



Gesund leben und arbeiten in Eisleben

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

Gesund leben und arbeiten in der Lutherstadt Eisleben

Was hat uns bewegt, Modellkommune für dieses Thema zu werden? Unser Arbeitsleben ist die längste Lebensphase, die wir als Menschen durchlaufen. Über 40 Lebensjahre, vier Jahrzehnte, steht ein Mensch durchschnittlich im Berufsleben. Wenn wir heute von Work-Life-Balance sprechen, ist das meines Erachtens nicht nur irreführend, sondern auch falsch, fordert es doch, dass wir angehalten sind, unsere Arbeits- und Lebens-, also unsere Freizeit im Gleichgewicht zu halten. Es suggeriert zugleich, Arbeitszeit wäre keine Lebenszeit. Dabei finde ich, schließt das eine das andere doch nicht aus. Arbeit sollte Spaß machen, einen erfüllen, einen Sinn geben. Eines sollte sie keinesfalls – krank machen. Dabei ist das allerdings leider oft der Fall. Statistiken belegen, dass Sachsen-Anhalt führend ist im Bereich der Krankmeldungen von Arbeitnehmern. Die Krankheitslast in Sachsen-Anhalt ist deutschlandweit am dritthöchsten. Sie liegt 22 Prozent über dem Bundesschnitt. In Sachsen-Anhalt kommen Alterskrankheiten überdurchschnittlich oft vor. Wir haben hierzulande mehr als doppelt so viele Menschen mit Gelenkerkrankungen wie Arthrose als im Bundesschnitt. Weitere auffällig häufige Krankheiten sind Herzschwäche, Schlaganfall und Komplikationen und Diabetes. Selbst wenn Alter und Geschlecht herausgerechnet werden, ist Sachsen-Anhalt in diesen Krankheiten deutschlandweit an der Spitze. Rund 25 von 1.000 Personen erleiden hierzulande Schlaganfälle – so häufig wie nirgendwo anders in Deutschland. Viele dieser Krankheiten haben ihren Ursprung im Bewegungsmangel. Und in einer qualitativ und quantitativ schlechten Ernährung. Was liegt also näher, als sich als Modellkommune zur Verfügung zu stellen, die sich genau diesem Thema widmet.

Wir stellen uns die Frage, wie muss Arbeit gestaltet sein, damit der Arbeitnehmer physisch und psychisch unversehrt bleibt? Welche Angebote können Arbeitgeber ihren Arbeitnehmern unterbreiten, sich gesund zu erhalten. Das gilt auch für die Stadtverwaltung als ein Arbeitgeber für rund 130 Mitarbeitende. Seit meiner Amtszeit gibt es einen jährlich stattfindenden Tag der Gemeinschaftspflege, der genau dieses Thema in den Fokus rückt. Doch mehr noch. Unser Anliegen als Kommune ist es, für alle Bürgerinnen und Bürger der Lutherstadt Eisleben und ihren Ortschaften Anreize zur Bewegungsförderung zu entwickeln.

Was bewegt Menschen - ist dabei die vordergründige Frage? Moderne Spielplätze mit Angeboten für Eltern und Kinder. Geführte Wanderungen in die nähere Umgebung, gemeinsame Spaziergänge durch die Innenstadt – wie unser jährlich stattfindender Lutherwegspaziergang, barrierearme Stadtführungen, Fahrradtage und Aktionen, die ein Ziel haben – bewegt euch!

Einige Unternehmen – das haben auch die Verleihungen der Gesundheitspreise in den vergangenen Jahren gezeigt – haben sich dieser Herausforderungen bereits vorbildlich gestellt. Sie haben erkannt, dass eine Investition in die Gesundheitsvorsorge ihrer Mitarbeitenden eine Investition in und für die Zukunft des Unternehmens ist. Diese Angebote gilt es, in Zukunft gemeinsam auszubauen, zu entwickeln und gebündelt unseren Mitbürgern zur Verfügung zu stellen.



Carsten Staub
Bürgermeister
Lutherstadt Eisleben

Inhalt

Gesund leben und arbeiten in Eisleben	3
Bewegter Jahresauftakt für den guten Zweck	4
Eisleber Frühlingslauf	6
Spaziergang auf dem Lutherweg	8
„Geh-spräche“ zwischen den Lutherstädten	10
Barrierearme Stadtführung	12
Auf Radtour mit dem Bürgermeister	14
Eisleben radelt – jeder Kilometer zählt	16
Dirtbahn auf der Siebenhitze	18
Auf kleinen und großen Rollen unterwegs	20
Spiel- und Fitnessplatz für Jung und Alt	22
Französisches Flair auf der Boulebahn	24
Örtliche Sportvereine und -angebote	26
Gesunde Unternehmen in der Lutherstadt	28
Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung	30
Ausblick	32

Gesund leben und arbeiten in Eisleben

Zwischen Harz und Elbe, inmitten des Mansfelder Landes liegt die Lutherstadt Eisleben. Als Geburtsstadt des berühmten Reformators Martin Luther und langjährige Kupferschieferabbaustätte blickt die Stadt auf eine historisch und industriell bedeutsame Vergangenheit zurück. Das Gebiet der Lutherstadt besteht aus insgesamt 16 Ortschaften bzw. Ortsteilen und befindet sich ca. 35 km westlich von Halle (Saale). Die Nähe zur Autobahn 38 sowie zu den Bundesstraßen B80 und B180 ermöglichen die Anbindung an bedeutende Wirtschaftsstandorte, wie etwa Halle (Saale) und Leipzig. In der ländlichen Region sind überwiegend klein- und mittelständische Unternehmen ansässig. Mit seinen ca. 22.400 Einwohner*innen ist sie die zweitgrößte Stadt des Landkreises Mansfeld Südharz.

Seit 2017 ist die Lutherstadt Eisleben eine von drei Modellkommunen im Landkreis Mansfeld-Südharz. Unter dem Motto „Gesund leben und arbeiten in Eisleben“ nutzte die Stadt die sich mit dem Präventionsgesetz bietenden neuen Möglichkeiten für Gesundheitsförderung und Prävention auf kommunaler Ebene und engagierte sich insbesondere für gesunde Lebens- und Arbeitsbedingungen. Gemeinsam mit der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wurden kommunale Strategien zur Prävention und Gesundheitsförderung für die rund 13.000 Einwohner*innen im erwerbsfähigen Alter entwickelt und erprobt. Neben Erwerbstätigen profitierten auch Arbeitslose und ehrenamtlich Tätige von den ressortübergreifend entwickelten Maßnahmen. Angesiedelt bei der Stabsstelle für Wirtschaft, Schule, Jugend, Sport und Fördermittelkoordination stellte Eisleben die Weichen, Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe zu verankern und im Zusammenspiel verschiedener Ressorts Maßnahmen und Angebote zu entwickeln.

Der 2018 eingerichtete Steuerkreis favorisierte als Handlungsschwerpunkte die Mobilitäts- und Bewegungsförderung vor dem Hintergrund, dass ein körperlich aktiver Lebensstil die Gesundheit der Einwohner*innen jeden Alters verbessert und die Leistungsfähigkeit Erwerbstätiger stärkt. Dabei wurden auch bewährte Maßnahmen integriert.

Mit der Wahl des neuen Bürgermeisters 2020 wurde eine Zukunftswerkstatt durchgeführt, bei der sich die Teilnehmer*innen auf die Verbesserung der Attraktivität des Radfahrens und die Initiierung öffentlicher Bewegungsangebote verständigten.



Bewegter Jahresauftakt für den guten Zweck

Der Eisleber Neujahrslauf bildet seit 1995 traditionell am ersten Sonntag des Jahres den sportlichen Start in das neue Jahr. Immer am ersten Januarwochenende lädt der Sport- und Spielverein Eisleben e.V. (SSV) zur gemeinsamen Bewegung an der frischen Luft ein. Das Angebot richtet sich an motivierte Läuferinnen und Läufer jeden Alters. Vom Anfänger mit Kinderwagen, über Spaziergänger und Hobbywanderer bis hin zum Profisprinter kann jede und jeder einzeln, mit Freunden oder als Gruppe teilnehmen. Für jeden gelaufenen Kilometer spenden örtliche Unternehmen einen Geldbetrag, welcher einem karitativen Zweck zugutekommt. Darüber hinaus erhalten die Teilnehmer*innen bei der Anmeldung eine Losnummer und nehmen automatisch an einer Tombola teil. 2021 und 2022 fand der Neujahrslauf infolge pandemiebedingter Hygieneauflagen und Kontaktbeschränkungen in Eigenregie statt. Alle Teilnehmer*innen sind maximal eine Stunde eine beliebige Strecke gelaufen und haben die erlaufenen Kilometer mit einer beliebigen Tracking-App erfasst und virtuell über die Homepage des SSV Eisleben e.V. gemeldet.

Ergebnisse

- 08.01.2017: 196 Läufer*innen absolvierten 1.547,2 km
- 07.01.2018: 271 Läufer*innen absolvierten 2.038,5 km
- 06.01.2019: 315 Läufer*innen absolvierten 2.392 km
- 05.01.2020: 382 Läufer*innen absolvierten 2.702 km
- 02.01.2021-03.01.2021: 230 Läufer*innen absolvierten 1.836,76 km
- 01.01.2022-02.01.2022: 68 Läufer*innen absolvierten 607,17 km

Nachhaltigkeit

Durch Traditionen gewinnen Menschen Sicherheit und Stabilität. Der Neujahrslauf animiert die Bürger*innen nicht nur zur Bewegung, er schafft ein Zusammengehörigkeitsgefühl und stiftet regionale Identität. Darüber hinaus engagieren sich die Bürger*innen gemeinsam für Bedürftige, das macht Freude, erzeugt Glücksgefühle und trägt zum Zusammenhalt in der Gesellschaft bei.



Eisleber Frühlingslauf

Wenn Anfang Mai angenehm milde Temperaturen nach draußen locken und die Natur erwacht, findet der Eisleber Frühlingslauf statt. Seit 2011 treffen sich Läufer*innen und (Nordic-)Walker*innen in Eisleben, um sich auf den verschiedenen Distanzen miteinander zu messen und gemeinschaftlich aktiv zu sein. Der Sport- und Spielverein Eisleben e. V. und der Kreissportbund Mansfeld-Südharz sind die Organisatoren und bieten jährlich für verschiedene Altersgruppen Läufe mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden an. Dabei reicht das Angebot vom 400 m Bambini-Lauf bis zum 25 km langen See-lauf. Die abwechslungsreichen Strecken, wie z.B. die Hexenwaldrunde (5,6km) oder die kleine Lutherrunde (10km) führen traditionell entlang des Süßen Sees, durch das Naturschutzgebiet und vorbei an den angrenzenden Weinbergen. Abgerundet wird das Programm von den Staffelläufen über 4 x 2,8km für Firmen und Schüler*innen. Der Frühlingslauf ist eine inklusive Veranstaltung, an der auch Athleten mit Beeinträchtigung teilnehmen können. Pandemiebedingt erfuhr das Format 2021 eine Anpassung und wurde erstmals virtuell durchgeführt. Dabei konnte jede bzw. jeder Sportler*in auf den markierten Originalstrecken, vor der Haustür oder an einem beliebigen Ort mitmachen. Über einen mit der Anmeldung erhaltenen Link haben die Teilnehmenden die Laufdistanz nach erfolgreicher Absolvierung der Strecke eingetragen.

Ergebnisse

- 06.05.2017: Teilnahme von 400 Läufer*innen
- 06.05.2018: Teilnahme von 330 Läufer*innen
- 12.05.2019: Teilnahme von 384 Läufer*innen
- 24.04. bis 09.05.2021 erster Frühlingslauf im virtuellen Format mit 79 Läufer*innen
- 08.05.2022 Frühlingslauf auf 07.05.2023 verschoben

Nachhaltigkeit

Der Frühlingslauf ist fester Bestandteil des Sportjahres in der Lutherstadt Eisleben. Egal ob virtuell oder in Präsenz, das alljährliche Bewegungsangebot motiviert die Teilnehmenden, sich mit dem Laufsport auseinanderzusetzen und ermöglicht es, die verschiedenen Arten wie z.B. Marathon, Walking oder Nordic Walking zu erproben und vermittelt den Bürgerinnen und Bürgern somit neue sportliche Perspektiven. Der Frühlingslauf bietet zudem die Gelegenheit, mit Freunden, Nachbarn und anderen sportinteressierten Mitmenschen zusammenzukommen und sich als Teil der städtischen Gemeinschaft zu erleben.



Foto by Pixabay
Running in G. 13447968





Spaziergang auf dem Lutherweg

Eine weiße Rose mit schwarzem Kreuz und rotem Herz auf hellblauem Hintergrund sind die wesentlichen Elemente der sogenannten Lutherrose. Das Symbol des bekannten Reformators und der evangelisch-lutherischen Kirche findet sich noch heute an zahlreichen innerstädtischen Orten. Zum alljährlichen Spaziergang auf dem Lutherweg begeben sich Interessierte immer am letzten Sonntag im August entlang der bronzenen Lutherrosen im Pflaster auf ihrem ganz persönlichen Weg durch die Altstadt Eislebens. An ausgewählten Stationen wie etwa dem Marktplatz warten abwechslungsreiche, spielerische und informative Angebote. Seit 2021 wird jeder Veranstaltung ein besonderes Motto zugewiesen, für jede absolvierte Station erhalten die Teilnehmer*innen einen Stempel und am Ende des Spazierganges auch ein kleines Andenken. Durch diese kontinuierliche Anpassung gelang es, den jährlichen Teilnehmerkreis von ca. 240 bis 300 Personen konstant zu halten. Der Schwerpunkt des Events liegt auf dem Unterwegs sein, dem Spazieren gehen und Entdecken der Heimatregion. Organisiert wird die kostenfreie Veranstaltung von der Lutherstadt Eisleben in Kooperation mit Kirchengemeinden und der Stiftung Luthergedenkstätten Sachsen-Anhalt.

Ergebnisse

- 27.08.2017 – 12. Spaziergang auf dem Lutherweg
- 26.08.2018 – 13. Spaziergang auf dem Lutherweg
- 25.08.2019 – 14. Spaziergang auf dem Lutherweg
- 30.08.2020 – 15. individueller Spaziergang auf dem Lutherweg aufgrund von Corona
- 29.08.2021 – 16. Spaziergang „Wunder vor der Haustür“
- 28.08.2022 – 17. Spaziergang „Wunderbare Welt der (W)ORTE“

Nachhaltigkeit

Der Spaziergang auf dem Lutherweg bietet als flexibles Instrument der Nahraumerschließung die Möglichkeit, die Stadt, allein oder mit Freunden und Bekannten, zu erkunden. In den am Weg liegenden Kirchen und Stationen wird auch sein religiös-spirituelles Potenzial spürbar. Außerdem trägt er dazu bei, sichtbar zu machen, was geschaffen wurde, welche Baulücken geschlossen wurden und wo noch Handlungsbedarf besteht. Durch die Zusammenarbeit der verschiedenen Akteure vor Ort ist der Fortbestand der Veranstaltung über die nächsten Jahre hinweg gewährleistet.



„Geh-sprache“ zwischen den Lutherstädten

Ein besonderes Bewegungsangebot im Oktober bildet die Wanderung zwischen den Lutherstädten. Diese privat organisierte Initiative wird von der Stadt Eisleben unterstützt und findet bei fast jedem Wetter statt. Sie bietet für alle Wanderfreunde die Möglichkeit, die eigene Heimatregion aktiv zu erkunden und aus einem anderen Blickwinkel kennenzulernen. Dabei variiert die Route jährlich, beinhaltet aber stets historisch relevante Wegmarken, die im Zusammenhang mit dem Leben und Wirken von Martin Luther stehen. So konnten in der Vergangenheit zum Beispiel das Museum zu Luthers Elternhaus in Mansfeld, das Lutherdenkmal in Eisleben oder die Andreaskirche, in der Luther seine letzte Predigt hielt, bewundert werden. Zwischen den einzelnen Stationen wandern die Teilnehmer*innen inmitten von Feldern und Wäldern und bekommen neben kulturellen Highlights auch die natürliche Vielfalt der Region geboten. Das Angebot ist eine touristische Kooperation zwischen den Lutherstädten des Landkreises Mansfeld-Südharz.

Ergebnisse

- 2017 Wanderung von Mansfeld nach Eisleben
- 2018 Wanderung von Mansfeld nach Eisleben
- 2019 Wanderung vom Zentralen Omnibusbahnhof Klosterplatz
- 17.10.2020 Wanderung von Mansfeld über Klostermansfeld nach Eisleben
- 23.10.2021 Wanderung von Mansfeld nach Klostermansfeld
- 22.10.2022 Wanderung von Eisleben nach Mansfeld

Nachhaltigkeit

Ob jung oder alt, trainiert oder untrainiert ist bei den Wanderungen zwischen den Lutherstädten nebensächlich. Stattdessen steht vor allem die Freude an der gemeinschaftlichen Aktivität im Freien im Vordergrund. Jede Wanderroute hat ihren eigenen Reiz. Dabei stärkt der Spaziergang das Immunsystem, reduziert aktiv Stress und ist eine leicht nachnutzbare Möglichkeit der Bewegungsförderung sowie eine gesellige Form der Nahraumerkundung. Gleichzeitig können auch Kontakte geknüpft und Gemeinschaft mit anderen Menschen erlebt werden.



Barrierearme Stadtführung

Für Menschen, die bereits von Bewegungseinschränkungen betroffen sind, trägt der Erhalt von Mobilität wesentlich zu Gesundheit und Wohlbefinden bei. Egal ob mit Gehhilfe, Rollator oder Rollstuhl, am 17.09.2021 konnten die Teilnehmer*innen der ersten barrierearmen Stadtführung Sehenswertes aus der Eisleber Stadtgeschichte erleben. Ohne Stufen oder größere Steigungen führte der einstündige Rundgang zu den bedeutendsten Sehenswürdigkeiten in der Lutherstadt. Das Angebot richtete sich insbesondere an ältere- und/oder in der Bewegung eingeschränkte Bürger*innen, da sich diese durch Treppen und schlecht zugängliche Wege oftmals von Ausflügen ausgegrenzt fühlen. Ihnen trotz Einschränkungen soziale Teilhabe zu ermöglichen, ist das Ziel dieses Angebotes. Gemeinsam mit der örtlichen Tourist-Information konnte so ein kostenloser Anreiz für mehr Bewegung im Alltag geschaffen werden. Die barrierearme Stadtführung fand im Rahmen der alljährlichen europäischen Mobilitätswoche statt, welche dazu aufruft, nachhaltige Mobilitätskonzepte zu erproben.

Ergebnisse

- 17.09.2021 barrierearme Stadtführung
- 20 Teilnehmer*innen

Nachhaltigkeit

Mit der ersten barrierearmen Stadtführung verfügt die Lutherstadt Eisleben über ein niedrighwelliges Instrument zur Förderung der sozialen Teilhabe. Egal ob Menschen mit Kinderwagen, ältere Mitbürger*innen oder Personen mit Behinderung, der inklusive Ansatz ermöglicht allen, aktiv zu sein. Es ist geplant, barrierearme Stadtführungen regelmäßig anzubieten, da der Erhalt der Mobilität wesentlich zur Gesunderhaltung bis ins hohe Lebensalter beiträgt.



Auf Radtour mit dem Bürgermeister

Am 22.09.2021 beteiligte sich Eisleben mit einer Fahrradtour an der alljährlichen europäischen Mobilitätswoche. Damit sollten Ideen für eine nachhaltige Mobilität in der Stadt beworben und Anreize für mehr Bewegung im Alltag geschaffen werden. Die ca. einstündige, rund acht Kilometer lange Strecke startete auf dem Eisleber Wiesengelände und führte über Unterrißdorf bis hin zur „Kalten Stelle“. Während der vom Bürgermeister angeführten Tour ergänzten Besichtigungen, wie etwa die der Dorfkirche in Unterrißdorf sowie der Luther-Kutsche das Angebot. Die Teilnahme an der Tour war kostenfrei und stand allen an Bewegung interessierten Bürgerinnen und Bürgern offen.

Ergebnisse

- 22.09.2021 Fahrradtour mit dem Bürgermeister
- 15 Teilnehmer*innen

Nachhaltigkeit

Fahrradfahren in schöner landschaftlicher Umgebung an der frischen Luft und gemeinsam mit anderen bereitet nicht nur Freude, sondern ist auch klimaneutral. Darüber hinaus hilft regelmäßiges Radeln, Übergewicht zu vermeiden sowie Herz, Muskeln und Gelenke fit zu halten. Der Bürgermeister der Stadt geht mit gutem Vorbild voran. Um die positiven Effekte des Radfahrens auch künftig hervorzuheben, ist eine Fortsetzung geplant.



Eisleben radelt – jeder Kilometer zählt

Fahrrad fahren ist eine einfache und kostengünstige Variante, um sich körperlich fit zu halten, die Natur zu erleben oder sich sportlich zu betätigen. „Eisleben radelt“ lautete daher das Motto einer gemeinsamen Initiative der Lutherstadt Eisleben und der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. vom 30.04.2022 bis 30.05.2022. Die Auftaktveranstaltung fand am 30. April bei der Verkehrswacht Mansfeld-Südharz statt. Während sich die kleinen, unerfahrenen Radfahrer im Verkehrsgarten ausprobieren und ein Fahrraddiplom erwerben konnten, folgten zahlreiche weitere Radbegeisterte dem Stadtführer auf eine interessante Radtour zum Süßen See. Die Route führte an der Unterrißdorfer Kirche, der Lutherkutsche sowie der Kalten Stelle vorbei. Zudem gab es einen Stopp am Strandhotel Aseleben am Süßen See. Interessierte konnten sich hier von einem Pflegedienst den Blutdruck und den Blutzuckerspiegel messen lassen. Im Anschluss führte die Tour weiter zum Franzosenberg und endete schließlich wieder in Eisleben. Die Aktion begleitete ein Aufruf an alle Einwohner*innen, so viele Kilometer wie möglich mit dem Fahrrad zurückzulegen. Sowohl Einzelpersonen jeden Alters, Gruppen als auch Vereine konnten teilnehmen. Auch Mitarbeiter*innen der Stadtverwaltung Eislebens beteiligten sich und übernahmen damit Vorbildfunktion. Die gefahrenen Kilometer wurden mithilfe einer beliebigen Sport-App aufgezeichnet. Auf der Homepage der Stadtverwaltung wurden alle Daten zusammengetragen und infolge die Sieger prämiert.

Ergebnisse

- 30.04.2022 bis 30.05.2022 Aktionszeitraum Eisleben radelt
- 30.04.2022 Auftakt der Fahrradfahraktion mit Radtour und Fahrraddiplom
- Präsentation der gefahrenen Kilometer auf der Homepage der Stadt
- 29.09.2022 Siegerehrung

Nachhaltigkeit

Fahrrad fahren ist gesund für Herz und Kreislauf, denn es fördert die Durchblutung, ist gut für die Gefäße, senkt den Blutdruck und entlastet das Herz. Regelmäßiges Biken kann die Herzgesundheit erheblich verbessern und das Herzinfarktrisiko um bis zu 50 Prozent senken. Die einmonatige Initiative motiviert, möglichst viele Alltagswege herzigesund und klimafreundlich mit dem Fahrrad zurückzulegen. Eine Wiederholung der Aktion für die Folgejahre ist geplant.



Foto by Pixabay -
Group should on the street 499 2625

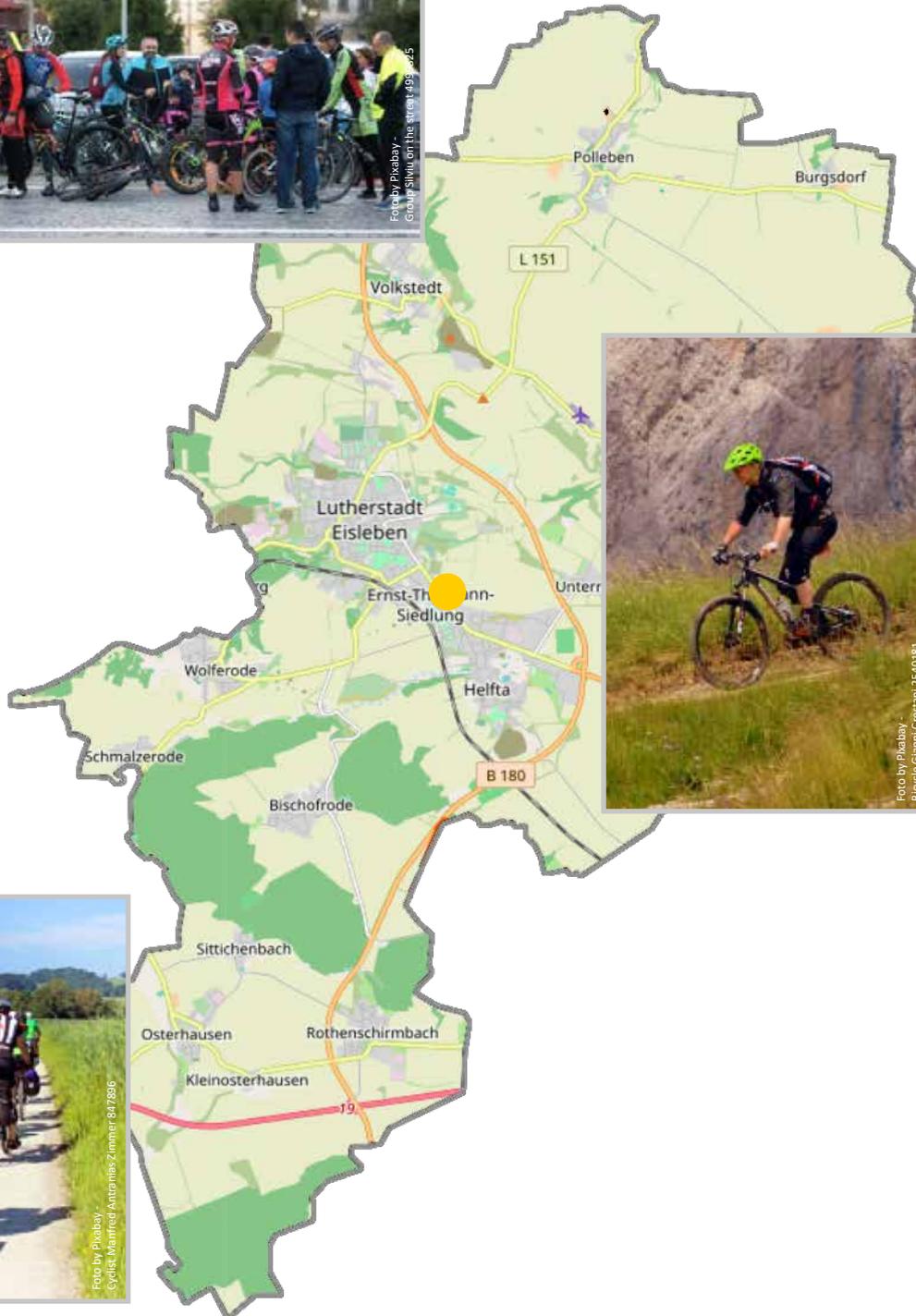


Foto by Pixabay -
Bicycle Glenn / Cressian 2540181



Foto by Pixabay -
Cyclist Manfred Antonius Zimmer 847896

Dirtbahn auf der Siebenhitze

Dirt Jump oder auf Deutsch „Sprung über einen Erdhügel“ ist eine Funsportart, die auf einer eigens dafür vorgesehenen Strecke der sogenannten Dirtbahn ausgeführt wird. Es handelt sich dabei um eine Variante des Radsports, die mit Mountainbikes, BMX-Rädern oder speziellen Dirtbikes absolviert wird. Das Ziel besteht darin, Sprünge zu machen und Tricks in der Luft vorzuführen. Die Eisleber Dirtbahn befindet sich auf einer ca. 3.800m² großen Fläche mit Hügeln, Hängen und Rampen, die zu speziellen Jumps einladen. Zentral in der Stadt auf der Hintere Siebenhitze gelegen richtet sich dieses neue Bewegungsangebot vor allem an die jüngere Generation. Die Strecke ist vollständig umzäunt, um sowohl die Sicherheit für Spaziergänger als auch die Sauberkeit auf der Strecke langfristig zu gewährleisten. Die Instandhaltung der Sportstätte teilt sich die Lutherstadt mit der Ball- und Spielgemeinschaft Aufbau Eisleben. Die Abteilung Reit- und Fahrsport des Vereins betreut interessierte Radler*innen.

Ergebnisse

- 05.02.2022 feierliche Einweihung der Dirtbahn
- Ca. 60 Teilnehmer*innen

Nachhaltigkeit

Mit der Dirtbahn erweitert die Lutherstadt ihr Sportstättenportfolio und wird damit attraktiver für Jugendliche und junge Erwachsene. Die bewegungsintensive Sportart fördert Koordination und Geschicklichkeit und trägt zum Stressabbau bei. Die grünen Freiflächen um die Bahn laden Familien, Fans und Zuschauer zum Picknicken und Verweilen ein.



Auf kleinen und großen Rollen unterwegs

Skaten ist eine Sammelbezeichnung für verschiedene Sportarten, die auf Rollen oder Kufen ausgeführt werden. Unabhängig vom jeweiligen Sportgerät erfordert das Skaten ein hohes Körperbewusstsein und eine geübte Motorik. Gleichzeitig können auf spielerische Art koordinative Fähigkeiten gesteigert und die Körperbeherrschung verbessert werden. Die Skateranlage in Eisleben verfügt über zwei Rampen sowie ein Sprungelement, ist öffentlich zugänglich und kann täglich mit Rollern, Skateboards, BMX-Rädern etc. befahren werden. Ergänzt werden soll das Areal 2023 um eine Pumptrack. Dafür wurde ein Konzept entwickelt. Pumptrack bezeichnet einen speziellen Rundkurs für Sportgeräte mit Rädern aller Art wie z.B., Roller, Inlineskates, Scooter, Skateboards, Longboards sowie Lauf- oder Fahrräder. Die besondere Herausforderung besteht darin, die Strecke ohne Treten bzw. Anschieben, sondern nur mittels Zieh- und Drückbewegungen „pumpen“ des Körpers zu meistern. Um die gesamte Strecke zu befahren, reicht eine Gewichtsverlagerung aus. Die auf dem Kurs angeordneten Wellen und Steilkurven unterstützen dabei und stellen eine koordinative Herausforderung dar.

Ergebnisse

- Konzept zur Erweiterung der Skateranlage

Nachhaltigkeit

Mit dem Skatepark und der geplanten Erweiterung hält die Lutherstadt Eisleben eine weitere attraktive Möglichkeit der Freizeitgestaltung für Kinder und Jugendliche vor. Skaten bewegt den Körper auf vielfältige Weise und stärkt Kondition und Selbstbewusstsein der Sportler*innen. Darüber hinaus bildet die Skateanlage einen Treffpunkt für die offene Kinder- und Jugendarbeit.



Foto by Pixabay - Skate Feeling blue 4232161



Foto by Pixabay - Skateboard Bob Dmyk 3387265



Foto by Pixabay - Bmx Stefan Alen 97089

Spiel- und Fitnessplatz für Jung und Alt

Die bisher ungenutzte ca. 1.500 m² große Freifläche am Hainbuchenweg ist für den Ausbau eines Spielplatzes genutzt worden. Neben einem Kletterturm mit Rutsche und Sandplatz entstanden auf dem Gelände u.a. Seilbahn, Nestschaukel, Wasserspiel sowie ein Trinkbrunnen. Daneben wurden eine großzügige Rasenfläche und Blumenwiesen angelegt. Die zahlreichen Anpflanzungen mit blühenden Sträuchern und Bäumen komplettieren die Anlage und dienen zukünftig als Schattenspendender. Mithilfe der Sparkasse Mansfeld-Südharz erfuhr das ursprünglich für Kinder konzipierte Areal eine Erweiterung, um Fitnessgeräte für Erwachsene wie z.B. Air Walker, Twister, Cross, Chest und Sit Up. Der neue Spiel- und Fitnessplatz in der Innenstadt steht Familien ohne Nutzungsgebühren für Sport und Spiel zur Verfügung.

Ergebnisse

- Konzeptentwicklung zur Gestaltung und Nutzung des Areals als Spiel- und Fitnessplatz
- Anschaffung von Bewegungsgeräten für verschiedene Altersgruppen
- 18.06.2022 festliche Einweihung
- ca. 150 Teilnehmer*innen

Nachhaltigkeit

Für einen langfristigen Erhalt ist der Platz eingefriedet und kann täglich in der Zeit von 8-20 Uhr besucht werden. Die Verantwortlichkeiten für die Nutzung und Betreuung des Spiel- und Fitnessplatzes wurden schriftlich festgelegt. Das Areal steht allen Einwohner*innen der Lutherstadt Eisleben täglich zu den Öffnungszeiten zur Verfügung und soll zukünftig in alle Events einbezogen werden. Es ist vorgesehen, regelmäßig über Animation und/oder sportliche Wettkämpfe Familien für mehr Bewegung zu motivieren. Mit dem neu geschaffenen Spiel- und Fitnessplatz erhöht die Stadt ihre Attraktivität für Familien.



Französisches Flair auf der Boulebahn

In Frankreich wird es seit jeher gespielt, in Deutschland gewinnt es immer mehr Anhänger. In dem auch als Pétanque bekannten Wettstreit müssen zwei Teams eine bestimmte Anzahl von Kugeln so nah wie möglich an eine vorher positionierte Zielkugel heranwerfen. Die Spielerinnen und Spieler trainieren unter moderater körperlicher Belastung Fertigkeiten, wie Geschicklichkeit, Auge-Hand-Koordination und Feinmotorik. Darüber hinaus fördert Boule soziale Kontakte und stärkt vor allem im Kleinen Gemeinwesen und Gemeinschaftsgefühl. Nicht selten bekommen Passanten beim Zuschauen selbst Lust zu spielen. In Eisleben wurde eine Boulefläche im Stadtpark beim Spielplatz am Carl-Eitz-Weg errichtet. Unter hohen Bäumen lädt die Boulebahn, die auch mit einer Bank und einer Spielanleitung versehen wurde, zum Verweilen und Aktivwerden ein. Die Standortwahl kompensiert mangelnde Bewegungsangebote in der Gegend. Interessierte Einwohner*innen können das Boule-Set bei der Stadtverwaltung vor Ort ausleihen.

Ergebnisse

- Bereitstellung einer Fläche und Übernahme der Pflege durch die Lutherstadt Eisleben
- Bouleplatz mit Spielanleitung und Sitzgelegenheiten zum Ausruhen
- Ausstattung anliegender Institutionen - Kitas, Schule, Pflegheime und Stadtverwaltung – mit Boule-Sets
- Ausleihmöglichkeit eines Boule-Sets für interessierte Bürger*innen

Nachhaltigkeit

Die Boulefläche steht den Bewohner*innen der Lutherstadt Eisleben als niedrigschwelliges Bewegungsangebot zur Verfügung. Interessierte jeder Altersgruppe können sie kostenfrei nutzen und bei der Stadtverwaltung das nötige Equipment ausleihen, um Boule zu spielen. Die Lutherstadt sichert die Wartung der Boulefläche. Eine Spielanleitung ermöglicht ungeschulten Interessierten die Nutzung der Spielanlage. Die Verortung neben einem Spielplatz trägt dazu bei, auch Erwachsene zu mehr Bewegung zu animieren. Die Ausstattung anliegender Institutionen mit Boule-Sets erleichtert deren Zugang zum Angebot.



Örtliche Sportvereine und -angebote

Eisleben bietet seinen Bürger*innen ein vielfältiges Bewegungs- und Sportangebot, das von großem ehrenamtlichen Engagement vieler Bürger*innen getragen wird. In den Sportvereinen organisieren sich Trainingsgruppen für alle Altersstufen. Im Fokus stehen dabei u.a. verschiedene Ballsportarten, Gymnastik oder Leichtathletik, stets unter Berücksichtigung, dass Sport einen gesunden Ausgleich zum Arbeitsleben darstellt. Sportliche Betätigung bietet einen guten Ausgleich zum häufig anstrengenden Berufsalltag. Intensive Bewegung senkt den Stresshormonpegel und fördert die Durchblutung und damit die Konzentrationsfähigkeit. Neben den Vereinen gibt es 5 Fitnesscenter in Eisleben, welche punktuell mit Unternehmen aus der Lutherstadt kooperieren und deren Mitarbeiter*innen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements Sportangebote zur Verfügung stellen. Diese fördern Zufriedenheit und Gesundheit der Arbeitnehmer*innen. Gleichzeitig profitieren die Arbeitgeber von leistungsfähigeren Mitarbeiter*innen, einem guten Betriebsklima und dem positiven Image.

Ergebnisse

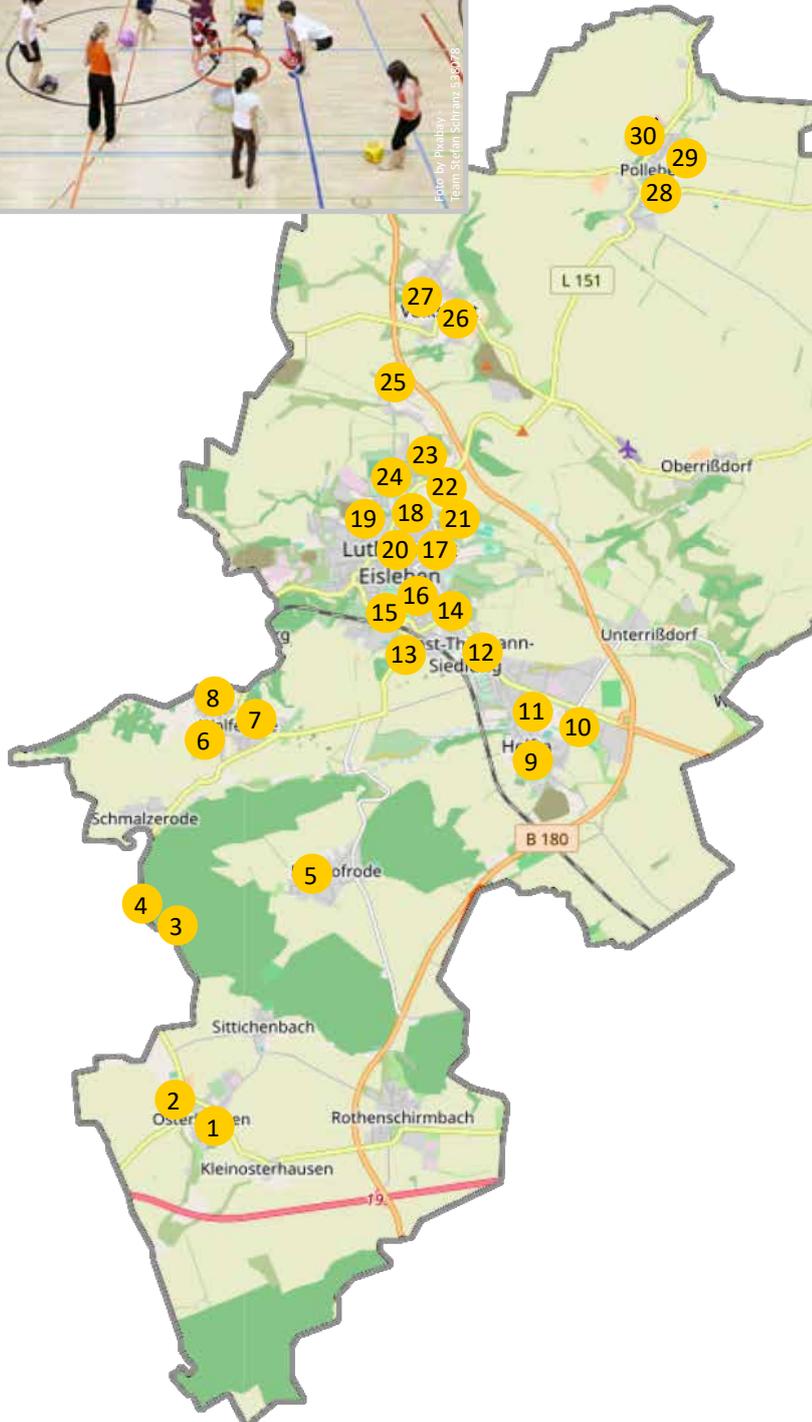
- 2.965 Eisleber*innen sind Mitglied in einem Sportverein
- davon 1.792 Männer und 1.173 Frauen (Stand 31.12.2021)
- 51 % der Mitglieder sind zwischen 18 und 59 Jahre alt
- 9 Sportvereine halten Angebote für Sportbegeisterte vor
- Ca. 25 verschiedene Sportarten werden angeboten
- 28 Sportstätten stehen zur Verfügung

Nachhaltigkeit

Die Sportvereine prägen das Leben in der Lutherstadt Eisleben entscheidend mit. Sie gestalten das örtliche Sport- und Bewegungsangebot und wirken sich positiv auf die Lebensqualität der Bewohner*innen aus. Neben den gesundheitlichen Zugewinnen durch regelmäßigen Sport bietet das Engagement als Trainer*in oder im Vereinsvorstand die Möglichkeit, sich innerhalb der Kommune einzubringen. Darüber hinaus fördern gemeinsame Aktivitäten das soziale Miteinander. Eine gut vernetzte Vereinslandschaft bildet außerdem die Grundlage für die Entwicklung und Umsetzung kommunaler Gesundheitsstrategien für alle Altersgruppen.



Foto: by Pixabay -
Team Stefan Schirmer, 30/07/18



- 1 Sporthalle Osterhausen
- 2 Sportplatz Osterhausen
- 3 Waldsportplatz Bornstedt
- 4 Sporthalle Bornstedt
- 5 Waldsportplatz Bischofrode
- 6 Sporthalle Wolferode
- 7 Sportplatz Wolferode
- 8 Kegelbahn Wolferode
- 9 Sporthalle Helfta
- 10 Sportplatz Strohhügel Helfta
- 11 Kegelsportstätte Eisleben - Helfta
- 12 Sporthalle Bergmannsallee
- 13 Sporthalle - Berufsbildenden Schule Eisleben
- 14 Glück-Auf-Halle - Eisleben
- 15 Bowlingcenter Eisleben
- 16 Schwimmhalle Eisleben
- 17 Städtischer Sportplatz - Eisleben
- 18 Sportplatz - Otto Helm Kampfbahn
- 19 Sporthalle - Thomas-Müntzer-Schule
- 20 Tennisanlage - SSV Eisleben e.V.
- 21 SSV Eisleben e.V.
- 22 Zum Sportplatz 6a
- 23 Sporthalle - Förderschule für LB Pestalozzi
- 24 Sporthalle - Grundschule Torgarten
- 25 Platzbahnkegelveerein Oberhütte e.V.
- 26 Sporträumlichkeit Volkstedt
- 27 Sportplatz Volkstedt
- 28 Kegelhalle Polleben
- 29 Sportplatz Polleben
- 30 Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnhalle Polleben

Gesunde Unternehmen in der Lutherstadt

Als Gründungsmitglied des Netzwerkes „Wir für Mansfeld-Südharz“ engagiert sich die Lutherstadt Eisleben u.a. dabei, Unternehmen bei der Ansiedlung und Schaffung von Arbeitsplätzen zu unterstützen. Insbesondere vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels und knapper personeller Ressourcen ist es für mittelständische Unternehmen wichtig, krankheitsbedingte Ausfallzeiten zu minimieren und einer Mitarbeiterfluktuation vorzubeugen. Gesunde Arbeitsbedingungen stehen deshalb neben der wirtschaftlichen Unternehmensentwicklung im Fokus der regelmäßigen Unternehmensbesuche von Bürgermeister und Leiterin der Stabsstelle Wirtschaft, Schule, Jugend, Sport und Fördermittelkoordination. Bei den Betriebsbesichtigungen werden in intensiven Gesprächen Entwicklungsspielräume und kommunale Unterstützungsmöglichkeiten erörtert, dazu gehört auch, die Unternehmen für gesellschaftliches Engagement zu gewinnen. Die ETF Eislebener Tele-Funk Kommunikationstechnik GmbH war Preisträger beim Wettbewerb „Unternehmergeist Mansfeld Südharz 2019“. Diese Auszeichnung erhalten Unternehmen, die besonders technisch innovativ und auf neuen Märkten erfolgreich sind, ebenso wird Mitarbeiterbindung und gesellschaftliches Engagement prämiert.

Ergebnisse

- 24.01.2019 Fachtagung „Gesund leben und arbeiten in der Lutherstadt Eisleben“
- 04.03.2019 Bewegungswerkstatt
- 10.10.2019 Verleihung des Gesundheitspreises an die Hallog GmbH, die Lebenshilfe Mansfelder Land e.V. und die Deutsche Post AG
- Regelmäßige Unternehmensbesuche

Nachhaltigkeit

Betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention verbessern langfristig die Sicherheit und Gesundheit im Arbeitsleben. Ein gesundes Arbeitsumfeld wirkt sich auf die Ressourcen der Beschäftigten aus. Mit motivierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, geringeren Ausfallzeiten und einer verbesserten Produktivität stärken die örtlichen Betriebe ihre Wettbewerbsfähigkeit und steigern so nachhaltig die Attraktivität des Wirtschaftsstandortes Eisleben. Unternehmensbesuche wertschätzen das Engagement der Betriebe, können Synergien schaffen und ermöglichen, frühzeitig bedarfsgerechte Unterstützungsmöglichkeiten aufzuzeigen.



Foto by Pixels - Anna Shvets 5564526

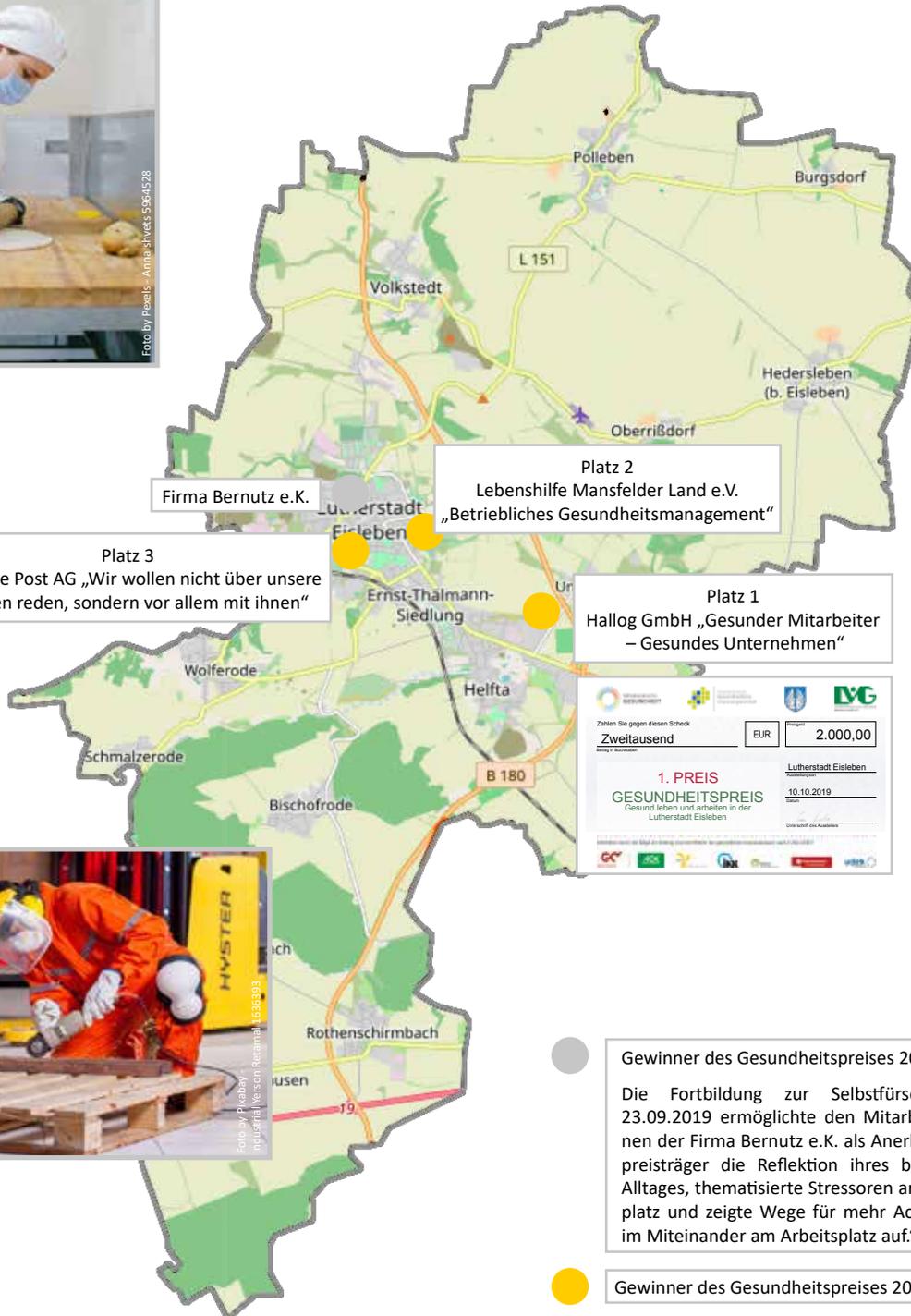


Foto by Pixabay - Industrial Person for email 1836393

● Gewinner des Gesundheitspreises 2018

Die Fortbildung zur Selbstfürsorge am 23.09.2019 ermöglichte den Mitarbeiter*innen der Firma Bernutz e.K. als Anerkennungspreisträger die Reflektion ihres beruflichen Alltages, thematisierte Stressoren am Arbeitsplatz und zeigte Wege für mehr Achtsamkeit im Miteinander am Arbeitsplatz auf.“

● Gewinner des Gesundheitspreises 2019

Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung

Im Projekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“, das in der Lutherstadt seit 2017 umgesetzt wird, werden arbeitslosen Menschen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung angeboten, die ihre Lebensqualität verbessern und die Chancen für den Wiedereinstieg in das Berufsleben erhöhen sollen. In einer gesundheitsorientierten Beratung erörtern dafür qualifizierte Arbeitsvermittler*in und Kunde, welches Angebot das Beste für die/den Betroffene/n ist. So können Interessierte z.B. mit einem Präventionskurs wie Nordic Walking bei einer Runde durch den Stadtpark nicht nur etwas für die eigene Gesundheit tun, sie lernen beim Hinaufsteigen über die Stadterrassen zur St. Annenkirche neben anderen Menschen die Lutherstadt aus einer ganz neuen Perspektive kennen. Bei gesundheitsförderlichen Gruppenangeboten zum Beispiel zum Thema Ernährung können sich die Teilnehmenden nicht nur über Klassiker wie Eislebener Knäzchen austauschen, sondern erfahren, wie eine ausgewogene und gesunde Ernährung gelingen kann. Während beim Gesundheitscoaching die individuelle Lebenssituation im Mittelpunkt steht.

Ergebnisse

- 5 regionale Anbieter und 1 überregionaler Anbieter kooperieren
- 47 Teilnehmer*innen in zertifizierten Präventionskursen
- 42 Teilnehmer*innen in gesundheitsförderlichen Gruppenangeboten
- 4 Teilnehmer*innen beim individuellen Gesundheitscoaching
- 04.09.2018 Aktionstag Nordic Walking mit 2 Teilnehmer*innen
- 25.09.2019 Gesundheitstag mit 30 Teilnehmer*innen
- 18.05.2022 Gesundheitstag mit 65 Teilnehmer*innen

Nachhaltigkeit

Die Investition in die Gesundheit arbeitsloser Menschen hat vielfältige nachhaltige Wirkungen u.a. Stressreduktion und mehr Lebensqualität. Aber auch gesellschaftliche Teilhabe statt Ausgrenzung. Die strukturell verankerte Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung u.a. durch regionale Steuerkreise und regionale Anbieter*innen sowie die Ausrichtung der Angebote an den Bedürfnissen der Betroffenen sichert langfristig den Zugang zur Zielgruppe.



Foto by Adobe Stock -
Pressmaster_120688036



Foto by Adobe Stock -
nordic-walking-by-arno-Ohlshky_1814784

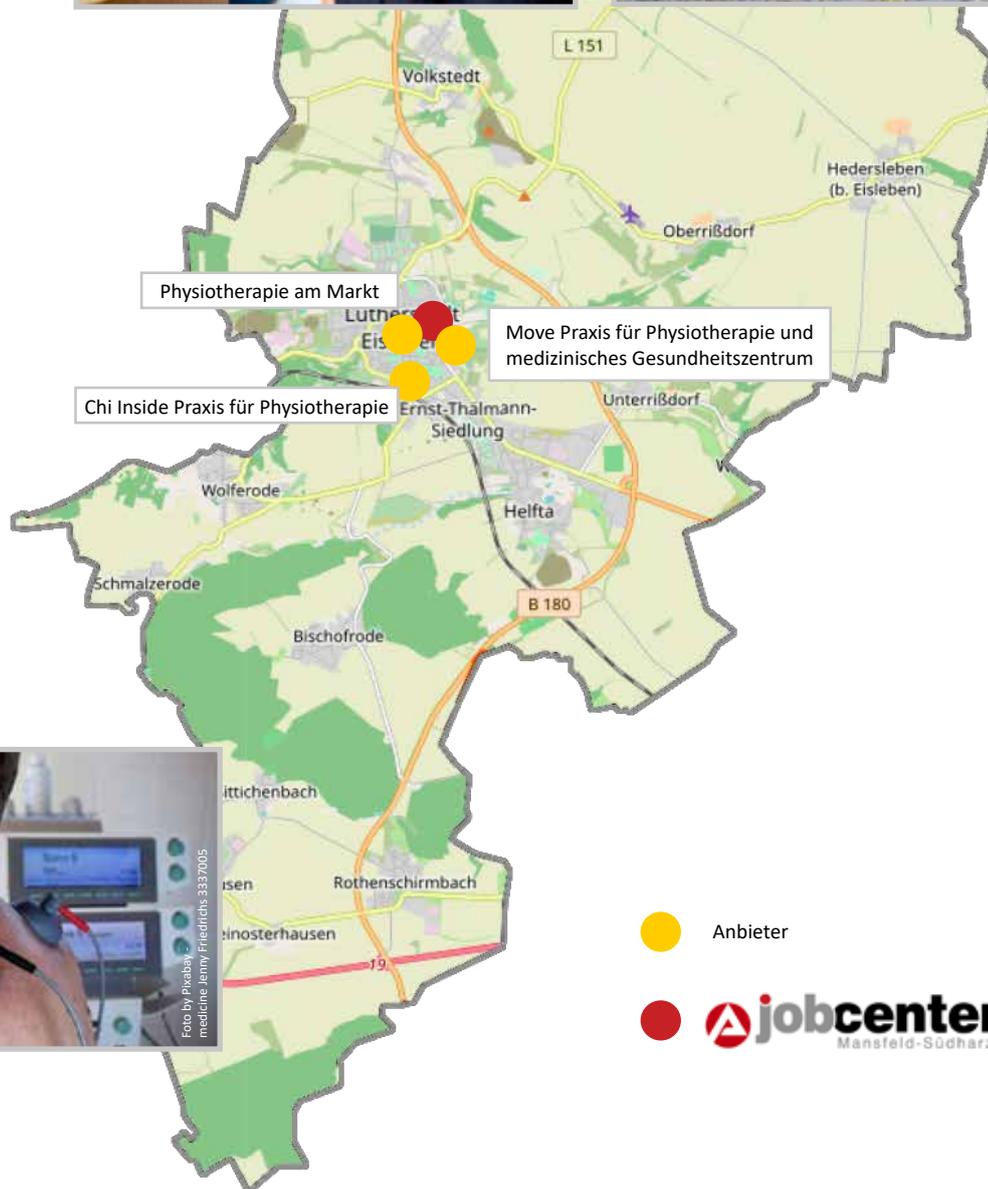


Foto by Pixabay -
medicine Jenny Friedrichs_3337005

Ausblick

Es ist gelungen, das Themenfeld „Gesund leben und arbeiten“ im Fokus der kommunalen Entscheidungsträger zu halten und als Querschnittsaufgabe zu verankern. Sichtbar wird dies sowohl bei der Besetzung des Steuerkreises als auch bei der Mitwirkung und Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebens- und Arbeitsbedingungen in unterschiedlichen Ressorts und Zusammenhängen. Der Leitgedanke „Gesund leben und arbeiten“ wird die Lutherstadt Eisleben als Zukunftsaufgabe weiter begleiten, um die geschaffenen Strukturen zu festigen und die Eigeninitiative zu stärken. Dafür müssen die gesetzten Prioritäten in den Themenfeldern Bewegungsförderung, Mobilitätsstärkung und betriebsbezogene Gesundheit weiter im Blick behalten werden. Aktuelle Entwicklungen sollten dabei Berücksichtigung finden. Dem stetigen Rückgang von Personen im erwerbsfähigen Alter entgegenzuwirken, bleibt eine große Herausforderung, der täglich begegnet werden muss. Dazu ist es notwendig, die Attraktivität der lokalen Sozialräume nachhaltig zu steigern. Die Vernetzung relevanter Akteure bleibt eine Voraussetzung, um gesundheitsförderliche Lebens- und Arbeitsbedingungen zu gestalten. Künftig soll das Thema bei den monatlichen Dienstberatungen als gesonderter Tagesordnungspunkt weiterverfolgt werden. So können neue Vorhaben ressortübergreifend geplant und organisiert werden.

Impressum

Herausgeber: Landesvereinigung für Gesundheit
Sachsen-Anhalt e.V.

Autor: Chris Bukall

Redaktion: Martina Kolbe

Layout: Katrin Rost

Fotos: Deckblatt / Rückseite: Pixabay - Nicolás 6645247; Seite 3: LVG; Seite 5: Lutherstadt Eisleben / SSV Eisleben; Seite 7: LVG, Pixabay - Running Th G 1944798; Seite 9: Pixabay - lutherstadt lapping 2241111, Pixabay - lutherstadt lapping 2243744; Seite 11: Pixabay - walker Roy Buri 3701213, Pexels - Guduru ajay bhargav -1076081; Seite 13/ 15: Lutherstadt Eisleben; Seite 17: Pixabay - Group Silviu on the street 4999825, Pixabay - Cyclist Manfred Antranas Zimmer 847896, Pixabay - Bicycle Gianni Crestani 2540181; Seite 19: Pixabay - Soil Ronald Plett 3149571, Pixabay - Trail riding Liridon Shala 6689649, Pixabay - Bike Michał 5260130; Seite 21: Pixabay - Bmx Stefan Alen 97089, Pixabay - Skate Feeeling blue 4232161, Pixabay - Skateboard Bob Dmyt 3387265; Seite 23: LVG, Adobe Stock - Shmel 95740147, Adobe Stock - Robert Kneschke 139469777; Seite 25: LVG; Seite 27: Pixabay - Team Stefan Schranz 538078; Seite 29: Pixabay - Industrial Yerson Retamal 1636393, Pexels - Anna shvets 5964528; Seite 31: Pixabay - medicine Jenny Friedrichs 3337005, Pixabay - nordic-walking Mario Ohibsky 1814784, Adobe Stock - Pressmaster 120689036

Auflage: 300

Erschienen: 2022

