



**PuGiS**  
Prävention & Gesundheit im Saarland e.V.

Wir fördern die Gesundheit  
Saarland!

...abilisierung für Gesundheitsth...  
...rung von Multiplikatoren  
...e – Beratung und Begleitung



Verein PuGiS e. V. fördert gesundheitsdienliche Projekte im Saarland

# Gesundheit – das höchste Gut für alle

Die Gesundheitsförderung und Prävention der saarländischen Bevölkerung ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe – das ist der Leitsatz, den der Verein für Prävention und Gesundheit im Saarland, kurz PuGiS e. V., seit seiner Gründung im Jahr 2017 verfolgt. Dies geschieht über verschiedene Projekte, die durch PuGiS e. V. koordiniert werden und das langfristige Ziel verfolgen, im Saarland gesundheitsförderliche Strukturen zu schaffen, um allen hier lebenden Menschen ein gesundes Aufwachsen, Leben und Altern zu ermöglichen. Finanziell unterstützt wird der Verein unter anderem aus Mitteln des Ministeriums für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie und von den gesetzlichen Krankenkassen.

Text: David Benedyczuk

**D**as Saarland lebt gesund' (DSLGS) bildet den „bekanntesten Projektbereich des Vereins“, wie PuGiS-Geschäftsführer Dirk Mathis in einem Pressegespräch im Juli beschreibt. Dabei entwickelt der Verein in enger Zusammenarbeit mit kommunalen Partnern Ideen und hilft bei der Umsetzung entsprechender Projekte. „Das Saarland lebt gesund!“ wird flächendeckend in allen fünf Landkreisen sowie im Regionalverband Saarbrücken umgesetzt. Die konkrete Arbeit vor Ort wird von sogenannten Lenkungsgruppen in den jeweiligen Kommunen koordiniert. So kann auf jeweils unter-

schiedliche Rahmenbedingungen bestmöglich eingegangen werden. Bei der Planung werden Dienstleister aus dem Gesundheitsbereich, Vereine, Verbände, Schulen und Kindertageseinrichtungen sowie sonstige lokale Akteure mit einbezogen. „In regelmäßigen Abständen werden Netzwerktreffen abgehalten, um sich mit den kommunalen Lenkungsgruppenleitern auszutauschen und eine flächendeckende Gesundheitsförderung voranzutreiben“, erklärt Mathis und ergänzt: „Wir sehen es als unsere Aufgabe an, alle saarländischen Kommunen zum Mitmachen zu aktivieren, um eine tatsächlich flächendeckende Ausrichtung



PuGiS-Geschäftsführer Dirk Mathis, Vorsitzender Michael Keck (Verband der Ersatzkassen e.V.) und Prof. Dr. Jörg Loth (IKK Südwest) stellten in einem Pressegespräch die Ziele und Inhalte des Vereins vor.

fördern und sozial bedingte Ungleichheit von Gesundheitschancen bei denjenigen abzubauen, die besonders gefährdet sind. 2017 waren beispielsweise 19 Prozent der deutschen Bevölkerung nach Erhebungen des Statistischen Bundesamts von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht. Das sind rund 15,5 Millionen Menschen, denen erhebliche materielle Ressourcen fehlen bzw. die in einem Haushalt mit sehr geringer Erwerbsbeteiligung leben.

Vor diesem Hintergrund fördert die KGC die Qualitätsentwicklung und -sicherung in der sozillagenbezogenen Gesundheitsförderung und begleitet die ressortübergreifende Zusammenarbeit. Zu ihren Aufgaben zählt die Durchführung von Fortbildungsmaßnahmen ebenso wie die Beratung und Begleitung der Initiatoren von sozillagenbezogenen Gesundheitsprojekten. Ein wichtiger Schwerpunkt der KGC liegt zudem in der Vernetzung von Projektträgern, Zielgruppen und Entscheidungsträgern im Rahmen von regionalen und landesweiten Arbeitstreffen, Fachveranstaltungen oder Gremien.

Ein wichtiger Ansatz der KGC ist das, was sich äquivalent der WHO-Strategie „Health in All Policies“ mit Gesundheit in allen Politikbereichen übersetzen lässt: Nämlich die Gesundheit der Bevölkerung systematisch in alle politischen Entscheidungen mit einzubeziehen. Im Zuge der aktuellen Entwicklungen

rund um Covid-19 ist diese Thematik noch mal umso mehr in den Fokus gerückt. Daher veranstaltet die KGC Saarland am 29. Oktober 2020 eine Fachtagung zum Thema „Quer denken, Perspektiven lenken – Health in All Policies“. Geladen sind Referenten aus ganz Deutschland. Je nachdem, wie sich

zu haben. Aktuell sind es 34 von 52 Kommunen, die mit im Boot sind – demnach besteht da noch Luft nach oben. Andererseits bin ich überzeugt und sage: Wenn wir es in einem kleinen Bundesland wie dem Saarland nicht schaffen, dann wahrscheinlich nirgends – daher ist genau dies unser Anspruch. Es ist darüber hinaus aber genauso wichtig, den bestehenden kommunalen Kooperationspartnern einen ständigen Mehrwert zu bieten“, bekräftigt der Geschäftsführer.

Den zweiten von drei Schwerpunkten bildet die „Koordinstierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit“ im Saarland, kurz KGC. Sie hat seit 2017 ihren Sitz bei PuGiS e. V. und ist Mitglied im bundesweiten Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit, der sich aus 67 Partnerorganisationen, darunter die Spitzenverbände der Krankenkassen, Kommunen und Sozialverbände, zusammensetzt. Ziel der KGC ist es, insbesondere die Gesundheit sozial benachteiligter Zielgruppen zu



PuGiS-Geschäftsführer Dirk Mathis.



die Corona-Lage entwickelt, wird ein alternatives digitales Format der Tagung angeboten. Nähere Infos im Netz unter [pugis.de](http://pugis.de) bzw. [gesundheitsliche-chancengleichheit.de](http://gesundheitsliche-chancengleichheit.de). (Bereits Ende August wird die KGC ihre erste digitale Veranstaltung durchführen, im Rahmen einer digitalen Lernwerkstatt werden die Grundlagen zu den Kriterien der soziallagenbezogenen Gesundheitsförderung vermittelt.)

Als dritten Schwerpunkt koordiniert PuGiS e. V. ein Projekt unter dem Titel „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“. Dabei handelt es sich um eine bundesweite Kooperation der gesetzlichen Krankenkassen mit den Jobcentern und Arbeitsagenturen. Im Saarland nehmen drei Jobcenter in St. Wendel, Merzig-Wadern und im Regionalverband an dem Projekt teil. Es geht zurück auf eine 2014 entwickelte Modellerprobung des GKV-Spitzenverbands und der Bundesagentur für Arbeit und wird derzeit in allen Bundesländern an 230 Standorten umgesetzt.

Die Kooperation zielt darauf ab, arbeitslose Menschen mit leicht zugänglichen und bedarfsorientierten Angeboten in ihrer Gesundheit zu unterstützen. Gemeinsames Ziel ist es, die Lebensqualität und Gesundheit von Erwerbslosen zu erhöhen und zu verbessern. So sollen sich deren Chancen auf einen Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt erhöhen. Der Ausbau gesundheitsförderlicher Rahmenbedingungen und das Schaffen langfristiger Strukturen für entsprechende Angebote sind ein weiterer Projektbereich. Eine weitreichende Vernetzung auf kommunaler Ebene ist diesbezüglich sehr wichtig. Dazu zählt neben Ange-

boten von Gesundheitsämtern, Wohlfahrtsverbänden, von Familienzentren und der Selbsthilfe nicht zuletzt das Zutun von Fachverbänden. „Vereine und Verbände sind gerade in der Praxis ein großer Förderer von Gesundheit im Saarland – und wir brauchen sie, um unser Anliegen flächendeckend umzusetzen“, weiß PuGiS-Geschäftsführer Mathis.

Um diese so wichtige kommunale Vernetzung noch mehr voranzubringen, ist laut PuGiS-Vorsitzendem Michael Keck eines ganz entscheidend: „Es geht darum, die kommunalen Mitarbeiter noch mehr für das Thema Gesundheit und Prävention zu sensibilisieren und zu begeistern.“ Darüber hinaus müsse das Stichwort Sensibilisierung für Gesundheitsthemen auch in der Gesamtbevölkerung weiter forciert werden. „Es geht einerseits um die Frage, wie wir die Menschen erreichen. Und dabei hilft es eben nicht, immer nur den Zeigefinger zu heben. Wir müssen die Menschen zum Mitmachen animieren – dafür brauchen wir einen ganzheitlich roten Faden“, weiß Jörg Loth von der IKK Südwest und ebenfalls im PuGiS-Vorstand. Es gebe viele gute Angebote, Produkte sowie fachlich gut geschultes Personal. „Allerdings ist da in Sachen Vermittlung noch Luft nach oben. Häufig läuft das Ganze in den einzelnen Bereichen zu sehr isoliert ab, weshalb es dann oft nicht so nachhaltig ist, wie es sein könnte“, sagt Loth.

Der Verein für Prävention und Gesundheit im Saarland werde seinen Beitrag leisten, um diesem Streben nach mehr Nachhaltigkeit gerecht zu werden. Mathis ist überzeugt: „Unsere drei Hauptprojekte ergänzen sich super – damit bieten wir eine breite Angebotspalette.“ ●

## Ihre Partner für Studium und Weiterbildung

# Mitglieder qualifizieren und „aufsteigen“

**Sportvereine und -verbände leben von engagierten Mitgliedern, die in ihrer Freizeit als Sportler, Trainer oder in der Organisation aktiv sind. Viele dieser Ehrenamtlichen brennen für ihre Tätigkeit und würden sich gern weiterqualifizieren. Die BSA-Akademie und die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) sind die idealen Bildungspartner, um Mitgliedern diese (neben-)berufliche Entwicklung zu ermöglichen.**

In vielen Branchen ist die stetige Weiterbildung aufgrund von immer wieder neu gewonnenen Erkenntnissen entscheidend, so auch in der Sportbranche. Vereine haben die Möglichkeit, mit der DHfPG sowie der BSA-Akademie als kompetente Bildungspartner diese Entwicklung für sich zu nutzen, um so ihre Mitglieder zu binden und sich auch für potenzielle Neumitglieder attraktiver zu machen.

### Mitglieder nebenberuflich qualifizieren – die Tabellenspitze „erklimmen“

Damit Höchstleistungen erzielt werden können, sollten Trainer grundsätzlich auch Kompetenzen in Kraft- und Ausdauertraining sowie Ernährung besitzen, um so die Sportler umfassend auf ihren Einsatz vorzubereiten. Mit der Basisqualifikation „Fitnesstrainer/in-B-Lizenz“ können Trainer bereits fundierte Kenntnisse im fitnessorientierten Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining zur nachhaltigen Leistungssteigerung erlangen. Die Aufbauqualifikation „Trainer/in für Cardiofitness“ ist vor allem auch für laufintensive Disziplinen empfehlenswert, um geeignete Ausdauertests zur individuellen Leistungsdiagnostik durchführen und Ausdauertrainingspläne erstellen zu können. Auch ein sportartgerechter Muskelaufbau ist beispielsweise zur Verletzungsprävention bei Profis UND Amateuren besonders wichtig. Im Lehrgang „Trainer/in für gerätegestütztes Krafttraining“ erwerben Teilnehmende Fachwissen in der Entwicklung eines individuellen Krafttrainingsprogramms. Die genannten Lehrgänge sind u. a. Teil der umfassenden Profiquifikation „Athletiktrainer/in-A-Lizenz“, die zur professionellen und leistungsambitionierten Trainingsbetreuung befähigt.

Wenn wir an körperliche Leistung denken, findet die Ernährung häufig weniger Beachtung. Um die entsprechenden theoretischen Kenntnisse zu erlangen und unter anderem den Ernährungszustand der Sportler analysieren und entsprechend optimieren zu können, ist die Basisqualifikation „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ empfehlenswert. Darüber hinaus ist es möglich, die Aufbauqualifikation „Berater/in für Sporternährung“ zu absolvieren, um die Ernährung der Sportler gestalten, verbessern und hinsichtlich der verschiedenen Trainingsphasen und Trainingsziele im Saisonverlauf bedarfsgerecht anpassen zu können.

Nutzen Sie als Verein diese Chance, um sich und Ihrer Mannschaft in den kommenden Saisons einen Vorsprung zu sichern und Ihre Ziele zu erreichen!

### Mit dual Studierenden der DHfPG auf der Erfolgsspur

Aufgrund des dualen Studiensystems, bestehend aus einem Fernstudium mit kompakten Präsenzphasen und einer betrieblichen Ausbildung, profitieren auch kleinere Vereine direkt von Studierenden der DHfPG: Da sie nur rund 20 Arbeitstage im Jahr die Präsenzphasen besuchen, können sie aktiv im Tagesgeschäft arbeiten sowie in langfristige Projekte integriert werden. Außerdem ist es ihnen möglich, das Fachwissen, das sie sich bereits während des Fernstudiums aneignen und in den Präsenzphasen vertiefen, sofort in ihrer alltäglichen Arbeit umzusetzen. Doch wo können dual Studierende überall eingesetzt werden?

Im neuen interdisziplinären Studiengang B. Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik erlangen Studierende zum Beispiel umfassende Kenntnisse, um die Digitalisierung in Vereinen voranzutreiben und das Training zu optimieren: Sie erwerben u. a. Kompetenzen zur Entwicklung digitaler Sport- und Trainingsassistenzsysteme, die individuell auf die Bedürfnisse der Sportler angepasst werden und somit erheblich zu deren Leistungssteigerung beitragen. So können auch Vereine die Digitalisierung gewinnbringend für sich nutzen.

Mit Studierenden des Studiengangs B. A. Sportökonomie können Vereine und Verbände zukunftsfähige Konzepte entwickeln, um einerseits Mitglieder zu halten und andererseits neue Mitglieder zu gewinnen: Sie erlangen Kenntnisse in Management und Ökonomie, wodurch sie u. a. Führungsaufgaben übernehmen, branchenspezifische Strategien entwickeln sowie den Verein gezielt vermarkten können. Für diese Aufgaben werden sie während des Studiums in Modulen wie „Sportanlagen- und Sportstättenmanagement“, „Marketing“ sowie „Sport- und Vereinsrecht“ bestens vorbereitet.

### Über die BSA-Akademie und die DHfPG

Die BSA-Akademie ist mit über 70 staatlich geprüften und zugelassenen nebenberuflichen Qualifikationen einer der führenden Bildungsanbieter für Prävention, Fitness und Gesundheit. Der kombinierte Fernunterricht, bestehend aus Fernlernphasen und kompakten Präsenzphasen, bietet maximale Flexibilität. Ihr Schwesterunternehmen, die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG), ist eine staatlich anerkannte private Hochschule mit u. a. sechs dualen Bachelor- und vier Master-Studiengängen für die Zukunftsbranche Prävention, Fitness, Sport und Gesundheit.

**[dhfpg-bsa.de](http://dhfpg-bsa.de)**

## AUFSTIEGSKONGRESS

FACHKONGRESS FÜR AKTIVE GESUNDHEITSGESTALTER

### „Aufstiegskongress ONLINE ONLY“

Beim Aufstiegskongress informieren sich jedes Jahr aufs Neue Betreiber, Mitarbeiter und Entscheider in der Sport-, Fitness- und Gesundheitsbranche über Trends, Entwicklungen, aktuellste Forschungsergebnisse und Konzepte aus der Praxis für die Praxis. Erstmals findet der Kongress aufgrund der Corona-Krise als Online-Veranstaltung statt. Alle Vortragsinhalte, Fach-Foren sowie Intensivseminare werden digital und kostenfrei vom 1. Oktober 2020 bis zum 31. Dezember 2020 verfügbar sein. Die FIBO, die in diesem Jahr ebenfalls als reines Online-Event stattfindet, wird den Aufstiegskongress zusätzlich im Rahmen der neuen digitalen FIBO-Plattform präsentieren.

Melden Sie sich auf der Kongresswebseite für den kostenfreien Newsletter an oder folgen Sie uns auf Facebook. So bleiben Sie immer aktuell informiert.

**[aufstiegskongress.de](http://aufstiegskongress.de)**

**[facebook.de/aufstiegskongress](https://facebook.de/aufstiegskongress)**

