



Gesundheits- und
Präventionslandkreis
MERZIG-WADERN

Dorfgemeinschaft schafft Gesundheit

29. November 2022



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



Projektpartner:



Dorfgemeinschaft schafft Gesundheit

Gesundheit – was ist das eigentlich?

**Wie passen Dorfgemeinschaft und
Gesundheit zusammen?**

Was macht eigentlich das Projektbüro?

Was gibt ´s denn schon?

Was ist Gesundheit?

Definition laut WHO



„**Gesundheit** ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen **Wohlbefindens** und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.“

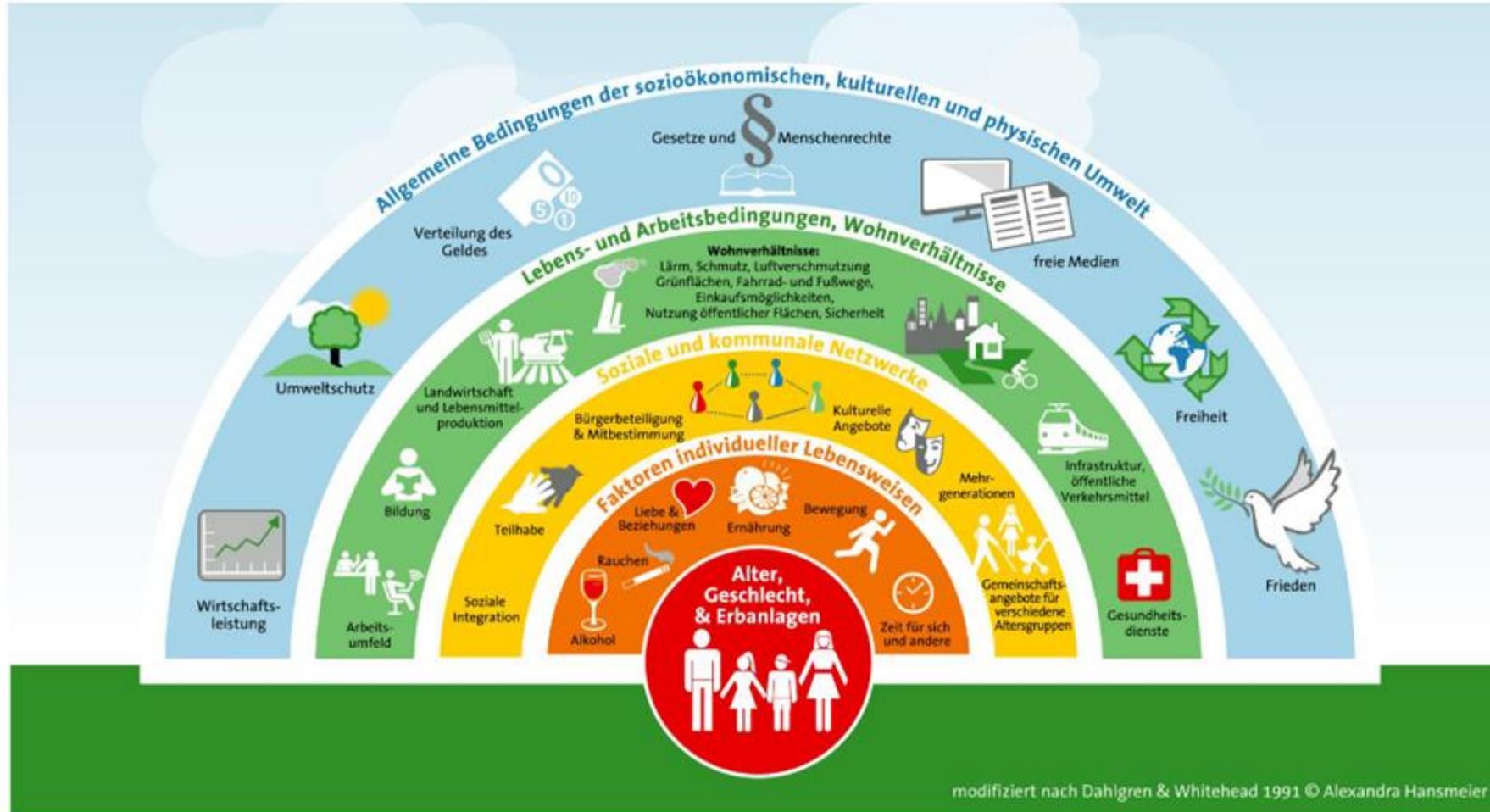
Ottawa-Charta der WHO



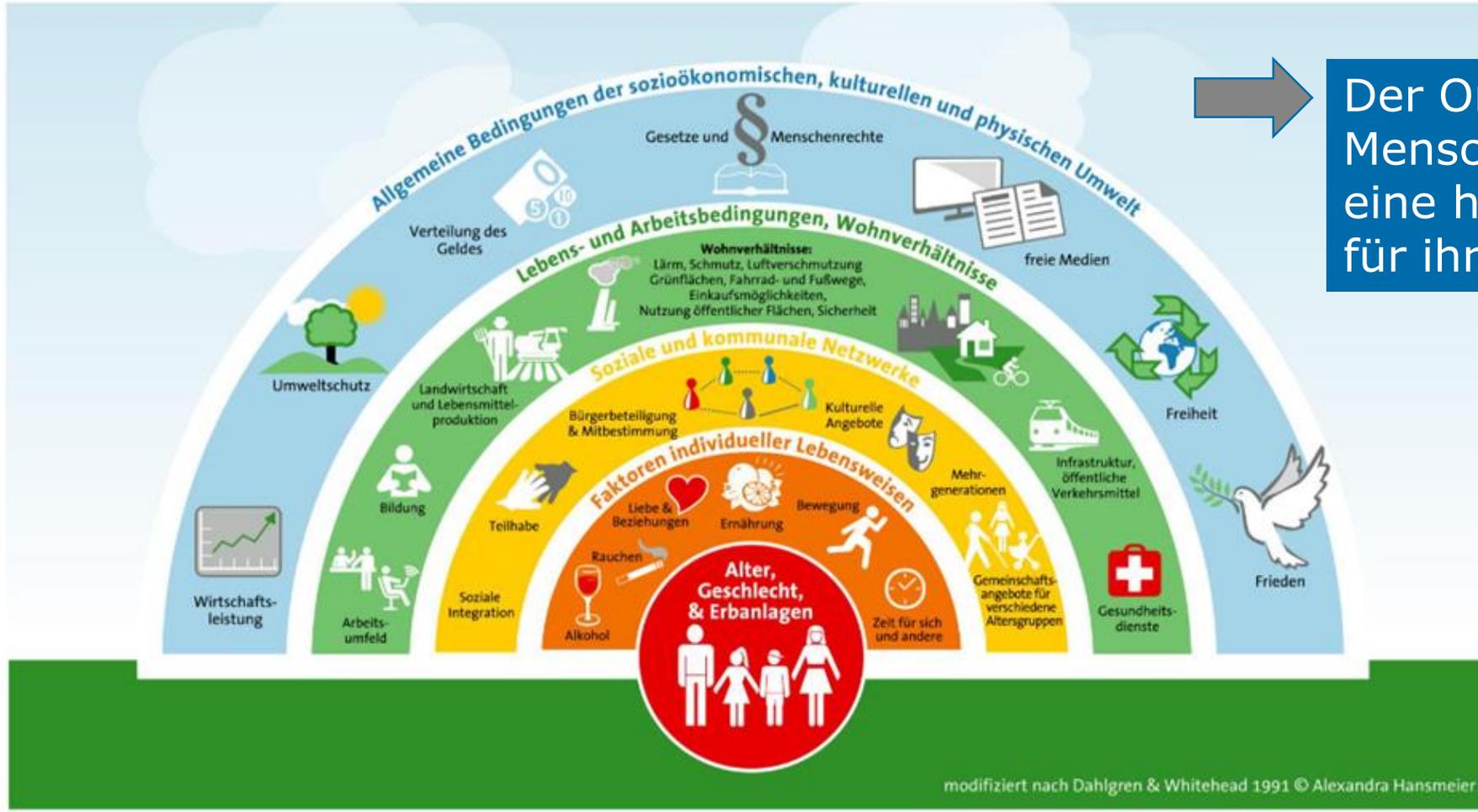
„**Gesundheit** wird von Menschen in ihrer **alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt**: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.

Gesundheit entsteht dadurch, dass man **sich um sich selbst und für andere sorgt.**“

Was beeinflusst Gesundheit



Was beeinflusst Gesundheit




 Der Ort, an dem Menschen leben hat eine hohe Relevanz für ihre Gesundheit.

Bedeutung von Gesundheit



- ✓ **gesundes Aufwachsen** und so bereits die Grundlage für ein gesundes Erwachsensein legen
- ✓ **gesunde und aktive Lebenszeit** für Familie, Beruf, Freizeit
- ✓ **gesunder Ruhestand** für ein selbstbestimmtes Leben im Alter

Dorfgemeinschaft und Gesundheit – wie passt das zusammen?

Einfluss der Gemeinschaft



- Meta-Studie bestätigt **positiven Effekt** von sozialen Beziehungen und **Gemeinschaften** auf die **Lebenserwartung**
 - Mangelnde soziale Beziehungen haben laut Studie negativeren Einfluss auf die Sterblichkeit als bekannte Risikofaktoren wie ungünstige Ernährung, Rauchen, mangelnde Bewegung
- **Dorfgemeinschaft schafft Gesundheit!**
-

Vorteile des Dorflebens



- **Soziale Beziehungen** – auch generationsübergreifend!
 - **Natur und Landschaft** als Ressource > Bewegung, Ernährung, Stressreduktion
 - **Mitgestaltungsmöglichkeiten** und Selbstwirksamkeit der Dorfgemeinschaft wirkt sich positiv auf den Einzelnen sowie auf die Gemeinschaft selbst aus
-

Einfluss auf Zivilisationskrankheiten



- viele **Zivilisationskrankheiten**, d.h. Krankheiten, die in weitem Maße durch unseren modernen Lebensstil geprägt sind, lassen sich **positiv beeinflussen** durch:
 - ➔ **Bewegung**
 - ➔ **Ernährung**
 - ➔ **Entspannung**
 - ➔ **Gemeinschaft**
 - Vielfältiges Angebote in den Dorfgemeinschaft
-

Vielfältige Möglichkeiten

- Treffs und Orte der Begegnung
 - Einbindung der Zielgruppen durch „runde Tische“/Ortsbegehungen
 - Gemeinschaftsgärten
 - Gemeinsam kochen – gesund essen
 - Laufbus zur Schule
 - Treffpunkt zum Spazieren – aktive Dorfrunde
 - Mehrgenerationen-Spielplätze
 - Outdoor-Fitness(-geräte)
 - Aktive Telefonkette für Senioren
 -
-

Gesundheits- und Präventionslandkreis Merzig- Wadern

- Welche Aufgabe hat das Projektbüro?

Projektbüro

Ziele

- Gesundheitsfördernde Strukturen im Landkreis aus- und aufzubauen
- Verbesserung der Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger
- Bestehendes sichtbar machen und unterstützen
- Bedarfe aufgreifen und neue Maßnahmen umsetzen
- Erhöhung der gesundheitlichen Chancengleichheit

Aufgaben

- Netzwerkarbeit mit allen relevanten Akteuren
- Unterstützung und Entwicklung von gesundheitsfördernden Maßnahmen (Verhaltens- und Verhältnispräventiv)
- Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
- Unterstützung beim Einwerben von Fördermitteln

Projektbüro



- seit Frühjahr 2021 beim Landkreis angesiedelt
 - Ansprechpartner:
 Jenny Gimmler und Daria Steffen
 - Unser Angebot an Sie:
 - ✓ Information, Beratung rund ums Thema „Gesundheitsförderung und Prävention“
 - ✓ Unterstützung bei der Suche nach möglichen Angeboten und Maßnahmen, Kooperationspartnern oder Fördermitteln
-

So erreichen Sie uns:

Jenny Gimmler, Tel: 06861-930831
j.gimmler@merzig-wadern.de

Daria Steffen, Tel: 06861-930828
d.steffen@merzig-wadern.de

Projektbüro „Gesundheits- und
Präventionslandkreis Merzig-Wadern“
Industriestraße 6-8, 66663 Merzig

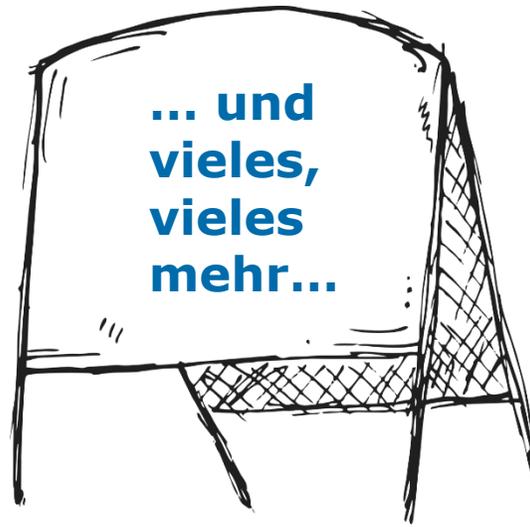


...hey, da machen die Dörfer doch schon
ordentlich was!



Quelle: Homepage Denkspur

- Orscholz
- Morscholz
- Losheim
- Weiskirchen



Quelle: Facebook Saarland.de

Mehrgenerationenfeld Tünsdorf

Harlingen-Bietzen-Meningen



Quelle: Homepage helf-dahemm.de

Eppes Ieren
Freiwilligen-Akademie Bietzerberg

Dauerangebote

Repair Café

Kaffeenachmittag

Frühstück im alten Pfarrhaus

Seniorenturnen

Handarbeitskreis „Flinke Nadel“

Lauffreff „Flotte Sohle“



Quelle: Landkreis Merzig-Wadern

Wildwuchs Morscholz

Bewegungshaltstellen Lockweiler



Quelle: Homepage TV Lockweiler- Krettnich

MTB-Übungsparcours Borg



Quelle: Homepage Perl

... Fragen?
... Ideen?
... Anknüpfungspunkte?

Wir freuen uns auf einen
Austausch mit Ihnen.

Kontakt:

Jenny Gimmler, Tel: 06861-930831
j.gimmler@merzig-wadern.de

Daria Steffen, Tel: 06861-930828
d.steffen@merzig-wadern.de

Projektbüro „Gesundheits- und
Präventionslandkreis Merzig-Wadern“
Industriestraße 6-8, 66663 Merzig