



Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 98

Datum: 16. Dezember 2024

Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt

Kleine Schritte, große Wirkung: Wie Kommunen die Gesundheit fördern

Immer mehr Kommunen in Sachsen-Anhalt zeigen, wie einfach und gleichzeitig wirkungsvoll Gesundheitsförderung gelebt und damit die körperliche und psychische Gesundheit ihrer Bürgerinnen und Bürger gefördert und das soziale Miteinander gestärkt werden können. Es gibt eine Vielzahl an niedrigschwelligen Angeboten in den Kommunen unseres Bundeslandes: Auf geführten Radtouren, lässt sich gemeinsam in Bewegung das Herz-Kreislauf-System stärken, während gleichzeitig das Gemeinschaftsgefühl wächst. Bei Boule-Turniere stehen Begegnung und Austausch unter den Menschen im Fokus, und besondere Stadtplänen markieren Spielplätze für Kinder und Sportanlagen und regen damit an, die Heimat aktiv zu erkunden.

Jugendangebote wie Kochkurse oder Anti-Aggressionstrainings verbinden praktische Lernerfahrungen mit der Förderung sozialer Kompetenzen. Öffentliche Trinkbrunnen sorgen zudem dafür, dass gesundes Trinkwasser leicht zugänglich ist. Sie fördern so die gesundheitliche Chancengleichheit. Auch Wassergymnastik ist eine Möglichkeit, die Gelenke zu schonen und gleichzeitig Bewegung für alle Altersgruppen zu fördern. Ergänzend dazu bieten barrierefreie Stadtteilspaziergänge und gut zugängliche Wanderwege Menschen mit Mobilitätseinschränkungen eine Chance, aktiv zu bleiben und Teil der Gemeinschaft zu sein. Tanzen als fröhliche, generationsübergreifende Aktivität stärkt Motorik und Gleichgewicht, während Wanderungen in der Natur – beispielsweise zwischen zwei Gemeinden – Stress abbauen und Kontakte knüpfen helfen. All diese Maßnahmen zeigen, dass Gesundheitsförderung weder kompliziert noch teuer sein muss, sondern direkt vor Ort umgesetzt werden kann – oft mit Unterstützung lokaler Vereine, die gerade im ländlichen Bereich eine wichtige Rolle für das soziale Miteinander spielen.

Eine zentrale Rolle bei der Umsetzung dieser Maßnahmen nehmen die ehrenamtlichen Bürgermeisterinnen und Bürgermeister ein. Als engagierte Vermittler zwischen Interessen der Bürger*innen und praktischer Umsetzung tragen sie entscheidend dazu bei, gesundheitsfördernde Angebote in ihren Gemeinden zu etablieren. Sie sind oft Initiatoren von Projekten, die mit einer Mischung aus Kreativität, lokalem Wissen und großem Engagement die Lebensqualität in ihren Kommunen erhöhen.

Die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt (KGC), gefördert durch das GKV-Bündnis für Gesundheit, begleitet Kommunen seit vielen Jahren auf ihren individuellen Wegen der Gesundheitsförderung. Ein besonders erfolgreicher Baustein dieser Arbeit sind die Seminare für ehrenamtliche Bürgermeisterinnen und Bürgermeister. So fand im August 2024 zum zweiten Mal das Seminar „Alles gesund?! – Chancen lebenswerter Gemeinden“ statt. In praxisorientierten Einheiten entwickelten Bürgermeisterinnen und Bürgermeister aus Landkreisen wie der Börde, dem Harz oder Mansfeld-Südharz erste Ideen für Gesundheitsangebote wie eine geplante Gesundheitsrallye. Die KGC unterstützt Kommunen dabei nicht nur mit fachlichem Rat, sondern stellt auch praktische Hilfsmittel wie eine vierteljährlich aktualisierte Fördermittelübersicht bereit.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



Auch im kommenden Jahr wird die KGC weitere Gemeinden auf ihrem Weg der Gesundheitsförderung begleiten. Neben Beratung und Unterstützung bietet die KGC Fortbildungen, Vernetzungsplattformen sowie Handlungsempfehlungen und Materialien für kommunale Akteure über ihre Website an.

Die Erfahrungen der KGC zeigen: Gesundheitsförderung ist besonders erfolgreich, wenn sie niedrigschwellig und vielseitig gestaltet wird. Kooperationen mit lokalen Akteuren und gut beworbene Aktivitäten sorgen dafür, dass Maßnahmen nachhaltig in den Kommunen verankert werden können. Jede Gemeinde, unabhängig von ihrer Größe, kann dazu beitragen, das Wohlbefinden ihrer Bürgerinnen und Bürger zu steigern. Interessierte Kommunen sind herzlich eingeladen, sich an die Koordinierungsstelle zu wenden und von den langjährigen Erfahrungen zu profitieren – für ein gesundes und lebendiges Sachsen-Anhalt.

Ihr Ansprechpartner: Chris Bukall, LVG, Telefon 0391/ 288 683 – 0

Hintergrund

Das am 25.07.2015 in Kraft getretene Präventionsgesetz legt einen besonderen Schwerpunkt auf Prävention und Gesundheitsförderung in Lebenswelten (Settings). Gesetzliche Krankenkassen und ihre Kooperationspartner sollen zusammen noch stärker als bisher mit Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen aktiv auf Menschen in bestimmten Lebenslagen zugehen. Ein Kernziel ist es, die Auswirkungen sozialer Benachteiligung auf die Gesundheit zu mildern. Die Aufgabe der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Sachsen-Anhalt ist es, kommunale Akteure bei der Umsetzung von Maßnahmen zu unterstützen und zu begleiten. Dabei sollen bereits vorhandene Strukturen und Initiativen mit dem Schwerpunkt der Qualitätsentwicklung vernetzt und so Möglichkeiten für regelmäßigen Erfahrungsaustausch geschaffen werden.