

# Newsletter

April, Nr. 02 / 2024

Sehr geehrte Netzwerkpartnerinnen und -partner, liebe Interessierte der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg,

auch wenn der April in diesem Jahr seinem Namen alle Ehre macht und uns nochmal in die warmen Winterklamotten schlüpfen lässt, wachsen die kleinen Ideen-Pflänzchen in der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg weiter. Und so stehen in den kommenden Wochen spannende Veranstaltungen auf dem Programm, wie zum Beispiel der erste GeschwisterTAG oder auch die kompakte Informationsveranstaltung für die Pflegeausbildung.

Wie in jedem Garten laufen im Hintergrund zudem schon die Vorbereitungen für den Sommer. 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!

Viel Spaß beim Lesen und Entdecken!

Dr. Simone Eckert

Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg

## Inhalt:

- 📍 [Aktuelles aus der Geschäftsstelle](#)
- 📍 [Neues in der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg](#)
- 📍 [Veranstaltungshinweise / Überregionales](#)

## Aktuelles aus der Geschäftsstelle

### Wege in die NEUE PFLEGE

Angelehnt an die bayernweite Kampagne des Staatsministeriums hat sich auch der Arbeitskreis Pflege in Regensburg auf den Weg gemacht, mit negativen Vorurteilen gegenüber den Berufen in der Pflege aufzuräumen. Ergänzend zu den bestehenden Berufsorientierungs- und Berufsfindungsmessen wurde eine neutrale Informationsveranstaltung konzipiert. Beteiligt sind alle Versorgungsbereiche von der ambulanten Pflege, über Akutpflege im Krankenhaus bis hin zur stationären Langzeitpflege, der Kinderkrankenpflege und Pflege im Bereich der Psychiatrie. Bewusst wurden junge Absolvent\*innen als Referent\*innen ausgewählt, die über ihren Pflege-Alltag, aber auch über ihre Aus- und

Weiterbildungen sprechen werden. Sie sind nah an der Zielgruppe Schülerinnen und Schüler dran und können auch bezüglich der neuen Ausbildung aus dem Nähkästchen plaudern.

Die Veranstaltung ist kompakt organisiert. Sie findet am **Freitag, 07. Juni 2024 von 15 Uhr bis 17:30 Uhr** im Gebäude der OTH Regensburg in der Prüfeninger Straße statt. Die Interessierten erwarten fachliche Kurz-Impulse und als Highlight, der Besuch eines Skills Labs, in dem auch erste eigene Handgriffe ausprobiert werden dürfen.

Das Programm, alle Informationen zur generalistischen Pflege-Ausbildung in Bayern und die regionalen Ansprechpartner und -partnerinnen der Pflegeschulen finden Sie unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/handlungsfelder/pflege/neue-pflege-regensburg/>



Bildquelle: StMGP

### **Erster GeschwisterTAG am 11.Mai**

Das gemeinsame Projekt „GeschwisterCLUB“ hat die ersten Kurs-Angebote entwickelt. Nach dem Projektstart und einer Bedarfsabfrage stehen nun die ersten Termine fest:

Ganz niedrigschwellig als eintägiges Angebot startet am **11. Mai der GeschwisterTAG** - ein ganzer Tag nur für die Geschwisterkinder voller Austausch, Spiel und Spaß. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Finden von Wegen, mit der besonderen Lebenssituation gut umzugehen. Der erste GeschwisterTAG steht unter dem Motto „Mit dem Familienwappen zum Ritterturnier“. Dabei erkunden die Geschwisterkinder die Stärken und Besonderheiten der eigenen Familie, werden kreativ beim Basteln und lernen einander kennen.

Sa. 11. Mai, 10:00-16:00 Uhr 6-12 J., Kinderzentrum St, Martin, Wieshuberstraße 4, 93059 Regensburg  
Anmeldung per Mail an [geschwisterclub@kinderzentrum-regensburg.de](mailto:geschwisterclub@kinderzentrum-regensburg.de)

Im Juli startet dann der 3-teilige Kurs „Supporting Siblings (SuSi)“ Jeweils samstags von 10:00-16:00 Uhr lernen die Geschwisterkinder gut mit stressigen Situationen und Problemen umzugehen. Sie lernen Spiele und Übungen kennen, die stark und selbstbewusst machen.

Sa. 6., 13. und 20. Juli, jeweils von 10:00-16:00 Uhr 8-12 J. Kinderzentrum St. Martin, Wieshuberstraße 4, 93059 Regensburg

Alle Infos zum GeschwisterCLUB und die Kontaktdaten finden Sie unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/projekte/>

### **Frauengesundheit – Mädchengesundheit**

Das diesjährige Schwerpunktthema für die Prävention „Frauengesundheit – ein Leben lang“ nimmt gesundheitliche Aspekte im Leben von Mädchen und Frauen in den Blick: Beschwerden und Krankheiten, von denen nur Frauen betroffen sind ebenso wie solche, die bei Frauen häufiger oder anders als bei Männern auftreten.

In der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg liegt der Fokus im Rahmen von Mädchen-Gesundheit auf der Prävention von weiblicher Genitalverstümmelung/-beschneidung (englisch: Female Genital Mutilation, FGM). Aufgrund von Migration



Bildquelle: 123rf

leben auch in Deutschland immer mehr von FGM/C betroffen und bedrohte Frauen und Mädchen. FGM/C ist eine Menschenrechtsverletzung, welche die Gesundheit von Frauen und Mädchen häufig ein Leben lang beeinträchtigt.

Um die Versorgungsstrukturen für die Betroffenen zu verbessern, ist ein Netzwerk von interdisziplinären Fachkräften nötig.

In Kooperation mit der Caritas Schwangerschaftsberatung findet im Juni eine Fortbildungsveranstaltung für Multiplikatoren aus den Jugendämtern in Stadt und Landkreis sowie dem Sachgebiet Kinder- und Jugendärztlicher Dienst statt. Um darüber hinaus relevanten Fachbereiche zu sensibilisieren, zu informieren und eine effektive Zusammenarbeit aufzubauen, plant die Caritas ein Austauschgremium. Die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> unterstützt die Entwicklung der Strukturen gerne im Rahmen des Jahresschwerpunktes.

<https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/schwerpunkt-themen/schwerpunktthema-frauengesundheit/>

## **Frauengesundheit – Sturz- und Osteoporose-Prävention**

Osteoporose ist eine schleichende, stille Krankheit, die aber meistens mit fortgeschrittenem Alter in Verbindung gebracht wird. Es ist zwar richtig, dass mit steigendem Alter auch das Risiko für Stürze und Osteoporose zunimmt. Doch wird hier meist ausgeblendet, dass der Knochen ein lebendiges System ist, das sich permanent auf- und abbaut. Bis etwa zum Altern von 25-30 Jahren überwiegen die Aufbau-Prozesse. Danach finden mehr Abbau- als Aufbauvorgänge statt.

Damit Knochen ausreichend Masse haben und stabil sind, ist eine knochenstarke Ernährung und Bewegung in jedem Alter unerlässlich. Auch wenn der Aufbau in der Kindheit erfolgt, kann anschließend mit einer guten Versorgung und ausreichenden Belastungsimpulsen die Erhaltung der Knochenmasse gefördert werden.

„Prävention von Osteoporose beginnt daher nicht erst im Rentenalter! Der Grundstock wird in der Kindheit gelegt. Aber auch in den sogenannten Best-Ager-Jahren kann man noch viel Vorsorge betreiben“, erklärt Privatdozent Dr. Paul Schmitz vom Caritas-Krankenhaus St. Josef. Ihm ist es ein Anliegen die Prävention von Stürzen und Osteoporose voranzubringen.



Bildquelle: Eckert, Gesundheitsregion<sup>plus</sup>

Gemeinsam mit dem Forscherteam um Professor Dendorfer von der OTH Regensburg wird derzeit an einer neuen Analyse-Methode gearbeitet. Ziel ist es durch Kameras das Gangbild zu erfassen und Abweichungen zu erkennen, die auf ein erhöhtes Sturzrisiko hindeuten, um dann noch gezielter Präventionsmaßnahmen einzuleiten.

Das Thema wurde gemeinsam mit der Geschäftsstelle der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> am internen Gesundheitstag des Landratsamtes den Mitarbeitenden vorgestellt und getestet. Ende April fand zudem eine Studien-Woche im Aktivzentrum der Stadt Regensburg statt, bei dem Seniorinnen und Senioren ihr Gangbild analysieren lassen konnten.

### **Save the date:**

Eine weitere Möglichkeit der Ganganalyse wird es rund um den Welt-Osteoporosetag am 17. und 18. Oktober im Donau Einkaufszentrum geben. Unter dem Dach der Gesundheitsregion wird es an beiden Tagen sowohl die kostenlose Ganganalyse durch das Forschungsteam von OTH, St. Josef und der Döpfer Hochschule geben, als auch weitere Beratungs- und Schnupperangebote für die Prävention.

Ausführliche Informationen folgen, aber den Termin bitte gerne vormerken! <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/schwerpunkt-themen/schwerpunktthema-frauengesundheit/#Sturz>

# Neues in der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Regensburg

## o **Plötzlich Pflegen**

Die Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Regensburg organisiert einen online-Vortrag für pflegende Angehörige. Die Referentin thematisiert, was für diese schwere Aufgabe stärkt und wie eigene Kräfte mobilisiert werden können. Der kostenfreie online-Vortrag findet am **06.05.2024** (19.00 bis 20.30 Uhr) statt. Infos und Anmeldung über [www.keb-bistum-regensburg.de/aktuelle-veranstaltungen/1-6024-ploetzlich-pflegen/](http://www.keb-bistum-regensburg.de/aktuelle-veranstaltungen/1-6024-ploetzlich-pflegen/)

## o **Atemberaubend - die Nacht im Krankenhaus**

Der Verein der Freunde und Förderer der Pflege am Universitätsklinikum Regensburg e.V. gestaltet anlässlich des „Internationalen Tages der Pflege“ ein „Nachtdienstsymposium“ am Dienstag, 7. Mai 2024. Detaillierte Informationen zur Veranstaltung finden Sie unter <https://vffp.de/de/veranstaltungen.html> Um Anmeldung wird gebeten (Thomas.Bonkowski@ukr.de).

## o **rudel – neue App für mehr Gemeinschaft**

rudel – so heißt die neue App für Regensburg. rudel ist eine gemeinwohlorientierte Plattform, mit dem Ziel Gemeinschaft und soziale Teilhabe für alle zu erleichtern. Sie hilft bei der Suche nach der passenden Gemeinschaft. Egal ob Yoga, Sport im Park oder Nähwerkstatt. Die App ist derzeit im Aufbau und bietet einen Überblick über die bestehenden Möglichkeiten und ist kostenfrei ohne Anmeldung nutzbar. <https://rudelapp.de/>

## o **Aktionswoche „Zu Hause daheim“**

Das bayerische Sozialministerium veranstaltet vom 27. April – 5. Mai 2024 die fünfte Aktionswoche „Zu Hause daheim“. Die allermeisten Menschen haben den Wunsch, möglichst lange möglichst selbstbestimmt und unabhängig wohnen – an dem Ort, der ihr Zuhause ist. Mit der Aktionswoche „Zu Hause daheim“ will das Ministerium zeigen, wie dieser Wunsch in Erfüllung gehen kann.

Angeboten werden online-Vorträge oder beispielsweise auch ein [Aktionstag zur Sturzprävention](https://www.veranstaltungen-zuhause-daheim.bayern/) im Treffpunkt Seniorenbüro Aktivzentrum in Regensburg. <https://www.veranstaltungen-zuhause-daheim.bayern/>

## o **Inklusionspreis Bezirk Oberpfalz**

Der Bezirk Oberpfalz lobt auch 2024 wieder den Inklusionspreis des Bezirks Oberpfalz aus. Der Preis soll vorbildliche Projekte von Menschen mit und ohne Behinderung würdigen. Die notwendigen Informationen finden Sie unter folgendem Link: <https://www.bezirk-oberpfalz.de/soziales-gesundheit/inklusionspreis-des-bezirks-oberpfalz> . Schnell sein lohnt sich; Bewerbungsschluss ist der 03.05.2024

## o **SAVE THE DATE: Jahreskonferenz "INNOVATIONS FOR A BETTER HEALTHCARE", 09.-11.10.2024 in Regensburg**

Die Deutsch-Chinesische Gesellschaft für Medizin (DCGM), eine führende Institution im Europäisch-Asiatichen Gesundheitsdialog, lädt von 09.-11. Oktober 2024 herzlich zur 36. Deutsch-Chinesischen Jahrestagung an der Universität Regensburg ein.

Diese Konferenz ist eine internationale Zusammenkunft von Vordenkern, Forschern, Entscheidungsträgern und Experten aus Industrie und klinischer Praxis und bietet eine Plattform für tiefer gehende Diskussionen über die Gestaltung der Zukunft des Gesundheitswesens durch Schaffung dauerhafter Deutsch-Chinesischer Partnerschaften. Weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link <https://dcmg.de/annual-conference/>

# Veranstaltungshinweise / Überregionales

## o clever.gesund - das Gesundheitsportal für Kinder und Jugendliche

Die Gesundheitsplattform clever.gesund stellt verständliche und wissenschaftlich geprüfte Informationen zu Fragen rund um Essen und Trinken, Bewegung, Entspannung oder Sucht bereit. Zwischen kurzen Texten können sich die Leserinnen und Leser durch kleine Spiele und Grafiken klicken oder Videos und Abbildungen anschauen. Die Zielgruppe der Jugendlichen wurde bei der Entwicklung durch Team von Helmholtz Munich eingebunden.

<https://www.clever-gesund-info.de/>

## o Präventionsangebote für psychiatrische Patient\*innen mit Gewaltproblematik

Das Zentrum Bayern Familie und Soziales etabliert in jedem Regierungsbezirk Präventionsstellen; seit März gibt es an der MedBo in der Oberpfalz eine entsprechende Anlaufstelle. Sie richtet sich an Erwachsene, die an einer Erkrankung aus dem schizophrenen Formenkreis oder schweren Persönlichkeitsstörung leiden und im Rahmen ihrer Erkrankung ein erhöhtes Risiko für gewalttätiges Verhalten aufweisen. Das interdisziplinäre Behandlungsteam setzt sich aus Fachkräften der Medizin, Pflege, Psychologie und Sozialpädagogik zusammen. Ein präventives Vorgehen mit umfassender Gewaltisiko-Analyse und eine niederschwellige, langfristige und ggf. aufsuchende Behandlung sollen die Zielgruppe davor bewahren, krankheitsbedingt Straftaten zu begehen.

<https://www.medbo.de/kliniken-einrichtungen/psychiatrie-psychotherapie/praeventionsstelle-oberpfalz>

## o Außerklinische Intensivpflege: Neue Herausforderungen – gemeinsam meistern

Am 14. Mai 2024 von 18:00 – 19:30 Uhr informiert der Medizinische Dienst (MD) zum Thema der neu definierten Begutachtungsaufgaben. Der MD stellt die wichtigsten Punkte vor und bietet anschließend einen Rahmen für Fragen und den gemeinsamen Erfahrungsaustausch. Zielgruppe der Veranstaltung sind Patientinnen und Patienten, deren Angehörige, Ärztinnen und Ärzte, Berufsgruppen in der Pflege sowie Mitarbeitende von Krankenkassen. Weitere Informationen zu der Veranstaltung, den Vortragenden und den Teilnehmenden des Podiums der Webseite [www.md-bayern.de/aktuelles/veranstaltungen](http://www.md-bayern.de/aktuelles/veranstaltungen) entnehmen.

## 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<sup>plus</sup> Regensburg  
am Gesundheitsamt für Stadt und Landkreis Regensburg  
Dr. Simone Eckert

✉ [Gesundheitsregionplus@landratsamt-regensburg.de](mailto:Gesundheitsregionplus@landratsamt-regensburg.de)

🌐 [www.gesundheitsregionplus-regensburg.de](http://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<sup>plus</sup> Regensburg.

Sollten Sie keine weiteren Newsletter mehr wünschen, können Sie diesen hier [abbestellen](#).