

Newsletter

September, Nr. 03 / 2023

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

für die meisten ist der Sommer mit Ferienzeiten, Urlaub und Erholung verbunden. An vielen Stellen kehrt etwas Ruhe in den sonst hektischen Alltag ein. Doch vielfach starten im August auch die Planungen und Vorarbeiten für den Herbst. So auch in der Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus}. Hier wurden die Themen und Termine für den Herbst und auch für das kommende Jahr (vor-)geplant und die aktuelle Newsletter-Ausgabe vorbereitet.

Allen die nach hoffentlich erholsamen Ferien- und Urlaubstagen wieder im Job starten, wünschen wir einen guten und sanften Einstieg in den Alltag.

Ein kleiner Hinweis in eigener Sache, die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} ist Anfang Oktober im Urlaub bzw. auf Fortbildung, und daher nicht erreichbar. Bitte haben Sie Verständnis, wenn es zu Verzögerungen bei der Beantwortung von Anfragen kommen kann.

Einen wunderschönen Herbst
wünscht

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

Netzwerk G'sund am Arbeitsplatz startet wieder

Die arbeitende Bevölkerung verbringt einen beträchtlichen Anteil des Tages am Arbeitsplatz. Damit gewinnen Arbeitsstätten als Lebenswelt an Bedeutung für eine umfassende Gesundheitsförderung. Schon 2003 startete die Stadt Regensburg eine Initiative um Arbeitgeber bei der Gesundheitsförderung der Mitarbeiterschaft zu unterstützen. Nun ist das Netzwerk unter das Dach der Gesundheitsregion^{plus} umgezogen. Die Internet-Präsenz des

Netzwerkes war dort schon seit einigen Jahren verankert. Nach der Pandemie-bedingten Pause startet das Netzwerk nun neu durch.

Geplant sind auch wieder regelmäßige Austausch-Treffen zu verschiedenen Themen und Fragestellungen. Wer sich im Betrieb, Behörde oder Institution in der Region um die Gesundheitsförderung kümmert, ist gerne eingeladen im Netzwerk mitzuwirken. Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen!

<https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/netzwerke-partner/netzwerk-gesund-am-arbeitsplatz/>

„Meine Begegnung mit der Einsamkeit“ – eine Autorenlesung mit Bärbel Schäfer

Einsamkeit kann jeden, in jedem Alter treffen. Die bekannte Talkmasterin Bärbel Schäfer hat sich in ihrem aktuellen Buch „Avas Geheimnis – meine Begegnung mit der Einsamkeit“ mit dem Thema auseinandergesetzt. Sie geht einfühlsam der Frage nach, was man für jemanden tun kann, der förmlich aus der Welt gefallen zu sein scheint. Zusammen mit dem Kooperationspartner AOK Bayern Direktion Regensburg-Neumarkt konnte die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} die Autorin für eine Lesung gewinnen.



Bild: AOK, v.re.: Karin Germann-Bauer, Bärbel Schäfer, Dr. Simone Eckert

Die Lesung am 30. August im Landratsamt Regensburg stellte den Abschluss der Umsetzung des Jahresschwerpunktthemas 2023 dar. Rund 100 Teilnehmer waren der Einladung gefolgt und konnten mit der Journalistin Bärbel Schäfer in das Thema „Einsamkeit“ eintauchen. Nach einer Stunde Lesung bestand die Möglichkeit Fragen zu stellen und sich ein Exemplar des Buches signieren zu lassen. In lockerer Atmosphäre konnten die Teilnehmer sich noch austauschen und den Abend entspannt mit einem Getränk ausklingen lassen.

Alle Informationen finden Sie unter <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/schwerpunktthemen/schwerpunktthema-einsamkeit/>

BioPark Jump Accelerator startet



Mit BioPark Jump hat die BioPark Regensburg GmbH eine bisher nicht vorhandene Anlaufstelle speziell für Gründungsinteressierte im Bereich Gesundheitswirtschaft geschaffen. BioPark Jump unterstützt angehende Start-ups aus den Bereichen Healthcare und Life Sciences in frühen Gründungsphasen beim Weg in den Gesundheitsmarkt, von der Bereitstellung geeigneter Räumlichkeiten, der Erarbeitung eines funktionierenden Geschäftsmodells, über die Teambildung und die Beschaffung finanzieller Mittel. Mit Dr. Alexandra Sauter konnte eine in Gesundheitsfragen erfahrene Projektmanagerin für diese Aufgabe gewonnen werden. Eine Bewerbung zur Aufnahme in das Programm ist jederzeit möglich. Mehr Informationen zum BioPark Jump gibt es unter: www.biopark-jump.de

Um die Netzwerkaktivitäten zu koordinieren und zu bündeln trafen sich die Projektmanagerin von BioPark Jump, der Clustermanager von Healthcare Regensburg und die Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus} zu einem Fachaustausch. Die Herausforderungen des demographischen Wandels und einer alternden Gesellschaft im Kontext der Gesundheits- und Pflegewirtschaft betreffen alle drei Einrichtungen und haben große gemeinsame Schnittmengen. So können Wissenstransfer, Kooperationen und Gründungsinitiativen noch zielgerichteter vernetzt und unterstützt werden.

Am 24. Oktober findet von 15 bis 18 Uhr der BioPark Jump Kick-off statt. Die Veranstaltung startet mit einem kurzen Überblick über das Programm an sich und der Vorstellung bereits ins Programm aufgenommenen Teams. Es besteht

dabei auch die Möglichkeit, die neuen Räumlichkeiten zu besichtigen. Die Anmeldung erfolgt über <https://eveeno.com/biopark-jump>

Neuer Kurs in Schierling startet

Nach einem erfolgreichen Auftakt mit einem ausgebuchten ersten GESTALT-Kurs im Herbst 2022, startet am 05.10.2023 nun der zweite Präventionskurs in Schierling. Der Kurs findet donnerstags von 09:30 Uhr bis 11 Uhr in den Räumen der VHS (Hauptstr. 3a) in Schierling statt.

Ziel der Kooperation mit dem Sportamt Regensburg und der „Gesunden Kommune“ war es nach dem Pilotdurchgang das Format so in den Strukturen zu verankern, dass es nach und nach verstetigt werden kann. Daher wird der GESTALT-Kurs in Schierling für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem ersten Durchlauf mit einem kleinen Unkostenbeitrag verbunden sein. Die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} unterstützt bei der Kostenkalkulation und hilft so den Übergang von einem geförderten Projekt zum dauerhaften Angebot für Demenz-Prävention zu gestalten.

GESTALT bietet einen einfachen Einstieg für alle Senior*innen, die nie oder schon lange nicht mehr sportlich aktiv waren und/oder sozialen Anschluss suchen. Das „Förderprojekt GESTALT – get 10“ läuft im Stadtgebiet über das Sportamt. Für den Standort Schierling im Landkreis ist die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Ansprechpartnerin.

Interessenten für den aktuellen Kurs in Schierling können sich bei der Übungsleiterin Helga Angerer helga.angerer@gmx.de anmelden oder über die [Geschäftsstelle Gesundheitsregion^{plus}](#)

„GesundPflegen“ - Kooperationsveranstaltung der Gesundheitsregion^{plus} & dem Medizinischen Dienst

Inzwischen hat sich die Kooperation zwischen den Geschäftsstellen der Gesundheitsregionen^{plus} in Bayern und dem medizinischen Dienst Bayern etabliert. In vielen Regionen wird im Rahmen der Veranstaltungsreihe „GesundPflegen“ das Ziel verfolgt, Beratungsangebote für Pflege rechtzeitig in Anspruch zu nehmen.

Studien zeigen, dass die Informations- und Beratungsangebote erst spät genutzt werden. Dabei könnten sie eine wertvolle Unterstützung sein, um gut vorbereitet in die Pflegebegutachtung zu gehen oder rechtzeitig Hilfe zu erfahren.

Für den Landkreis findet am 28.11.2023 von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr erstmals die Informationsveranstaltung für pflegende Angehörige, Pflegebedürftige und Interessierte statt. Hauptthemen sind die Fragen, wie eine Pflegebegutachtung abläuft, und die Vorstellung der Angebote des Sachgebietes „Hilfen in schwierigen Lebenslagen – Pflegestützpunkt Plus“. Mehr Informationen, das Programm und die Anmeldemodalitäten finden Sie auf der [Homepage der Gesundheitsregion^{plus}](#) oder beim [medizinischen Dienst Bayern](#)

Wichtige Ansprechpartner in Stadt und Landkreis finden Sie zudem auch auf der „Pflege“-Seite der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/handlungsfelder/pflege/>

Save-the-date: Stark und gesund durch den Übertritt – wie kann ich mein Kind begleiten?

Am 08. bzw. am 14. November 2023 findet der diesjährige virtuelle Informationsabend für alle interessierten Eltern von Kindern der 3. und 4. Jahrgangsstufen statt. Im Fokus steht das Thema Übertritt. Aus ärztlicher, schulpsychologischer, elterlicher und kindlicher Sicht beleuchtet der Elternabend dieses facettenreiche Thema. Die Veranstalter sind Gesundheitsamt Regensburg, Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} in Kooperation mit den Staatlichen Schulämtern im Landkreis und der Stadt Regensburg, der Schulpsychologie und dem PädNetz / Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte. Den Flyer und die Zugangsdaten finden Sie unter: <https://www.gesundheitsregionplus-regensburg.de/aktivitaeten/veranstaltungen-projekte/elternveranstaltungen/>

Neues in der Gesundheitsregion^{plus} Regensburg

o **Veranstaltungen der „Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz“ zur Woche der Demenz**

Die Netzwerkpartner der „Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz“ haben zur „Bayerische Demenzwoche“ vom **15. bis 24. September 2023** verschiedene Veranstaltungen organisiert, bei denen unterschiedliche Demenzthemen beleuchtet und veranschaulicht werden.

Auftakt ist am 15. September von 10 bis 14 Uhr im Donau-Einkaufszentrum Regensburg. Die lokale Allianz möchte für das Thema Demenz sensibilisieren. Alle Aktionen finden Sie im [Flyer](#) oder auf der Homepage der Gesundheitsregion^{plus}.

Auskünfte erteilt das Seniorenamt unter Tel.: (0941) 507-7543

o **Abschluss-Kongress des Projektes „DeinHaus 4.0“ der OTH Regensburg**

Technik im Alltag - Technik zum Leben. Unter diesem Motto lädt die OTH Regensburg zur Abschlussveranstaltung DeinHaus 4.0 Oberpfalz am **20. November 2023** in Regensburg in die TechBase.

Nach einem Schlaganfall selbstbestimmt zuhause leben zu können, ist für viele Betroffene ein großer Wunsch. Nicht immer ist dies aber auf Grund von Engpässen in der pflegerischen und ärztlichen Versorgung, gerade auch im ländlichen Raum, zu erfüllen. Das vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege geförderte Projekt DeinHaus 4.0 – Telepräsenzroboter für die Pflege und Unterstützung von Schlaganfallpatientinnen und -patienten (TePUS) der OTH Regensburg möchte hier einen Beitrag zu einer besseren Versorgung leisten. TePUS hat sich deshalb zum Ziel gesetzt, die häusliche Situation von Betroffenen zu verbessern. Nach einer Laufzeit von über vier Jahren möchte das Forschungsteam die Ergebnisse aus allen Teilprojekten vorstellen.

Weitere Informationen zur Veranstaltung zur und die kostenlose Anmeldung über Eventbrite finden Sie auf www.deinhaus40.de/start

o **Vortrag zum Thema „Genussvoll und bewusst - Essen ab der Lebensmitte“**

Im Rahmen von regional fit, findet am **23.11.2023** von 18:30 - 20:00 Uhr online der kostenfreie Vortrag „Genussvoll und bewusst - Essen ab der Lebensmitte“ in Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Regensburg - Schwandorf statt.

Ab der Lebensmitte verändern sich Körper und Stoffwechsel und es ergeben sich neue Anforderungen an den persönlichen Lebensstil. Eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung spielen eine immer wichtigere Rolle. Welche Lebensmittel sollten bevorzugt auf dem Speiseplan stehen? Wie lassen sich eine ausgewogene Ernährung und Genuss verbinden und praktisch im Alltag umsetzen? Antworten liefert die Dozentin Daniela Groß. Anmeldungen sind schon jetzt bei der [Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus}](#) oder das [Buchungssystem](#) des Amtes möglich. Auskünfte erteilt Johanna Baumann unter 09433 896-1407

o **Malteser Standort im Stadtnorden**

Der Malteser Hilfsdienst e.V. hat seine Angebote für Senioren im Norden der Stadt Regensburg erweitert. In der Pommernstraße 7 finden regelmäßig kostenlose Angebote für Senioren*innen statt. **Jeden 1. Donnerstag** im Monat bieten wir eine BIT-Café um 16:30 Uhr an. Ehrenamtliche Helfer und Helferinnen möchten den Interessierten Fragen zu Ihrem Handy, Tablet oder Laptop individuell beantworten. **Jeden 3. Mittwoch im Monat** findet um 14:00 Uhr ein Spielenachmittag statt. Hier laden wir beispielsweise zu einer gemütlichen Runde Mau Mau oder Mensch Ärgere dich ein. Für Kaffee, Kuchen und nette Gespräche wird bei allen Treffen gesorgt. Die

Angebote finden bereits großen Anklang und die Teilnehmerzahl sowie Helferzahl wächst stetig.
<https://www.malteser-bistum-regensburg.de/angebote-und-leistungen/leben-im-alter.html>

- **Fachtag Intelligenzminderung - Psychische Erkrankungen bei Menschen mit Intelligenzminderung**
Die medbo veranstaltet am **06.10.2023** den Fachtag zum zweiten Mal gemeinsam mit der Lebenshilfe, der Katholischen Jugendfürsorge KJF, den Barmherzigen Brüdern und Dr. Loew Soziale Dienstleistungen. Zielgruppen sind alle pädagogischen und pflegerischen Kräfte, Betreuer*innen, Ärzt*innen, Therapeut*innen und alle Interessierten aus der psychiatrischen Versorgungsstruktur. Um [Anmeldung](#) der kostenpflichtigen Veranstaltung bis 27.09.2023 wird gebeten.

Veranstaltungshinweise / Überregionales

- **Berliner Studie zu Corona- und Grippe-Wissen und Impfverhalten**
Gesundheitskompetenzen sind grundlegend für Entscheidungen für die eigene Gesundheit. Welchen Einfluss haben dabei Informationen? In der Studie soll der Zusammenhang zwischen Wissen und Verhalten von Menschen mit unterschiedlichen kulturellen, sprachlichen und sozialen Hintergründen am Beispiel von COVID-19- und Grippe-Schutzimpfung untersucht werden. Bei der Studie handelt es sich um ein Forschungsvorhaben des Harding-Zentrums für Risikokompetenz und der Fakultät für Gesundheitswissenschaften Brandenburg an der Universität Potsdam. Für die Studie werden Teilnehmer gesucht. Alle Informationen zur Studie und einer Beteiligung finden Sie auf der [Homepage des HardingsCenters](#).
- **Info für Praxisanleitungen – Was gehört zu den zehn Prozent geplante und strukturierte Praxisanleitung?**
Die Regelungen zur Praxisanleitung im Pflegeberufegesetz sowie der Ausbildungs- und Prüfungsverordnung sind wesentliche Bausteine zur Sicherung einer hohen Ausbildungsqualität. Aus vielen Gesprächen und Rückmeldungen von Praxisanleitungen weiß die VdPB, dass immer noch große Unsicherheit besteht, welche Formen und Zeiten der Anleitung und der erforderlichen Gespräche zu diesen zehn Prozent gezählt werden dürfen. Die Vereinigung der Pflegenden in Bayern bietet deshalb am 26. September 2023, von 15:00 bis 16:30 Uhr eine Online-Fortbildung an. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Voranmeldung ist nicht erforderlich. Infos und Zugangslink finden Sie beim [VdPB](#).
- **4. Bayerische Demenzwoche vom 15. bis 24. September 2023**
Mit der Demenzwoche möchte das Bayerische Gesundheits- und Pflegeministerium das Bewusstsein für den Umgang mit demenzkranken Menschen weiter schärfen. Veranstaltungen während der Aktionswoche informieren über diese Krankheit und fördern einen wertschätzenden Umgang mit den Betroffenen und ihren Familien. Für die Aktionen und regionalen Veranstaltungen ist eine zentrale, bayernweite Datenbank eingerichtet. <https://www.demenzwoche.bayern.de/>
Das Landesamt für Pflege bietet zum Start der Woche 2 Veranstaltungen an:
Online-Vortrag: "**Pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz eine Stimme geben: Die Methode der Rathausgespräche**" am 15.09.2023 von 09:00 bis 10:30 Uhr
Im Rathaus Amberg referiert Fr. Lenhart am 15.09.2023 von 14:00 bis 14:30 Uhr zum Thema "**Wie gelingt eine gute Pflege daheim in Bayern?**" Um 15 Uhr startet dann das erste „**Rathaus-Gespräch**“ in Amberg. Im Rahmen

der Veranstaltung treten pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz in dieser Form erstmalig in den Dialog mit regionalen Akteurinnen und Akteuren aus Politik und Gesellschaft.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos. Alle wichtigen Informationen zu den Vorträgen sowie zur Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage unter www.lfp.bayern.de/demenzwoche2023

o **Runder Tisch des Dt. Krebsforschungszentrums**

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) und die preventa Stiftung laden Sie recht herzlich zu dem fünften Runden Tisch zur Ausrottung HPV-assoziiertes Krebserkrankungen in Deutschland ein.

Wie im letzten Jahr findet der Runde Tisch als hybride Veranstaltung am **27. September 2023** statt.

Weitere Informationen zu der Veranstaltung und Programm finden Sie über folgenden Link: <https://indico.dkfz.de/event/402/>. Für die Teilnahme an der Veranstaltung ist eine elektronische Anmeldung, spätestens bis zum 20. September 2023 erforderlich.

o **Nationales Gesundheitsportal**

Immer mehr Bürger*innen suchen im Internet nach Informationen zu Gesundheitsthemen oder Krankheitsbildern. Die Suchergebnisse entscheiden nicht selten darüber, ob und welcher Arzt aufgesucht wird. Dies birgt Gefahren, denn neben Angeboten, die auf wissenschaftlich fundierten Quellen beruhen, finden sich im Internet auch viele falsche und irreführende Informationen. Das Nationale Gesundheitsportal (NGP) „gesund.bund.de“ bietet im Rahmen des staatlichen Informationsauftrags eine verlässliche und soll zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz von Bürger*innen beitragen. Das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) hat die redaktionelle Betreuung des Portals jetzt an das Unternehmen „Was hab' ich?“ vergeben. <https://gesund.bund.de/>

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^{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](#)