



GStB

Gesund und aktiv in Bodenheim

Rund 60 Personen füllten im Juli 2024 das Bürgerhaus von Bodenheim – weit mehr als erwartet. Voller Begeisterung brachten Vertreterinnen und Vertreter von Vereinen, Aktive aus dem Gesundheitssektor und Privatpersonen im Rahmen einer Ideenwerkstatt ihr BedikK-Projekt „Gesund & aktiv – älter werden in Bodenheim“ auf den Weg.

BedikK steht für „Bedarfsworkshops in kleinen Kommunen“ und basiert auf den Projektbausteinen Wissensvermittlung, Beratung, Bedarfserhebung und Schulung. Das Projekt unterstützt die Gesundheitsförderung und lädt generationenübergreifend zum Mitmachen ein.

Gesundheit ist Thema Nr. 1 bei der Generation Ü65

In der 8.000-Einwohner-Gemeinde Bodenheim soll das Thema gesundes Älterwerden im Fokus stehen. „Eine Umfrage unter unseren Ü65-Jährigen hatte schon vor einer Weile ergeben, dass für sie die körperliche und seelische Gesundheit einen extrem hohen Stellenwert hat“, erklärt die örtliche BedikK-Ansprechperson Kerstin Thieme-Jäger. Die Sozialpädagogin ist in der Gemeinde für das Generationen-Netzwerk sowie das Seniorenbüro zuständig. „BedikK kam uns wie gerufen“, sagt sie. „Alleine hätte ich die notwendigen Schritte nie so schnell angehen können.“

Die Ideenwerkstatt unter Anleitung einer externen Moderation

ist ein erster Baustein des BedikK-Prozesses. Sie beginnt mit einer Bestandsaufnahme: Welche gesundheitsförderlichen Angebote gibt es in der Gemeinde? Und was fehlt? Alle gesammelten Verbesserungsvorschläge werden am Ende thematisch sortiert und gewichtet. Sogenannte Fokusgruppen prüfen im nächsten Schritt die Umsetzbarkeit der Ideen und legen das weitere Vorgehen fest.

Zusammenspiel von Verwaltung, Bürgerschaft und Politik

Es sei wichtig, dass eine hauptamtliche Person den BedikK-Prozess koordiniert, findet Kerstin Thieme-Jäger, denn durch die verschiedenen Interessensgruppen werde wahnsinnig viel Energie freigesetzt. Auch aus der Verwaltung bekomme sie aktive Unterstützung, „vom Bauhof bis zum Bürgermeister“. Ihr selbst ist die Schaffung von Begegnungsorten wichtig. Die gewünschte Erwachsenenschaukel beispielsweise müsse unbedingt auf einem Kinderspielplatz stehen – damit Jung und Alt gemeinsam in Bewegung kommen.

Weitere Kommunen können mitmachen

Dank der Verlängerung der Projektlaufzeit bis Juli 2026 können weitere rheinland-pfälzische Kommunen von

BedikK profitieren. Interessierte aus Rheinland-Pfalz nahmen deshalb an einer Informationsveranstaltung am 10. Oktober 2024 teil und erfuhren unter anderem, wie die Verbandsgemeinde Asbach Ergebnisse aus dem Projekt verstetigt hat. Alle wichtigen Informationen und Kontakte finden sich auf www.lzg-rlp.de, der Website der Landeszentrale für Gesundheitsförderung, unter dem Thema „Gesundheit in der Kommune“.

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. Die kostenfreie Weiterbildung „Kommunale Gesundheitsmoderation“, angeboten von der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit (KGC) in Trägerschaft der LZG, ergänzt das Angebot.

Kommunale Gesundheitsförderung – der Weg in die Zukunft

„Vor dem Hintergrund des Klimawandels wird ein gesundheitsförderliches Umfeld immer wichtiger“, sagt Susanne Herbel-Hilgert, Geschäftsführerin der LZG. „Dank der Laufzeitverlängerung des Projekts BedikK können wir nun noch mehr kleine Kommunen dabei unterstützen, präventiv tätig zu werden und langfristig an Lebensqualität zu gewinnen.“

Davon sind auch die Teilnehmenden in Bodenheim überzeugt. Bei Temperaturen um die 30 Grad Celsius brachte die Hitzeschutzgruppe direkt zwei Projekte auf den Weg: Eine Exkursion mit einem Temperaturmessgerät zu den Hotspots in der Ortsgemeinde und den Auftrag an die Verwaltung, einen Hitzeschutzplan zu erstellen. „Ich bin begeistert, was hier alles entsteht“, freut sich BedikK-Ansprechpartnerin Kerstin Thieme-Jäger. „Besonders faszinierend finde ich die Aha-Effekte, wenn im Gespräch plötzlich ganz einfache Lösungsmöglichkeiten aufploppen.“

Susanne Schneider,
Freistil Text + Konzept



In Bodenheim soll das Thema gesundes Älterwerden im Fokus stehen – entsprechend groß war der Andrang bei der Ideenwerkstatt im Bürgerhaus.