der-arbeit-2021.html?etcc\\_cmp=newsletter\\_aktuelles\\_2022-12-21\\_10-51-47&etcc\\_med=Email](https://www.bmas.de/DE/Service/Presse/Meldungen/2022/sicherheit-und-gesundheit-bei-der-arbeit-2021.html?etcc_cmp=newsletter_aktuelles_2022-12-21_10-51-47&etcc_med=Email), Stand 05.01.2023

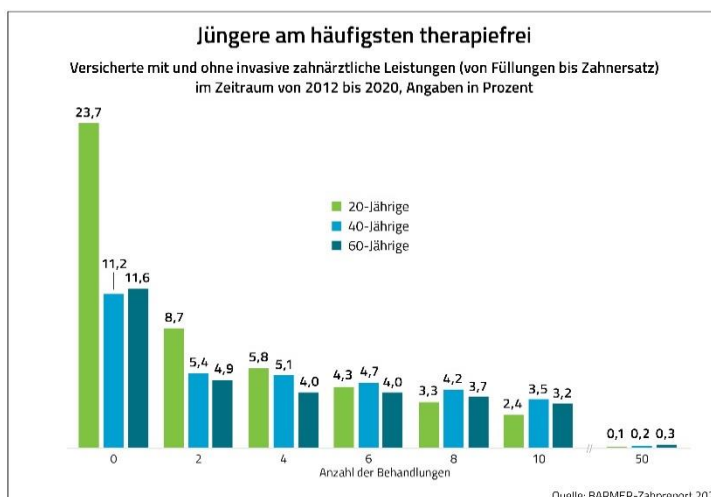
## TK-Studie "Beweg dich, Deutschland!"

Bewegung fördert die Gesundheit, baut Stress ab und beugt Erkrankungen vor. Doch wie steht es um das Bewegungs- und Sportverhalten der Menschen in Deutschland nach zwei Jahren Pandemie? Haben die Deutschen Corona ausgesessen oder sind sie aktiv geblieben? Wie viele machen regelmäßig Sport? Und welche Effekte hat das Homeoffice auf die Gesundheit? Fast ein Drittel der Befragten bewegt sich im Alltag weniger als eine halbe Stunde, und fast die Hälfte der erwachsenen Menschen treibt selten oder nie Sport. Die Coronapandemie hat dieses Verhalten teilweise verstärkt: Mehr als ein Viertel der Befragten gab an, sich durch Corona noch weniger bewegt zu haben. Das hat Folgen für die Gesundheit. Denn - auch das zeigt die Befragung - je geringer das Sportpensum, desto höher das Krankheitsrisiko.

Bereits zum vierten Mal hat die TK das Meinungsforschungsinstitut Forsa beauftragt, die Menschen in Deutschland zu ihren Sport- und Bewegungsverhalten zu befragen. Regelmäßige Aktivität im Alltag, wie Fahrradfahren, Treppensteigen oder Gartenarbeit steigern das Wohlbefinden. Den richtigen Turbo in Sachen Gesundheit erzielt man aber erst durch regelmäßigen Sport zusätzlich zur täglichen Bewegung. 45 Prozent der Befragten machen selten oder gar keinen Sport. Das ist eine Verbesserung gegenüber der Befragung von 2013, bei der noch 52 Prozent angaben, selten oder nie Sport zu treiben. Die zwei meistgenannten Ausreden der „Sportmuffel“: genügend Bewegung in Job und Alltag (54 Prozent) und fehlende Motivation (53 Prozent). 42 Prozent aller Beschäftigten arbeiten überwiegend im Sitzen. Mit durchschnittlich acht Stunden Arbeitszeit pro Tag wird der Job damit zur Bewegungsfalle. In den Großstädten arbeitet sogar jede und jeder Zweite im Sitzen, was wohl auf die größere Dichte der Büro-Arbeitsplätze zurückzuführen ist. Auf dem Land hingegen sind zwei Drittel der Jobs nicht rein sitzende Tätigkeiten.

Mehr Informationen zur Studie finden Sie [hier](#).

Quelle: <https://www.tk.de/presse/themen/praevention/gesundheitsstudien/tk-studie-2022-beweg-dich-deutschland-2137706>, Stand 05.01.2023



## Barmer Zahngesundheitsreport 2022

Die Zahngesundheit im jungen und mittleren Lebensalter wird in Deutschland immer besser. Zwischen den Jahren 2012 und 2020 ist bei 20-Jährigen der mittlere Zeitraum ohne invasive Zahntherapie um mehr als sechs Monate auf 4,4 Jahre gestiegen. Bei den 40-Jährigen gab es einen Zuwachs um drei Monate auf 1,9 Jahre. Trotzdem können die Zahlen insgesamt noch nicht zufriedenstellen. Das geht aus dem aktuellen Zahnreport

2022 der BARMER hervor. Der Report hat dafür verschiedene Alterskohorten untersucht, über welchen Zeitraum sie keine invasive Zahntherapie wie zum Beispiel Wurzelbehandlungen, Füllungen, Parodontitis-Behandlungen, neue Kronen oder Zahnextraktionen benötigten. Den geringsten Fortschritt gab es demnach bei den 60-Jährigen, bei denen die mittlere therapiefreie Zeit um etwa einen Monat auf 1,6 Jahre angewachsen ist.

Wie aus dem Zahnreport weiter hervorgeht, sind fast zwölf Prozent der 60-Jährigen zwischen den Jahren 2012 und 2020 ohne invasive Zahnbehandlungen ausgekommen. Bei den 40-Jährigen traf dies auf gut elf Prozent zu und bei den 20-Jährigen auf knapp 24 Prozent. „Bei den jungen Erwachsenen sind die Zahlen durchaus ermutigend. Im mittleren Alter hätten wir uns aber ein deutlich besseres Ergebnis gewünscht“, sagte Prof. Dr. Michael Walter von der Technischen Universität Dresden, Autor des BARMER-Zahnreports. Dabei zeige sich in der jüngsten Alterskohorte, dass die Unterschiede zwischen Ost und West, die in den Zahnreporten der vergangenen Jahre immer wieder auffielen, offenbar geringer werden. Während die mittlere therapiefreie Zeit im Jahr 2012 in den westlichen Bundesländern noch um mehr als zwölf Monate länger gewesen sei als in den östlichen, sei der Abstand zuletzt auf gut zehn Monate zurückgegangen, wie entsprechende Hochrechnungen zeigten. Bei der nach der Wiedervereinigung aufgewachsenen Generation junger Erwachsener gebe es offenbar eine Annäherung der Zahn-Versorgungserfahrungen. Gleichwohl fänden sich zwischen einzelnen Bundesländern zum Teil noch erhebliche Unterschiede. Die für das Jahr 2020 für 20-Jährige berechnete mittlere therapiefreie Zeit habe in Hamburg 4,5 Jahre, in Thüringen dagegen nur 3,3 Jahre betragen.

Laut BARMER-Zahnreport hängt die Zahnversorgung auch vom Alter ab. Demnach ist die Zahl der zwischen den Jahren 2012 und 2020 therapiefreien Versicherten im sehr jungen und im hohen Alter am größten. Zwischen 40 und 50 Jahren waren die wenigsten Versicherten in den neun Folgejahren ohne Therapie. Ab etwa 70 Jahren nimmt die Zahl der langfristig therapiefreien Versicherten stark zu.

Den Ergebnissen des Reportes zufolge gibt es deutliche Unterschiede in der Zahngesundheit zwischen den Geschlechtern. Demnach sind Männer während eines weiten Teils deutlich häufiger langfristig therapiefrei als Frauen. So waren zum Beispiel rund 12,4 Prozent der 49-jährigen Männer und 8,4 Prozent der gleichaltrigen Frauen langfristig ohne zahninvasive Behandlung.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Quelle: <https://www.barmer.de/presse/infothek/studien-und-reporte/zahnreporte/barmer-zahnreport-2022-haeufige-zahntherapie-noch-immer-die-regel--1139084>, Stand 12.01.23

## Aus dem Bundesgebiet

### **Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit**

Kinder und Jugendliche können endlich wieder loslegen. Mit dem „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ erhalten sie die Chance, eigene Idee zu entwickeln und umzusetzen und so ihr direktes Lebensumfeld selbst mitzugestalten. Dafür können ab diesem Jahr Fördermittel beantragt werden.

Kommunen und Träger erhalten Unterstützung, um die Kinder und Jugendlichen gut zu begleiten. So sollen junge Menschen einen besseren Zugang zu Bewegung, Kultur und Sport erhalten. Sie sollen aktiv werden, sich einbringen, gehört werden und ihre eigenen Vorstellungen umsetzen können. Damit will das „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ einen Beitrag zur ganzheitlichen Förderung ihrer Gesundheit leisten. Das Programm wendet sich direkt an Kinder und Jugendliche, denn sie wissen am besten, was sie brauchen. Sie können selbst Projektideen vorschlagen und werden bei der Antragstellung der Fördermittel sowie bei der Umsetzung ihrer Projekte von professionellen Berater\*innen und Begleiter\*innen unterstützt.

Das funktioniert nur, wenn alle wichtigen Akteur\*innen mit an Bord sind. Das Zukunftspaket richtet sich deshalb auch gezielt an Kommunen und Träger. Sie erhalten Beratungen, Qualifizierungen und eine Förderung, um den Heranwachsenden die Unterstützung zu geben, die sie für ihre Projekte benötigen.

Das „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“ ist ein Programm des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). Es wird umgesetzt von der Gesellschaft für soziale Unternehmensberatung (gsub) und der Stiftung SPI. Der Programmteil „Kinder- und Jugendbeteiligung im Zukunftspaket“ wird verantwortet von der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung (DKJS).

Nähere Informationen finden Sie [hier](#).

Quelle: <https://www.dkjs.de/aktuell/meldung/news/das-zukunftspaket-geht-an-den-start/>, Stand 05.01.2023

### **Gemeinsam Gesundheit fördern - Empfehlungen der BVPG**

Für eine gesunde Bevölkerung muss die Beeinflussung gesundheitsförderlicher Faktoren über das Gesundheitswesen hinaus eine zentrale Aufgabe der Bundesregierung werden. Dafür braucht es eine arbeitsfähige Public-Health-Struktur, die den Ansatz der Weltgesundheitsorganisation, Gesundheit in allen Politikbereichen (Health in All Policies – HiAP) zu verankern, mit Leben füllt. Die Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (BVPG) als Dachverband von derzeit 138 vorwiegend zivilgesellschaftlichen Organisationen, die sich für das Anliegen der Prävention in Deutschland engagieren, begrüßt deshalb die im Koalitionsvertrag mit der Errichtung eines Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) intendierte Stärkung von Public Health.

Für die von der Bundesregierung dafür erwartete Definition von Zielen und Aufgaben möchte die BVPG folgende Anregungen geben:

1. Evidenzbasiert steuern und kommunizieren
2. Bestehende Strukturen prüfen, Bewährtes erhalten und Parallelentwicklungen vermeiden
3. Föderale Strukturen berücksichtigen und die Vernetzung mit Ländern/Kommunen sicherstellen

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Quelle: [https://bvpraevention.de/newbv/images/Publikationen/BVPG\\_Empfehlungen\\_BIOEG.pdf](https://bvpraevention.de/newbv/images/Publikationen/BVPG_Empfehlungen_BIOEG.pdf), Stand 05.01.2023

### **Nationale Aufklärungs- und Kommunikationsstrategie zu Diabetes mellitus**

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) gemeinsam mit ausgewiesenen Expertinnen und Experten die „Nationale Aufklärungs- und Kommunikationsstrategie zu Diabetes mellitus“ entwickelt.

Diabetes mellitus ist sowohl in Deutschland als auch weltweit eine der häufigsten nicht übertragbaren Erkrankungen – mit steigender Tendenz. Derzeit sind rund sieben Millionen Menschen in Deutschland an Diabetes mellitus erkrankt. Die Wissenschaft geht von einem Anstieg auf 10,7 bis 12,3 Millionen Erkrankten bis zum Jahr 2040 aus. Diabetes beeinträchtigt die Lebensqualität und Lebenszeit und kann zu schwerwiegenden Folgeerkrankungen bis hin zu Nierenversagen, Amputationen oder Erblindungen führen. Typ-2-Diabetes ist im Erwachsenenalter die weitaus häufigste Diabetesform. Neben genetischen Faktoren wird die Entstehung eines Typ-2-Diabetes insbesondere durch einen Lebensstil mit Bewegungsmangel und unausgewogener Ernährung begünstigt. Daher ist es wichtig, die Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung im Hinblick auf Prävention und einen gesunden Lebensstil zu stärken – ohne zu stigmatisieren. Hierzu leisten Aufklärungs- und Kommunikationsmaßnahmen einen wichtigen Beitrag.

Die Strategie finden Sie [hier](#).

Quelle: <https://www.diabetesnetz.info/strategie/>, Stand 12.01.23

Als Ansprechpartnerin für die Gesundheitsziele steht Ihnen in der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. Susanne Borchert unter der Mail-Adresse [gesundheitsziele@lvg-lsa.de](mailto:gesundheitsziele@lvg-lsa.de) zur Verfügung.

Newsletter erhalten/ abbestellen:

Sie sind in unserem Newsletter-Verteiler registriert. Damit bleiben wir mit Ihnen in Kontakt und können Sie zu Themen der Gesundheitsförderung und Prävention insbesondere zu den Gesundheitszielen Sachsen-Anhalts informieren. Der Newsletter Gesundheitsziele Sachsen-Anhalt wird vierteljährlich ausschließlich per Email versendet. Ihre Daten werden zum Zweck der Ansprache und des Versands genutzt und nicht an Dritte weitergegeben. Die Daten werden von der LVG vertraulich und nach den geltenden Regeln des Datenschutzes behandelt. Wenn Sie den Newsletter nicht mehr empfangen möchten, können Sie diesen [hier](#) abbestellen:

Haftungsausschluss:

Der Newsletter enthält Links zu externen Webseiten, auf deren Inhalte und deren Änderungen wir keinen Einfluss haben und keine Gewähr übernehmen können. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist allein der jeweilige Betreiber/ Anbieter verantwortlich. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist uns nicht zumutbar, soweit nicht konkrete Anhaltspunkte für eine Rechtsverletzung vorliegen. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen auf den verlinkten Seiten werden wir die Links auf diese Seiten umgehend entfernen.