

Gesundheitsförderung steht im Vordergrund

Michael Keck vom Verband der Ersatzkassen ist erster Vorsitzender des Vereins Prävention und Gesundheit im Saarland (PuGiS). „Unser Ziel ist, saarlandweit gesundheitsfördernde Themen an die Menschen zu bringen“, erklärt Dirk Mathis, Geschäftsführer des Vereins, der vom saarländischen Gesundheitsministerium und den Landesverbänden der saarländischen Krankenkassen finanziell gefördert wird.

Genau jetzt sei der richtige Zeitpunkt dafür, da die Gesundheit in der Corona-Zeit zum Hauptaugenmerk vieler geworden ist. PuGiS möchte eine Arbeit für die Menschen leisten. Ohne erhobenen Zeigefinger soll gesundes Leben im Saarland gefördert statt nur gefordert werden. Auch Prävention gehöre dazu: „Wir möchten die Menschen sensibilisieren



Dirk Mathis, Michael Keck und Jörg Loth.

Foto: Schlichter

jetzt etwas zu tun, um nicht in zehn Jahren krank zu werden“, sagt Jörg Loth, Vorsitzender der Krankenkasse IKK Südwest und Vorstandsmitglied bei PuGiS. PuGiS will Gesundheit vernetzt denken, die Arbeit auf kommunaler Ebene und diejenige der Landkreise in einem orchestrierten Landeshandeln bündeln: „Wir wollen das Thema Gesundheit einer Landesstrategie zuführen. Wir als Saarland bekennen uns zu Gesundheit und Prävention, das ist das Ziel“, sagt Loth. Um die Strategie zu verwirklichen und langfristig gesundheitsförderliche Strukturen zu schaffen, gilt es in einem ersten Schritt die Saarländer auf Gesundheitsthemen hinweisen. Gleichzeitig sollen Kommunen und Kreise für die Arbeit gewonnen und schließlich Projekte umgesetzt werden. Es sollen viele Netzwerke mit den großen Organisationen im Land geknüpft werden.

Pilotprojekte gibt es bereits. „Doppelstrukturen müssen vermieden werden“, meint Mathis und erklärt: „Wenn also der Nachbarverein etwas macht, muss nicht auch der andere Verein es tun.“ Es gehe um Koordinierung. „Deshalb stehen wir mit den Gemeinden in Kontakt. Stichwort: Den Trainer trainieren. Wenn wir die Verantwortlichen schulen, die Förderarbeit zu erbringen, wird sie künftig vor Ort umgesetzt werden“, ist sich Keck sicher.

Als Dachorganisation koordiniert PuGiS drei Großprojekte. Zum einen das Projekt „Das Saarland lebt gesund!“. Des-

sen Angebote orientieren sich wiederum an drei Lebensphasen, dem gesunden Aufwachsen (frühkindliche Entwicklung einschließlich Besuch einer Schule), dem weiteren gesunden Leben und Arbeiten und schließlich dem gesunden Älterwerden (Lebensqualität und Bedürfnisse älterer Menschen).

Zweites Großprojekt von PuGiS ist die „Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit“. Mit ihr soll sozialbedingte Ungleichheit von Gesundheitsschancen abgebaut werden.

Das dritte Großprojekt des Vereins bildet die „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung“, eine bundesweite Kooperation der gesetzlichen Krankenkassen, Jobcenter und Arbeitsagenturen. Arbeitslose Menschen sollen mit bedarfsorientierten Angeboten in ihrer Gesundheit unterstützt werden. Zum Beispiel mit Bewegungsübungen zu Hause. „Alltagsnähe kann hier mit Alltagsgegenständen erreicht werden.“, sagt Mathis, lächelt und ergänzt: „Kurse, die Tipps zur Ernährung für den kleinen Geldbeutel geben, sind ein weiteres Beispiel in diesem Bereich.“

All die Arbeit von PuGiS in den verschiedenen Bereichen dient einem weiteren Ziel: „Die gesamte Präventionsarbeit von PuGiS kann langfristig dazu beitragen, das Gesundheitssystem zu entlasten“, meint Keck und folgert: „Das kann niedrigere Beiträge zur Folge haben und so die gesamte Gesellschaft entlasten.“ (SZ-Bericht am 8. Juni 2020)

Onlinerland startet wieder mit Kursen

Spätestens seit Beginn der Corona-Pandemie ist uns allen klar geworden, wie wichtig Technik und Internet sind, wenn die „normale“ Kommunikation nicht mehr stattfinden kann. Jetzt startet wieder eine neue Reihe der Onlinerland-Kurse im Bürgerzentrum Mehrgenerationenhaus Mühlenviertel: bei den Terminen vor Ort lernen Saarländerinnen und Saarländer unter Anleitung erfahrener Referenten Tipps und Tricks im Umgang mit dem Internet. Nächster Termin: Sprechstunde „Tablet, Handy & co.“:

5. Oktober 2020, 14 - 16 Uhr. Sie sind doch noch ein bisschen unsicher und möchten in Anwesenheit einer kompetenten Person üben oder Fragen stellen? Bringen Sie gern auch Ihr eigenes Gerät (Smartphone, Tablet oder Laptop) mit und probieren Sie alles bisher Gelernte noch mal aus! Treffpunkt ist das Bürgerzentrum Mühlenviertel, Richard-Wagner-Straße 6, 66111 Saarbrücken. Verbindliche Voranmeldung per Mail: buergerzentrum@pro-ehrenamt.de oder telefonisch unter 0681/938 59 744.

