

Projekt BedikK für kleine Kommunen: Mehr Gesundheit, Lebensqualität und Zufriedenheit

BedikK steht für Bedarfsworkshops in kleinen Kommunen und fußt auf den Bausteinen Wissensvermittlung, Beratung und Schulungen. Unter Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern und der Verwaltung werden Bedarfe zur Gesundheitsförderung und Prävention auf lokaler Ebene ermittelt und analysiert.

BedikK wird im Rahmen der landesspezifischen Projektförderung des GKV-Bündnisses für Gesundheit in Rheinland-Pfalz von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) landesweit umgesetzt. Eine Weiterbildung in Kommunalen Gesundheitsmoderation der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) in Trägerschaft der LZG ergänzt das Angebot.

„Unsere Kommune ist schon sehr gut im Bereich der Gesundheit aufgestellt. Durch das Projekt ist den Teilnehmenden bewusster geworden, wie zahlreich die Angebote bereits sind“, findet Angela Muß, Koordinatorin im Mehrgenerationen-

haus Neustadt (Wied). „Das ist die Gelegenheit, bei der wir wirklich alle sagen können, was aus ihrer Sicht in Sachen Gesundheit getan werden könnte“, ergänzt Andrea Keßler, Gemeindegewerkschaft in Kirchen an der Sieg. Beide BedikK-Ansprechpartnerinnen setzen in ihren Kommunen das Projekt um, das die Gesundheit, Lebensqualität und Zufriedenheit der Menschen stärken soll.

Alle sind eingeladen, ihr Lebensumfeld gesünder zu gestalten

Nach einer Auftaktveranstaltung zur Wissensvermittlung steht der Workshop. Unter professioneller Anleitung analysieren die Teilnehmenden zunächst das Gesundheitsangebot in

ihrer teilnehmenden Kommune, anschließend ermitteln sie gemeinsam den Bedarf. Eine Herausforderung dabei ist beispielsweise, die Menschen zur Teilnahme zu motivieren. In den Gruppen engagieren sich meist Personen, die im Gesundheitsbereich tätig sind. Dazu kommen Bürgerinnen und Bürger unterschiedlicher Altersgruppen. „Im Workshop haben wir alle existierenden Angebote zusammengetragen und gesehen, dass wir schon ziemlich gut aufgestellt sind“, berichtet Angela Muß. „Das Spannende war, dass wir dadurch gesehen haben, was man alles miteinander vernetzen kann.“

An den besten Ideen wird weitergearbeitet

Aus der bunten Mischung der Teilnehmenden ergeben sich entsprechend vielfältige Ideen, die diskutiert, priorisiert und auf ihre Realisierbarkeit geprüft werden. Zu den Top-Themen bilden sich Fokusgruppen, die sich um die Umsetzung kümmern. Außer einem Runden Tisch zur Gesundheit stand im Luftkurort Kirchen das Thema Kneipp weit oben: „Das war mein Herzensanliegen“, bekennt Andrea Keßler.

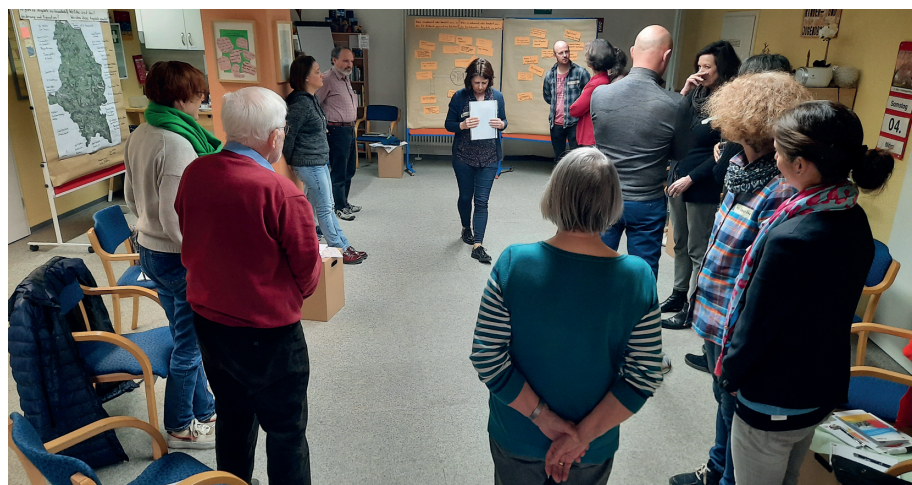
Waldsofa und Barfußpfad

Auch die Finanzen müssen geklärt werden, etwa durch die Suche von Sponsoren. In Kirchen, das 2021 mitten in der Pandemie als eine der ersten Kommunen den BedikK-Prozess startete, lädt mittlerweile ein Waldsofa zum Entspannen ein.

Auszubildende einer benachbarten Schreinerei haben es hergestellt. Der Barfußpfad als erstes Kneipp-Element steht kurz vor der Umsetzung. Für seine Pflege sollen Patenschaften vergeben werden.

Mit Leitbild und Information zu mehr Gesundheitskompetenz

In der Verbandsgemeinde Asbach, die den BedikK-Prozess im März 2023 startete, konzentriert man sich zunächst darauf, die Selbstfürsorge der Bürgerinnen und Bürger zu fördern. „Asbach ist ärztlich sehr gut



Aktive Methoden für Teilnehmende beim Bedarfsworkshop in der VG Asbach

Foto: Angela Muß, Asbach



Andrea Keßler (Mitte, auf dem Waldsofa) und Mitglieder der Arbeitsgruppe Kneipp in der Stadt Kirchen.

Foto: Stadt Kirchen



Die BedikK-Fokusgruppe der VG Asbach

Foto: Angela Muß, Asbach

versorgt. Wir wollen aber erreichen, dass der eine oder andere Besuch in der Praxis entfallen kann, weil die Menschen selbst besser für ihre Gesundheit sorgen“, erklärt Angela Muß.

Ein Leitbild zur Gesundheitsförderung geht in Kürze in den Verbandsgemeinderat. Auf ihm basiert auch die Öffentlichkeitsarbeit, die vor allem aus leicht zugänglichen Gesundheitsinfos bestehen soll. Regelmäßige Artikel in den örtlichen Medien, Infokästen, eine Gesundheits-Website und Social-Media-Beiträge sowie Schnupper-Angebote, Vortragsreihen und irgendwann auch ein Gesundheitstag sollen es den Menschen leicht machen zu entscheiden, was ihnen und ihrer Gesundheit guttut.

„Was brauche ich in meiner Situation? Wo finde ich Unterstützung? Solche Fragen wollen wir beantworten“, sagt Muß.

Informationsveranstaltung für interessierte Kommunen am 19. und 20. September 2023

Interessierte haben die Möglichkeit, am 19. September 2023 von 10:00 bis 11:30 Uhr oder am 20. September 2023 von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr Informationen über das Projekt und die Teilnahmevoraussetzungen zu erhalten. Anmelde-möglichkeiten für die kostenfreien Online-Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage der LZG. Neben der Projektvorstellung und einem Input zur Weiterbildung „Kommunale Gesundheitsmoderation“, angeboten von der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) in Trägerschaft der LZG, wird ein Einblick in die bisherigen Standorte von BedikK gegeben.

Das Objekt wird im Rahmen der landesspezifischen Projektförderung des GKV-Bündnisses für Gesundheit in Rheinland-Pfalz von

der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) landesweit umgesetzt.

Große Chance für kleine Kommunen

„Wir wissen, dass ein gesundheitsförderliches Umfeld langfristig die Lebensqualität verbessert“, sagt Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der LZG. „Gerade für kleine Kommunen bedeutet dies zudem die Steigerung ihrer Attraktivität als Wohnort für alle Generationen.“

Davon sind auch die Teilnehmenden überzeugt. „Die sichtbaren Ergebnisse des Prozesses regen an, sich weiter Gedanken zu machen“, freut sich Andrea Keßler. „In Kirchen wird zum Beispiel der Gesundheitsgedanke eine wichtige Rolle bei der Umgestaltung des Luna-Parks spielen.“ Angela Muß aus Asbach setzt auf weiteren Austausch und qualifizierte Befragungen der Einwohnerschaft, um die gerade ange-laufene Informationskampagne immer wieder an die Bedarfe anzupassen. „BedikK hat den Teilnehmenden bewusstgemacht, dass das Thema Gesundheit sehr facettenreich ist und nicht nur Sport und Bewegung, sondern zum Beispiel auch Ernährung und Achtsamkeit umfasst“, sagt sie. Dem kann Andrea Keßler nur zustimmen. „Absolut empfehlenswert“, lautet das Urteil beider BedikK-Ansprechpartnerinnen.



Bedarfsworkshops
in kleinen Kommunen
(BedikK)

Bürgerbeteiligungsworkshops im
Bereich Gesundheitsförderung und
Prävention in kleinen Kommunen
und Stadtteilen

Interesse an der Umsetzung in Ihrer Kommune in 2024?
Einladung zur digitalen Infoveranstaltung

Digitale
Infoveranstaltung
19. oder 20.09.23

Anmeldung zur Infoveranstaltung unter dem QR-Code oder www.lzg-rlp.de/Service/Veranstaltungskalender



Das BedikK-Team der LZG und BedikK-Ansprechpartnerinnen (von links) Silke Wiedemuth (LZG), Anne Häffner (LZG), Andrea Keßler, Sabine Köpke (LZG), Angela Muß.

Foto: LZG



Susanne Schneider,
Freitil, Text + Konzept