

Rundbrief 2023-2

Bad Reichenhall, im Juli 2023

Sehr geehrte Netzwerkpartner, Akteure und Interessierte der Gesundheitsregion plus Berchtesgadener Land,

wir freuen uns, Ihnen die neue Ausgabe des Rundbriefes der Gesundheitsregion plus BGL präsentieren zu können.

Die Zeit rund um die Jahresmitte und vor den Sommerferien ist in der Regel von intensiver Netzwerkarbeit geprägt. So wurden auch in unserem Netzwerk wieder viele Themen bearbeitet.

Mit den im Juni durchgeführten Roadshows wurde der Startschuss für die Imagekampagne Pflege BGL-TS gegeben (S. 2). Die AOK stellte einen Datenbericht zur Verfügung, der auch der aktuellen Erarbeitung des 2. Regionalen Gesundheitsberichtes dient (S. 5). Zum Thema Demenz fanden kürzlich zahlreiche Aktionen verteilt über den gesamten Landkreis statt, Weiteres ist für den Herbst in der Bayerischen Demenz-Woche sowie zum Jahresende geplant (S. 14). Der neue Flyer „Hilfe in psychischen Krisensituationen“ wurde verteilt (S. 6). Zudem blicken wir zurück auf einen gut besuchten 2. Psychiatrie-Fachtag, der sich dem Thema Suizidprävention widmete (S. 12) - und nach vorne auf die erstmals stattfindenden Medizin-Erlebnis-Tage im September (S. 5). Außerdem stellen sich neue Netzwerkpartner vor (S. 11).

Diese und viele weitere Infos finden Sie in dieser Ausgabe: Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und möchte mich nochmals bei allen Akteuren bedanken, die bei dieser Ausgabe mitgewirkt haben!

Herzliche Grüße



Lena Gruber

Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion plus

Im Rundbrief lesen Sie:

1. Aktuelles

- ◆ Regionale Pflege-Kampagne gestartet
- ◆ Ergebnisse im Forschungsprojekt „Green Care“
- ◆ Dein Haus 4.0 – Musterwohnung in Freilassing
- ◆ Erstmals Medizin-Erlebnis-Tage im Landkreis
- ◆ 2. Regionaler Gesundheitsbericht in Planung
- ◆ Weiterentwicklung der kinder- und jugendpsychiatrischen Versorgung
- ◆ Neuer Flyer „Hilfe in psychischen Krisensituationen“
- ◆ Erste Abschlussjahrgänge im Ausbildungsverbund Pflege
- ◆ Infos für den Landkreis aus der ZFR-Versammlung
- ◆ Vortragsreihe der Caritas Fachambulanz für Suchterkrankungen in Bad Reichenhall
- ◆ Neues Konzept im MiMi-Bayern-Gesundheitsprojekt: Kooperationspartner für Umsetzung im BGL gesucht

2. Im Gespräch mit...

- ◆ Meike Krebs-Fehrmann von der Biosphärenregion über das Projekt „Green Care“

3. Weitere Informationen

- ◆ Neue Ansprechpartner im Netzwerk
- ◆ Rückblick auf den 2. Psychiatrie-Fachtag zum Thema Suizidprävention
- ◆ Dialog über psychische Erkrankungen im kbo-ISK Freilassing
- ◆ Bay. Bericht zum Thema „Wenn Einsamkeit krank macht“
- ◆ Online-Fachtagung „Aufwachen in Krisenzeiten“
- ◆ Initiative „WALK & TALK“ der Selbsthilfekontaktstelle in Freilassing
- ◆ Die Landesarbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit im BGL
- ◆ Schulung von Demenz-Partnern
- ◆ Stabwechsel in der Senioren- und Behindertenarbeit
- ◆ Betriebliche Gesundheitsförderung in der Pflege: BGF-Preis
- ◆ Beratungsangebot des Netzwerk Hospiz in Kooperation mit onkologischer Praxis
- ◆ BürgerTelefonKrebs - ein Angebot des Bayerischen Zentrums für Krebsforschung
- ◆ Netzwerkstelle Hebammenversorgung - Werbung um Hebammennachwuchs an der Kath. Stiftungshochschule
- ◆ Hebamme der Kreisklinik Bad Reichenhall in den Ruhestand verabschiedet

REGIONALE PFLEGE-KAMPAGNE GESTARTET

Schülerinnen und Schüler erhalten Einblicke in den Pflegeberuf



Zwei Schülerinnen der Mittelschule Ainring-Mitterfelden legen Landrat Bernhard Kern unter fachkundiger Anleitung einen Gipsverband an.

Rund 70 SchülerInnen aus dem Landkreis Berchtesgadener Land erhalten in dieser Woche die Gelegenheit, einen umfassenden Einblick in den Beruf der Pflegefachkraft zu erlangen. Der Landkreis Berchtesgadener Land organisiert – gemeinsam mit dem Berchtesgadener Land Wirtschaftsservice und dem Ausbildungsverbund Pflege der Landkreise Berchtesgadener Land und Traunstein – sogenannte Roadshows, um den Jugendlichen bei ihrer Berufsorientierung zu helfen und mehr Pflegefachkräfte für die Region zu gewinnen.

Im Anschluss besuchen die Jugendlichen zwei Einrichtungen: Eine präsentiert die Langzeitpflege, eine andere die Akutpflege. Die Seniorenwohnanlage mit Pflegeheim St. Elisabeth in Teisendorf und das Vivaldo Haus St. Laurentius in Piding geben jeweils an einem Tag Einblick in ihren Pflegealltag. An beiden Tagen mit dabei ist die Kreisklinik Bad Reichenhall der Kliniken Südostbayern AG mit Stopp in der Berufsfachschule für Pflege in Bad Reichenhall. Der Schnuppertag umfasst sowohl theoretische als auch praktische Elemente – vom Handgelenk eingipsen über gemeinsames Kegeln mit erschwerten

Sicht über eine ausgiebige Frageunde mit den Lehrerinnen und Lehrern der Pflegegeschule.

Seit der Einführung des Pflegeberufgesetzes im Jahr 2020 sind die drei bisherigen Ausbildungen in den

Bereichen der Altenpflege, Krankenpflege und Kinderkrankenpflege zu einer gemeinsamen generalistischen Ausbildung zum Pflegefachmann beziehungsweise zur Pflegefachfrau zusammengeführt worden. Während der Ausbildung eignen sich die angehenden Pflegefachkräfte ein breites Spektrum an Kompetenzen an, um Menschen jeden Alters in verschiedenen Lebenslagen zu betreuen und zu pflegen. Dadurch erhalten die Auszubildenden eine breite fachliche Grundlage und nach ihrem Abschluss stehen ihnen die Türen zu allen Pflegebereichen offen.

Landrat Bernhard Kern, der die 8. Klasse der Mittelschule Ainring-Mitterfelden bei ihrem Besuch in der Kreisklinik Bad Reichenhall begleitete, hält fest: „Gut ausgebildete Pflegefachkräfte sind das Rückgrat unserer

Gesellschaft und betreuen und unterstützen Menschen in den verschiedensten Momenten ihres Lebens. Daher möchten wir die jungen Menschen in unserem Landkreis für die vielfältigen Möglichkeiten in diesem besonderen Beruf begeistern. Mit den Roadshows erhalten sie spannende Einblicke in die Pflegebereiche, können sich direkt mit den Pflegekräften austauschen und auch gleich selbst erste Handgriffe ausprobieren.“

Aufgrund des hohen Interesses der Schulen an den Roadshows sind für Ende des Jahres 2023 weitere Termine geplant.

Die in dieser Woche gestarteten Roadshows in den Landkreisen Traunstein und Berchtesgadener Land sind Teil einer regionalen Pflege-Kampagne, die im Rahmen der Netzwerkarbeit der Gesundheitsregionen^{plus} beider Landkreise initiiert wurde. Beteiligt an der Erarbeitung und Umsetzung der Kampagne sind neben den Wirtschaftsförderungen und dem Ausbildungsverbund Pflege auch die Pflegestützpunkte sowie weitere Abteilungen der Landratsämter. Finanziert wird die Kampagne durch die Landkreise, den Ausbildungsverbund und das Regionalmanagement Bayern.

Quelle: LRA BGL



Die SchülerInnen der Mittelschule Ainring-Mitterfelden erhielten beim Besuch der Kreisklinik Bad Reichenhall einen Einblick in die vielfältigen Aufgaben der Pflegefachkräfte.

ERGEBNISSE IM FORSCHUNGSPROJEKT „GREEN CARE“

Psychische Gesundheit kann durch Achtsamkeits- und Entspannungsübungen in der Natur gestärkt werden

Im Projekt „Green Care – Natur und psychische Gesundheit“, das gemeinsam vom Biosphärenreservat Rhön, bayerischer Teil, sowie der Biosphärenregion Berchtesgadener Land umgesetzt wird, liegen nun die wissenschaftlichen Ergebnisse der Begleitforschung vor. Im Rahmen des Projekts wurde untersucht, inwiefern angeleitete Aufenthalte in der Natur Menschen, die an Depressionen erkrankt sind, helfen und diejenigen, die präventiv etwas gegen Burnout und Stresserkrankungen tun möchten, unterstützen können.

Hierfür entwickelten die Projektmitarbeiterinnen Meike Krebs-Fehrmann und Katharina Thümer seit November 2018 spezielle Achtsamkeits- und Entspannungsübungen in der Natur, die über drei Jahre mit Gruppen erprobt und angewandt wurden. In den vierstündigen Sitzungen, die mit jeder Gruppe über einen Zeitraum von drei bis vier Wochen abgehalten wurden, wurde die Wirkung der Übungen wissenschaftlich evaluiert, um Empfehlungen darüber geben zu können, wie sich diese zukünftig sinnvoll im Gesundheitsbereich einsetzen lassen. Eine weitere Fragestellung bezieht sich darauf, inwiefern diese Übungen naturschützende Handlungsbereitschaften erhöhen. Das interdisziplinäre Projekt wurde vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege und dem Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz zu gleichen Teilen mit insgesamt 810.000 Euro finanziert. Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek betonte: „Gar nicht erst zu erkranken, sollte immer das erste Ziel sein – insbesondere mit Blick auf Krankheiten, die auch durch den individuellen Lebensstil beeinflusst sind. Gerade in unserer schnelllebigen und von Stress geprägten Welt ist es umso wichtiger, sich bewusst Zeit für Entspannung und Entschleunigung zu nehmen. Die Natur

und der Wald bieten dafür viele Möglichkeiten. Intensive Sinneswahrnehmungen und achtsames Erleben der Natur können helfen, gerade auch psychischen Krankheiten vorzubeugen – oder sie zu heilen. Das zeigen auch die Ergebnisse des Modellprojekts ‚Green Care‘.“ Umweltminister Thorsten Glauber stellte zudem dar: „Unsere wunderschöne bayerische Naturheimat ist Balsam für unsere Seele. In der Natur tanken wir Kraft und Energie. Das Modellprojekt zeigt, wie wichtig ein Aufenthalt in der Natur für die Gesundheit der Menschen ist. Deshalb möchte ich jeden ermutigen, sich mehr Zeit für eindrucksvolle und gleichzeitig heilsame Naturerlebnisse zu nehmen.“



Achtsamkeits- und Entspannungsübungen in der Natur stärken die psychische Gesundheit

Die Forschung wurde von einer interdisziplinären Arbeitsgruppe begleitet, der neben den beiden Ministerien, auch Vertreterinnen und Vertretern der Regierungen von Oberbayern und Unterfranken, verschiedener bayerischer Universitäten, Expertinnen und Experten aus der Kurortmedizin, der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten sowie der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns angehörten. Die unabhängige wissenschaftliche Begleitung erfolgte von Dezember 2019 bis April 2023 durch das Evaluationsteam von Prof. Dr. Elisabeth Kals, Professur für Sozial- und Organisationspsychologie der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Über drei Jahre wurden 227 Fragebögen in den klinischen und 133 in den präventiven Experimental- und Kontrollgruppen erhoben. Neben einer Evaluierung der Gruppenangebote durch

Fragebögen, rundeten Experteninterviews das Forschungsdesign ab. Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitforschung zeigen u. a., dass als wohltuend empfundene Gefühle durch die Übungen in der Natur verstärkt wurden, während als belastend empfundene Gefühle durch die Angebote abgeschwächt werden konnten. Dadurch können sowohl Patientinnen und Patienten mit Depressionen aus Rehakliniken als auch gesunde Menschen aus der Allgemeinbevölkerung im präventiven Bereich von achtsamkeits- und entspannungs-basierten Angeboten in der Natur profitieren. Auch drei Monate nach den Gruppenangeboten war diese Wirkung noch messbar, was darauf hindeutet, dass die Übungen von den Teilnehmenden im Alltag integriert werden konnten und positiv sowie nachhaltig wirken. Ein Grund für den leichten Übertrag in den Alltag liegt darin, dass Natur- und Kulturlandschaften unterschiedlicher Ausprägung für die Durchführung der Übungen geeignet sind. So konnten sowohl in abgeschiedenen Waldgebieten als auch in städtischen kleineren Waldstücken und auf Wiesen dieselben positiven Ergebnisse nachgewiesen werden. Im klinischen Bereich fällt auf, dass insbesondere Patientinnen und Patienten mit einem höheren Grad an Depression bei der Aufnahme von den Gruppenangeboten profitieren haben. Die Ergebnisse zeigen auch, dass die emotionale Naturverbundenheit, die eine wichtige Voraussetzung für die Bereitschaft zu naturschützendem Handeln ist, durch die Angebote gestiegen ist. Die durchgeführten Angebote sind demnach innovativ und wirksam. Bis zum offiziellen Projektende September 2023 wird eine Infobroschüre mit Hintergründen für die Allgemeinbevölkerung erstellt, in der eine Auswahl der Übungen für die praktische Anwendung im Alltag enthalten ist.

Quelle: Biosphärenregion BGL, StMGP

DEIN HAUS 4.0 – MUSTERWOHNUNG IN FREILASSING

Welche Lösungen können ein selbstbestimmtes Leben trotz Beeinträchtigung in den eigenen vier Wänden ermöglichen? Antworten auf diese Frage gibt das Projekt „Dein Haus 4.0“. In einer Musterwohnung in Freilassing können sich BürgerInnen im Landkreis über die vielen technischen Hilfsmittel informieren. Die Technische Hochschule Rosenheim hat das Projekt in einer Konferenz vorgestellt.



(v.r.) Josef Jerger, Vorsitzender VdK Kreisverband BGL, Landrat Bernhard Kern, Prof. Dr. Franz Benstetter TH Rosenheim, Barbara Müller, Arbeitsbereichsleiterin am Landratsamt, Irmgard Auer, Arbeitskreis Soziales Anger und Caroline Puhlmann, Projektleiterin Pflegestützpunkt am Landratsamt.

„Wie kann ich mit körperlichen oder kognitiven Einschränkungen weiter zu Hause wohnen bleiben? Wie kann ich mich im Alter oder mit einer Beeinträchtigung versorgen, wenn meine Mobilität eingeschränkt ist? Diese Fragen beschäftigen uns im Rahmen der Seniorenarbeit für den Landkreis sehr stark. Und auf diese Fragen gibt das Projekt „Dein Haus 4.0“ Antworten. Daher freue ich mich sehr, dass wir mit der Musterwohnung am Standort Freilassing ein Teil dieses bayernweiten Forschungsvorhabens sind“, betonte Landrat Bernhard Kern in seinem Grußwort zu Beginn der Konferenz an der TH Rosenheim.

Die Musterwohnung in Freilassing gehört zum Projekt „Dein Haus 4.0 Oberbayern“, das von der Technischen Hochschule Rosenheim durch-

geführt wird. Im Projekt hat die TH Rosenheim insgesamt drei Wohnungen ausgestattet, in denen erforscht und erlebt werden kann, welche Hilfsmittel und technischen Assistenzsysteme das Leben zu Hause unterstützen. Im Rahmen eines „Testwohnens“ können PatientInnen während der Rehabilitation ausprobieren, wie im Anschluss an eine Rehabilitationsmaßnahme – mit Eintritt einer Pflegebedürftigkeit, veränderten Bedürfnissen im Alter oder einer Beeinträchtigung – ein Wohnen im häuslichen Umfeld unter Zuhilfenahme von Anpassungs- und Assistenzsystemen möglich ist. Das „Testwohnen“ wird von Mitarbeitenden der TH Rosenheim und TherapeutInnen der Rehabilitation Medical Park Loipl begleitet und evaluiert. Ziel ist es, mit dem „Testwohnen“

für einen nachhaltigen Rehabilitationseffekt zu sorgen. An dem Forschungsprojekt wird auch die Bevölkerung intensiv beteiligt. Im Landkreis Berchtesgadener Land haben sich viele unterschiedliche Organisationen und BürgerInnen eingebracht, u.a. auch Irmgard Auer vom Arbeitskreis Soziales Anger sowie der VdK, der mit seinem Vorsitzenden Josef Jerger ebenfalls auf der Konferenz vertreten war. Neben dem Forschungsvorhaben können sich in der Musterwohnung interessierte BürgerInnen über die vielen technischen Lösungen informieren, die Menschen im Alter und mit Beeinträchtigung ein Wohnen zu Hause ermöglichen. Landrat Bernhard Kern bedankte sich

zusammen mit seinen beiden Mitarbeiterinnen Barbara Müller, Leiterin des Arbeitsbereichs Seniorenarbeit, Behindertenarbeit, Freiwilligenengagement und Integration, sowie Caroline Puhlmann bei der TH Rosenheim für die Umsetzung des Projekts, insbesondere bei Prof. Dr. Franz Benstetter und seinem Team, die die Musterwohnung in Freilassing gestalteten. Alle bayernweiten Projekte von „Dein Haus 4.0“ setzen sich, wenn auch mit unterschiedlichen Schwerpunkten, mit dem Thema „Wohnen mit einer Beeinträchtigung“ oder „Wohnen im Alter“ auseinander. Gefördert werden sie vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege. Einer der Standorte ist in Freilassing zu finden. Neben der Forschungstätigkeit der TH Rosenheim bietet die Musterwohnung in Freilassing den Bürgerinnen und Bürgern im Landkreis die Möglichkeit, sich insbesondere zu neuen technischen Lösungen zu informieren, die ein selbstbestimmtes Leben trotz Beeinträchtigung in den eigenen vier Wänden ermöglichen.

Die Musterwohnung ist angebunden an den Pflegestützpunkt am Landratsamt Berchtesgadener Land, bei dem auch eine Beratung zur Wohnungsanpassung angeboten wird. „Die Musterwohnung in Freilassing ist für die Beratungstätigkeit am Pflegestützpunkt sehr hilfreich. Denn in der Musterwohnung können die Bürgerinnen und Bürger die Hilfsmittel, Produkte, Möbel und baulichen Veränderungen anschauen und selbst ausprobieren“, verdeutlicht Caroline Puhlmann, Projektleiterin des Pflegestützpunkts Berchtesgadener Land, die Vorteile. Bei Interesse können Beratungs- und Besichtigungstermine vereinbart werden - unter Telefon 08651/773-885 oder per E-Mail an pfligestuetzpunkt-bgl@lra-bgl.de.

Quelle: LRA BGL

ERSTMALS MEDIZIN-ERLEBNIS-TAGE IM LANDKREIS

Seit der Gründung des Weiterbildungsverbandes Allgemeinmedizin im März 2017 wurden überregional verschiedene Best-Practice-Beispiele zur medizinischen Nachwuchsgewinnung beobachtet und eine Realisierung in unserem Landkreis geprüft.

Mit der Berchtesgadener Land Wirtschaftsservice GmbH als starken Partner geht es jetzt in die Umsetzung: vom 13. bis zum 15. September

2023 finden erstmals die Medizin-Erlebnis-Tage im Landkreis statt.

12 Medizinstudierenden wird es dabei ermöglicht, unseren Landkreis als attraktiven Arbeits- und Lebensraum kennenzulernen, dabei mit Ärzten aus der Region ins Gespräch zu kommen und Einblicke in die medizinische Praxis zu erhalten. An den drei Tagen erwartet die Teilnehmenden ein spannendes Programm aus medizinischen

Vorträgen, Workshops, Praxis- und Klinikbesichtigungen sowie diversen Freizeitaktivitäten, um die Region hautnah erleben zu können. Die Medizin-Erlebnis-Tage finden in Kooperation mit dem Ärztlichen Kreisverband BGL, den Kliniken SOB und der Schön Klinik BGL statt und werden im Rahmen des Regionalmanagement Bayern gefördert.

Quelle: LRA BGL, BGLW

2. REGIONALER GESUNDHEITSBERICHT IN PLANUNG

Die Gesundheitsberichterstattung ist eine wichtige Grundlage für die Erarbeitung und Umsetzung von Maßnahmen zur Verbesserung der Gesundheitsversorgung und gesundheitsbezogenen Lebensqualität. Sie informiert über die gesundheitliche Lage der Bevölkerung, beschäftigt sich mit Versorgungsstrukturen, untersucht Gesundheitsrisiken und bewertet gesundheitsbezogene Maßnahmen.

Die AOK Bayern hat regionale Daten zur Bevölkerungsgesundheit ausgewertet und in einem Bericht zusammengestellt. Landrat Bernhard Kern hat als Vorsitzender der Gesundheitsregion^{plus} diesen entgegengenommen: „Nur, wenn wir wissen, an welchen Stellen es Probleme gibt, können wir entsprechend handeln und uns um die gesundheitlichen Belange im Landkreis kümmern“.

Der AOK-Bericht wertet neben sozioökonomischen Daten des Landkreises auch verschiedene Krankheitsbilder und deren Häufigkeit in den Jahren 2009 und 2019 aus. Dadurch kann die regionale Entwicklung betrachtet und mit der Entwicklung in Bayern verglichen werden. Im Fokus stehen Krankheiten wie Diabetes, Adipositas oder Bluthochdruck, auf die unter anderem der Lebensstil oder das Lebensumfeld der Men-

schen Einfluss haben. „Häufig lassen sich diese Krankheiten auf einen bewegungsarmen Lebensstil in Kombination mit einer wenig ausgewogenen Ernährung zurückführen“ sagt Matthias Förg, Direktor der AOK Bad Reichenhall.



Die AOK-Vertreter Ludwig Braun, Andreas Nagel und Matthias Förg (v.r.) bei der Übergabe des AOK-Gesundheitsberichts für den Landkreis BGL an Landrat Bernhard Kern und Vertreter aus dem Landratsamt: (v.l.) Dr. Udo Langenhorst, Matthias Stephan, Lena Gruber und Svenja Olschewski

Die von der AOK erhobenen regionalen Daten fließen auch in den 2. Regionalen Gesundheitsbericht für den Landkreis ein, der sich aktuell in Bearbeitung befindet. Der 1. Regionale Gesundheitsbericht für den Landkreis Berchtesgadener Land wurde im Jahr 2018 herausgegeben. Seitdem wird angestrebt, alle fünf Jahre einen Gesundheitsbericht zu erstellen. Die Herausgabe des 2. Regionalen Gesundheitsberichtes für den Landkreis Berchtesgadener Land ist im November 2023 geplant. Zur Ausarbeitung wurde ein interdisziplinäres Team im Gesundheitsamt gebildet.

Der Bericht liefert Daten zu ausgewählten Indikatoren, die für die drei

Handlungsfelder der Gesundheitsregion^{plus} „Gesundheitsversorgung“, „Gesundheitsförderung & Prävention“ und „Pflege“ relevant sind. Durch die regelmäßige Gesundheitsberichterstattung ist es möglich, Indikatoren im zeitlichen Verlauf zu beobachten und Maßnahmen, die zum Beispiel im Rahmen der Netzwerkarbeit initiiert wurden, zu bewerten. Somit gibt der Bericht eine Handlungsorientierung für die Gremienarbeit. Ebenfalls wird er politischen Entscheidungsträgern zur Verfügung gestellt. Der 1. Regionale Gesundheitsbericht von 2018 kann [hier](#) heruntergeladen werden.

Quelle: LRA BGL, AOK Bad Reichenhall

WEITERENTWICKLUNG DER KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRISCHEN VERSORGUNG: Praxiseröffnung im Oktober in Bad Reichenhall

Die unzureichende kinder- und jugendpsychiatrische Versorgung im Landkreis hat sich durch die Corona-Pandemie nochmals verschärft. Über die Bedarfslage wurde in den letzten Jahren in verschiedenen Gremien gesprochen und Unterstützung verschiedener Institutionen erbeten. Engagierte Akteure aus der Region haben sich mit der Entwicklung von Lösungsmöglichkeiten eingebracht. Zum Hintergrund: Die Bedarfsplanung regelt, wie viele Ärzte in bestimmten Regionen zugelassen werden können. Gesetzliche Grundlage ist die Bedarfsplanungs-Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses.

Den konkreten Bedarfsplan für Bayern regelt die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB). Die Planung der kinder- und jugendpsychiatrischen Versorgung erfolgt auf Ebene der Raumordnungsregion Südostoberbayern, wo die Mehrzahl der derzeit 12 Kinder- und Jugendpsychiatern im Landkreis Rosenheim tätig ist. Durch die bundesweite Anpassung der Verhältniszahlen wurde von der KVB ein neuer Kassensitz ausgewiesen. Somit konnte eine Kinder- und Jugendpsychiaterin für die Niederlassung im Berchtesgadener Land gewonnen werden: Dr. Figen Lund plant ihre Praxiseröffnung im Oktober

2023 in Bad Reichenhall. Behandelt werden Kinder und Jugendliche von 6 bis 18 und in besonderen Fällen sogar junge Erwachsene bis 21 Jahren. Frau Dr. Lund freut sich, ein breites Behandlungsangebot von A wie Ängsten bis Z wie Zwängen anbieten zu können. So wie die Praxis ist auch die Webseite momentan noch im Aufbau. Ab Mitte August sollen unter www.jungeseelen-bgl.de weitere Informationen zu finden sein. Zudem plant Frau Dr. Lund ab September Anmeldungen über die Webseite entgegenzunehmen, damit der Praxisbetrieb im Oktober gut starten kann. Quelle: LRA BGL, KVB, Dr. Lund

NEUER FLYER „HILFE IN PSYCHISCHEN KRISENSITUATIONEN“ Nachbestellung über Gesundheitsamt möglich

Wer sich in einer tiefen Krise befindet, oder einem Menschen helfen möchte, der ihm nahesteht, benötigt vor allem rasche, professionelle und leicht zugängliche Hilfe. Aber gerade in Krisen fällt es schwer, solche Hilfe rechtzeitig zu finden und in Anspruch zu nehmen.

Um schneller Zugriff auf Kontaktdaten von Stellen zu haben, wo Unterstützung



geboten wird, bündelt der neue Flyer „Hilfe in psychischen Krisensituationen“ regionale Anlaufstellen mit-samt zugehöriger Nummern, Erreichbarkeiten und Erläuterung des Leistungsspektrums.

Der Bedarf für solch einen Flyer wurde u.a. in einem hausärztlichen Qualitätszirkel deutlich. Im Rahmen der Netzwerkarbeit der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft und der Ge-

sundheitsregion^{plus} wurde der Flyer zusammengestellt. Als Vorlage diente ein Flyer der Landeshauptstadt München.

Einige Exemplare wurden bereits an Netzwerkpartner der Gesundheitsregion^{plus} BGL und über das Gesundheitsamt an alle Hausarztpraxen, Apotheken, ambulanten Pflegedienste und die Rathäuser der Gemeinden im Landkreis geschickt.

Flyer-Bestellungen sind jederzeit über das Gesundheitsamt möglich. Auch der „Notfallwegweiser“ wurde im vergangenen Jahr neu aufgelegt und kann nun nachbestellt werden. Die Bestellung beider Flyer ist kostenfrei (s. Infokasten).



Der **Notfallwegweiser** wurde 2018 im Rahmen der Neustrukturierung des Ärztlichen Bereitschaftsdienstes und Einrichtung der KVB-Bereitschaftspraxis an der Kreisklinik Bad Reichenhall in einer ersten regionalen Arbeitsgruppe mit Netzwerkpartnern der Gesundheitsregion^{plus} - darunter Vertreter der regionalen Ärzteschaft, der Kliniken Südostbayern AG, des Gesundheitsamtes, der Apotheken, der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern, des Kreistags sowie Sozialversicherungsvertretern - entwickelt. Er soll für das richtige Verhalten in gesundheitlichen Notfällen, in denen ein Arzt gebraucht wird, sensibilisieren und die dazugehörigen Nummern und Anlaufstellen übersichtlich darstellen.

Eine Nachbestellung der beiden Flyer ist über das E-Mail-Postfach des Gesundheitsamtes Berchtesgadener Land möglich: gesundheitsamt@lra-bgl.de

Ebenso stehen die Flyer [hier](#) (unter der Rubrik „Informationsmaterial“) zum Download zur Verfügung.

Quelle: LRA BGL

ERSTE ABSCHLUSSJAHRGÄNGE IM AUSBILDUNGSVERBUND PFLEGE BGL-TS

Die ersten Jahrgänge, die die generalistische Pflegeausbildung im Jahr 2020 über den Ausbildungsverbund Pflege BGL-TS begonnen haben, haben in diesem Jahr erfolgreich ihre Ausbildung abgeschlossen.

„Für den gesamten Verbund sind dies insgesamt 85 AbsolventInnen an den drei Pflegeschulen in Bad Reichenhall, Bischofswiesen und Traunstein“, berichtet Christoph Markowsky von der Koordinierungsstelle.

Michael Krajnc, Vorsitzender des Verbunds und Schulleiter der Augustinum Berufsfachschule für Pflege in Bischofswiesen, ist erfreut und sieht die Abschlüsse als Meilenstein für den Verbund: „Durch den Ausbil-



Die Abschlussklasse der Berufsfachschule für Pflege Bad Reichenhall bei der Zeugnisübergabe

dungsverbund werden die Einzelinteressen der Schulen und der Träger zusammengeführt. Das Ergebnis eines fortlaufenden und systematischen Austauschs zwischen allen Akteuren im Interesse der Auszubildenden sowie die

Nutzung gemeinsamer Ressourcen fördert eine hohe Ausbildungsqualität. Der Ausbildungsverbund unterstützt die Auszubildenden beim Erwerb der beruflichen Handlungskompetenz in hohem Maße. Im Sinne der Unternehmungsverantwortung und zur Sicherung der regionalen pflegerischen Versorgung ist die Gewinnung von Fachkräften eine wesentliche Kernaufgabe des Ausbildungsverbundes.“

Quelle: AVP BGL-TS

Weitere Informationen zum Verbund:
www.ausbildungsverbund-pflege-bgl-ts.de

INFOS FÜR DEN LANDKREIS AUS DER ZFR-VERSAMMLUNG

Der Zweckverband für Rettungsdienst und Feuerwehralarmierung (ZRF) Traunstein ist für die Koordination von Einsatzkräften von Feuerwehren und Rettungsdiensten in den Landkreisen Altötting, Berchtesgadener Land, Mühldorf und Traunstein zuständig. Im Jahr gehen über 220.000 Notrufe ein.

In der letzten Verbandsversammlung wurde das Gutachten des Institutes für Notfallmedizin und Medizinmanagement - in Nachbetrachtung zur rettungsdienstlichen Vorhaltung - behandelt. In diesem Gutachten wurden die Krankentransportwagen- und

Rettungswagen-Standorte sowie die Anzahl der Einsätze ausgewertet. Für den Landkreis BGL wurde festgestellt, dass im Rahmen der Notfallversorgung ein weiterer Rettungswagen-Standort in Saaldorf-Surheim erforderlich ist, damit die 12-minütige Hilfsfrist weiterhin eingehalten werden kann. Bei der Abdeckung des Landkreises mit Leistungen der Krankentransportwagen (KTW) wurde festgestellt, dass eine Ausweitung der Vorhaltungen um 44,6% erforderlich ist. Dies bedeutet eine Stundenmehrung von insgesamt 80,5 Stunden für die vier KTW-Standorte.

Josef Gschwendner, ZRF-Geschäftsführer, strebe eine schnellst- und bestmögliche Umsetzung an. Hinsichtlich der Notarzt-Standorte entschied die Verbandsversammlung einstimmig, die Empfehlungen der „Notarztstudie 2021“ (im Oktober durch das StMI veröffentlicht) zum Wegfall bzw. die Verlegung von einzelnen Notarzt-Standorten nicht umzusetzen. Somit bleiben die Notarzt-Standorte in den vier Landkreisen wie bislang bestehen. Im Landkreis BGL sind dies Bad Reichenhall, Berchtesgaden und Freilassing.

Quelle: LRA BGL, ZRF

VORTRAGSREIHE DER CARITAS FACHAMBULANZ FÜR SUCHTERKRANKUNGEN

Austausch zu Suchtthemen im Café der Begegnung

Im Rahmen der Beratungstätigkeit und Gesundheitsvorsorge bietet die Caritas Fachambulanz für Suchterkrankungen monatlich Fachvorträge für alle Interessierten rund um das Thema Abhängigkeit und Sucht an.

In lockerer Atmosphäre wird über interessante Themen gesprochen und es ist Platz für Fragen.

Die Vorträge finden immer mittwochs von 18:30 bis 20:00 Uhr im Café der Begegnung in der Bahnhofstraße 21

in Bad Reichenhall statt. Die Teilnahme ist kostenfrei und eine Anmeldung nicht zwingend erforderlich. Die folgenden Termine und Themen in der Übersicht. Die Vortragsreihe findet in Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk statt.

Termine ab Juli 2023:

26.07.2023: Führerschein weg, was tun?

27.09.2023: Das Körperbild in den sozialen Medien

25.10.2023: Zocken, Surfen, Social Media - Faszination Bildschirmmedien

29.11.2023: Co-Abhängigkeit



Kontakt

Telefon: 08651 / 95 85-0

fachambulanzbgl@caritasmuenchen.org

Quelle: Caritas BGL

NEUES KONZEPT IM MIMI-BAYERN-GESUNDHEITSPROJEKT: Kooperationspartner für Umsetzung im BGL gesucht

Das Gesundheitsprojekt MiMi-Bayern war im Juni 2023 mit einem Informationsstand auf der Integrationskonferenz Berchtesgadener Land vertreten. Nachdem ein neues Konzept die Teilnahme an MiMi mit einer Kleingruppe aus der Region ermöglicht, werden Kooperationspartner für die Umsetzung im Landkreis BGL gesucht.

Das Gesundheitsprojekt „MiMi-Bayern“ ist ein Projekt des Ethno-Medizinischen Zentrums e. V., das vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert und von MSD Sharp & Dohme unterstützt wird. Im Rahmen der Landesinitiative „Gesund.Leben.Bayern.“ steht MiMi für interkulturelle Gesundheitsförderung und Prävention. Gemeinsam mit zahlreichen Kooperationspartnern setzen sich das EMZ und MiMi-Bayern dafür ein, die Gesundheitskompetenz von Personen mit Migrations- und Fluchtgeschichte zu stärken und Gesundheitswissen zu vermitteln, um so die Übernahme von Eigenverantwortung zu ermöglichen. Zudem wird der Zugang zur Gesundheitsregelversorgung und zu Präventionsangeboten gefördert. Um dies zu erreichen, werden in Schulungen mit einem Umfang von 50 Stunden interkulturelle GesundheitsmediatorInnen ausgebildet. Teilnehmen können Personen mit Migrations- und Fluchtgeschichte, die über ein gutes Bildungsniveau und Sprachkenntnisse verfügen, sich für Gesundheitsthemen interessieren und anschließend selbstständig in ihren Communities aktiv werden möchten. Als Vorbereitung für ihre Tätigkeit als MiMi-MediatorInnen wird diesen Personen Wissen zu Gesundheit und Prävention von lokalen ExpertInnen aus dem Gesundheits- und Sozialsystem vermittelt. Bei den Themen handelt es sich zum Beispiel um den Aufbau und die Angebote des deutschen Gesundheitssystems, Impfschutz, Ernäh-

rung und Bewegung, Schwangerschaft und Familienplanung. Ergänzt werden die Themen um didaktische Inhalte und Informationen zu örtlichen Gesundheitsdiensten und Einrichtungen. Nach der Schulung geben die MediatorInnen ihr erworbenes Wissen in selbst organisierten, zwei- bis dreistündigen Veranstaltungen weiter. Diese finden kultursensibel, muttersprachlich und auf Augenhöhe in den jeweiligen migrantischen Communities statt. Dabei profitieren besonders Personen mit (noch) geringen Deutschkenntnissen und sozial Schwächere.



*Julia Meßmer, Landesprojektkoordinatorin
bei der Integrationskonferenz BGL*

MiMi wird derzeit an 15 Standorten in ganz Bayern umgesetzt. Seit 2021 kommen noch fünf weitere kleinere Partnerstädte /-regionen hinzu. In den vergangenen Jahren wurde immer wieder Bedarf und Interesse aus kleineren, ländlicheren Städten und Gemeinden gemeldet. Damit diese ebenfalls an MiMi teilhaben können, wurde ein neues Konzept entwickelt. Das Besondere daran ist, dass für rund fünf ausgewählte TeilnehmerInnen der Partnerstädte/-regionen eine gemeinsame, landesweit organisierte Vollschulung stattfindet. Nach der zentralen Schulung werden die MediatorInnen vor Ort eingesetzt und führen dort ihre Informationsveranstaltungen durch. Betreut werden sie

dabei vom MiMi-Zentrum Bayern in München, können sich bei spezifischen Fragen jedoch auch an einen Ansprechpartner vor Ort wenden. In der aktuellen Projektphase von 2023 bis 2024 sind erneut zwei landesweite Schulungen geplant. **Dafür werden bei Bedarf und Interesse zwei weitere Partnerstädte/-regionen aufgenommen.**

Kooperationspartner gesucht:

Mit einer Kleingruppe (ca. fünf Personen) kann die Umsetzung von MiMi im Landkreis BGL erfolgen.

Gesucht werden MigrantInnen, die an der landesweiten Schulung teilnehmen und im Anschluss eigene Veranstaltungen für MigrantInnen rund um das Thema Gesundheit im Landkreis durchführen wollen.

Sie kennen mögliche Interessenten?

→ Bitte melden Sie sich bei

Astrid Kaeswurm

(Integrationslotsin im Landkreis BGL, astrid-kaeswurm@lra-bgl.de)
oder Lena Gruber (Geschäftsstellenleiterin der Gesundheitsregion^{plus} im BGL, lena.gruber@lra-bgl.de)

Neben den beschriebenen Projektaktivitäten ist MiMi auch bei Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung sowie bei der Erstellung und Verbreitung von mehrsprachigen Gesundheitswegweiser aktiv. Die Wegweiser zu verschiedenen Themen können **hier** kostenlos bestellt oder heruntergeladen werden. Zudem haben das EMZ und MiMi-Bayern in den letzten Jahren Online-Module entwickelt, die speziell für die Nutzung mit Smartphones bzw. Tablets geeignet sind.

Weitere Informationen und Kontakt:

MiMi-Zentrum Bayern

Julia Meßmer

jmessmer@ethnomed.com

089-5203 5959

www.mimi.bayern

Quelle: MiMi-Bayern

... MEIKE KREBS-FEHRMANN ÜBER DAS PROJEKT „GREEN CARE“

Im Projekt „Green Care – Natur und psychische Gesundheit“, das gemeinsam vom Biosphärenreservat Rhön, bayerischer Teil, sowie der Biosphärenregion Berchtesgadener Land umgesetzt wird, liegen nun die wissenschaftlichen Ergebnisse der Begleitforschung vor (vgl. S. 3). Meike Krebs-Fehrmann von der Biosphärenregion hat die Umsetzung im BGL durchgeführt.

Frau Krebs-Fehrmann, was genau wurde in der Studie untersucht und was sind aus Ihrer Sicht die aussagekräftigsten Ergebnisse?

Meike Krebs-Fehrmann:

In der Studie haben wir uns vor allem auf zwei Aspekte kon-



zentriert. Zum einen, ob sich bestimmte Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, die in der Natur durchgeführt werden, zur Stressreduktion und Burnoutprävention für Menschen aus der Allgemeinbevölkerung eignen, und ob diese Übungen im psychosomatischen klinischen Reha-Bereich Menschen mit Depressionen helfen können, ihr Wohlbefinden zu verbessern. Zum anderen wurde untersucht, ob diese Übungen Auswirkungen auf naturschützende Handlungsbereitschaften haben. Aus der Umweltpsychologie wissen wir, dass eine emotionale Bindung zur Natur die Bereitschaft erhöhen kann, sich z.B. für Natur- und Umweltschutz zu engagieren. Wichtig war bei der Durchführung, dass die Natur keine bloße Kulisse darstellt, also Übungen aus dem Indoor-Bereich nicht einfach nach draußen verlegt wurden, sondern dass Interaktion mit der Natur stattgefunden hat z.B.

durch Tier- und Pflanzenbegegnungen, Sitzplatzsuche in der Natur, Arbeiten mit Symbolen aus der Natur, LandArt u.Ä. Ich habe für das Naturgestützte Achtsamkeitstraining, das ich für diese Kurse konzipiert habe, einige Übungen selbst entwickelt, wie z.B. eine Meditation zu den Himmelsrichtungen, zum Verwurzeln oder Yogaübungen, die am Baum durchgeführt werden.

Die Studie konnte zeigen, dass sowohl Menschen im präventiven als auch im klinischen Bereich von dem Training profitieren. Besonders freut mich, dass die positiven Effekte auch noch drei Monate nach Abschluss des Trainings messbar waren. Das deutet darauf hin, dass die Probanden die Übungen in ihren Alltag integrieren konnten und mittelfristig davon profitieren. Unsere Hauptskala war PANAS zur Messung positiver und negativer Affekte. Interessant ist hier u.a., dass die Achtsamkeitsübungen, die im Berchtesgadener Land zur Anwendung kamen, negative Affekte deutlich verringern konnten, während sich positive Affekte nur leicht verstärkt haben. Man könnte sagen, dass Menschen durch die Achtsamkeitsübungen in der Natur mehr ins Gleichgewicht kommen, was ihre Affekte angeht. Die Übungen aus der Wildnispädagogik, mit denen meine Kollegin aus dem Biosphärenreservat Rhön gearbeitet hat, haben hingegen vor allem die positiven Affekte deutlich verstärkt und konnten negative Affekte nur weniger reduzieren. Über die Gründe für diese Unterschiede in der Wirkungsweise wären weitere Studien notwendig. Aber egal ob stärker achtsamkeitsbasiert oder wildnispädagogisch, beide Ansätze sind sehr vielversprechend. Der ausführliche Abschlussbericht über die wissenschaftliche Begleitforschung der Universität Eichstätt-Ingolstadt mit allen Ergebnissen, kann auf der [Website der Biosphärenregion BGL](#) eingesehen werden.

Wie sah die Durchführung vor Ort konkret aus? M.K.-F.:

Das Naturgestützte Achtsamkeitstraining besteht aus 4 x 4 Stunden, wurde aber aufgrund der Pandemie und den Verzögerungen, die sich dadurch ergeben haben, auf 3 x 4 Stunden gekürzt. Im präventiven Bereich habe ich mit geschlossenen Kleingruppen von maximal 12 Erwachsenen gearbeitet. Wir waren an unterschiedlichen Orten im Landkreis mit ganz verschiedenen Landschaftstypen: Von Wimmern, das nördlich von Teisendorf in der Nähe des Surspeichers liegt, bis ins alpine Klausbachtal in der Ramsau, von Waldgebieten über Streuobstwiesen bis hin zu einem ausgetrockneten Flussbett. Denn uns hat auch interessiert, ob sich die Gegebenheiten in der Landschaft auf das Wohlbefinden der Probanden auswirken. Im klinischen Bereich war ich mit den Gruppen im Kirchholz, einem kleinen Stadtwald, in dem die Geräusche von Bad Reichenhall (Straßenverkehr, Kirchenglocken) hörbar sind, während meine Kollegin in der Rhön in einem abgeschiedenen größeren Waldgebiet war. Interessanterweise konnte bei der Wirksamkeit der Übungen kein Unterschied festgestellt werden, ob man sich in einem abgelegenen Waldgebiet, einem relativ lauten Stadtwald oder auf einer Wiese aufgehalten hat. Das ist eine sehr gute Nachricht. Denn häufig wird angenommen, man müsste sich möglichst weit abseits der Zivilisation begeben, um in der Natur Entspannung zu finden oder etwas für die eigene psychische Gesundheit zu tun. Dem ist nicht so. Der eigene Garten, die Parkanlage ein paar Straßen weiter, sind genauso geeignete Orte, um sich in Achtsamkeit durch Naturerleben zu üben. Vor und nach jeder Einheit haben die Probanden Fragebögen ausgefüllt. Ebenso wurden ausführliche Reflexionen nach den einzelnen Übungen durchgeführt.

(Fortsetzung nächste Seite)

Im Gespräch mit...

Begleitet hat mich im präventiven Bereich meistens Dr. Christoph Rothmayr, ein Psychologischer Psychotherapeut von der Caritas. Im klinischen Bereich hat mich Sandra Rank, Achtsamkeitstrainerin, unterstützt.

Wie lässt sich eine positive Wirkung auf die psychische Gesundheit in der Natur am besten erzielen?

M.K.-F.: Entscheidend sind meiner Meinung nach die Übungen und die Einstellung dazu. Bei den achtsamkeitsbasierten Übungen geht es darum, sich mit dem gegenwärtigen Moment zu verbinden, das, was man vorfindet, neugierig und wohlwollend anzunehmen ohne darüber zu urteilen. So können Gedankenspiralen, die sich ja häufig mit Vergangenen, Zukünftigem oder Fantasien befassen, kurzzeitig unterbrochen werden. Die Natur eignet sich sehr gut dafür, Anker zur Gegenwart zu finden. Alles, was wir sinnlich wahrnehmen können, z.B. das Zwitschern eines Vogels, der Geruch von Laub, aber auch der eigene Gleichgewichtssinn, kann uns daran erinnern, dass wir hier in diesem Moment sind. Sich wieder als Teil der Natur zu erleben, kann sinnstiftend sein und dem Gefühl von Entfremdung entgegenwirken. Die Messung von physischen oder chemischen Reaktionen war nicht Teil der Studie. Aus anderen Studien ist bekannt, dass sich die Atmung und das Herz-Kreislaufsystem in der Natur regulieren und sich Aufenthalte im Freien auf die Ausschüttung bestimmter Hormone positiv auswirken können. Ich empfehle, möglichst die Natur vor der

eigenen Haustür zu nutzen und nicht den Anspruch zu haben, erst einen perfekten Naturraum finden zu müssen, bevor man mit den Übungen anfangen kann. In Meditationskursen im Indoor-Bereich wird häufig empfohlen, sich einen abgeschiedenen störungsfreien Ort zu suchen. Ich werde häufiger von Menschen mit Meditationserfahrung gefragt, ob es in der Natur nicht zu viele Ablenkungen gäbe. Auch hier ist es meiner Meinung nach eine Frage der Sichtweise. Ist das Zwitschern eines Vogels, das Rascheln eines Tieres im Laub eine Störung oder ein Geschenk, das die Natur mir in diesem Moment macht? Wir üben in der Achtsamkeit ja auch Gelassenheit und ein Stückweit Gleichmütigkeit gegenüber dem, was sich gerade zeigt. Und wenn wir ganz ehrlich sind: Unser Alltag ist nun einmal voll von Geräuschen und Ablenkungen. Wer auf eine Gelegenheit wartet, in Abgeschiedenheit und Stille meditieren zu können, wird wahrscheinlich gar nicht erst damit anfangen und sich nur unnötig unter Druck setzen. Sinneswahrnehmungen sind Anker und damit Geschenke, die mir die Verbindung zur Gegenwart erleichtern können. Und einen Anker haben wir ja immer dabei: unseren eigenen Atem.

Inwiefern waren Partner aus dem Landkreis eingebunden und gibt es Überlegungen, die Erkenntnisse aus der Studie in die Praxis zu übertragen und der Bevölkerung zugänglich zu machen?

M.K.-F.: Durch die Corona Pandemie war es nicht leicht, einen klini-

schen Partner für die Studie im Landkreis zu finden. Die Klinik Alpenland mit Dr. Florian Katzlberger als leitender Chefarzt der psychosomatischen Abteilung, hat sich schließlich als Kooperationspartner bereit erklärt, wofür ich mich an dieser Stelle nochmals herzlich bedanken möchte. Im präventiven Bereich hat Dr. Helga Huber von der Volkshochschule Ruppertwinkel Freilassing die Kurse mitbeworben. Bei der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft, im Rahmen des Gesundheitsforums und über diesen Newsletter aber auch über die Tagespresse, hatte ich immer wieder Gelegenheit, über den Fortlauf des Projekts zu informieren. Zu Beginn des Projekts hatten wir auch die niedergelassenen Psychotherapeuten zu einer Infoveranstaltung eingeladen, von denen einige die Kurse über ihre Praxen mitbeworben haben. Derzeit arbeiten meine Kollegin aus der Rhön und ich an einer Broschüre für die Allgemeinbevölkerung, in der viele Übungen aus unseren Kursen erklärt und angeleitet werden, so dass Einzelpersonen diese selbständig in der Natur durchführen können. Das aktuelle Projekt läuft mit Ende September 2023 leider aus. Ein nächster Schritt könnte sein, das Trainingskonzept in Multiplikatorenschulungen an Fachleute aus dem Gesundheitsbereich, die mit Gruppen im psychotherapeutischen oder präventiven Bereich arbeiten, weiterzugeben. Hierzu gibt es derzeit aber noch offene Fragen bezüglich Finanzierung und Umsetzung.

Vielen Dank für das Interview!

Hintergrund: „Green Care“ - Warum in den Biosphärengebieten?

Die Biosphärenregion BGL und das Biosphärenreservat Rhön wurden von der UNESCO 1990 bzw. 1991 als Modellregionen für nachhaltige Entwicklung ausgezeichnet und gehören damit zu einem Weltnetz von über 700 Biosphärenreservaten. Beide Biosphärengebiete zeichnen sich durch eine besonders charakteristische Natur- und Kulturlandschaft

aus. Ihr Erholungswert stellt die wesentliche Grundlage eines naturaffinen Gesundheitstourismus dar und ist gleichermaßen für eine gesundheitsbezogene Nutzung des Naturraums durch Einheimische prädestiniert. Außerdem verfügen beide Regionen über eine bedeutende Kurtradition mit berühmten Kurorten und Heilbädern. Zu den Aufgaben von

Biosphären gehört es u.a. neue Methoden zu gesellschaftlichen und nachhaltigkeitsbezogenen Herausforderungen zu erproben und Lösungsansätze zu entwickeln, immer mit dem Fokus „Mensch und Natur im Einklang“.

Weitere Infos & Kontakt:

meike.krebs-fehrmann@reg-ob.bayern.de
www.biosphaerenregion-bgl.de/green-care

NEUE ANSPRECHPARTNER IM NETZWERK

Franziska Fritz, Kreisgeschäftsführung Caritas-Zentrum BGL



„Grüß Gott zusammen! Mein Name ist Franziska Fritz und ich bin Rainer Hoffmanns Nachfolgerin als Kreisgeschäftsführung des Caritas-Zentrums BGL. Ich habe Germanistik, Philosophie und Religionswissenschaft in München und Erfurt studiert, bin 39 Jahre alt und durfte an verschiedenen Stellen, u. a. in Strategieprojekten, als

Organisationsentwicklerin und stv. Geschäftsleitung, Erfahrung im Caritasverband sammeln. Der Wechsel in meine Heimat, das Berchtesgadener Land, macht mich sehr froh.

Für die Caritas engagiere ich mich, weil ich es als tieferen Sinn erlebe, einander beizustehen, rat- und hilfesuchende Menschen zu unterstützen, soziale Benachteiligung im eigenen Einflussbereich auszugleichen und Awareness für marginalisierte Gruppen zu schaffen. Das ist mein *Warum* und ich freue mich darauf, es partizipativ in Aktion zu übersetzen und weiterzuentwickeln.

Die Caritas trägt mit ihren Diensten und Einrichtungen nachhaltig zum Gesundwerden und Gesundbleiben bei. Dabei dient uns die Agenda 2030 mit ihren 17 Nachhaltigkeitszielen als Referenz-

rahmen, zum Beispiel SDG 3 Gesundheit und Wohlergehen. Mit Angeboten aus den Bereichen Pflege, Betreuung, Beratung, Begleitung, Erziehung und Netzwerkarbeit richten wir uns insbesondere an

- ◆ Kinder, Jugendliche und Familien
- ◆ Seniorinnen und Senioren
- ◆ Menschen mit psychischen Erkrankungen
- ◆ Menschen mit Suchterkrankungen
- ◆ Menschen, die arm oder armutsgefährdet sind
- ◆ Menschen mit Fluchthintergrund.“

Kontakt

Caritas-Zentrum BGL
Salzburger Straße 29b
83435 Bad Reichenhall
08651/7169-0

E-Mail: Caritaszentrumvgl@caritasmuenchen.org
www.caritas-berchtesgadener-land.de

Quelle: Caritas BGL

Priv.-Doz. Dr. med. Tobias J. Lange, Kliniken Südostbayern



„Gerne möchte ich mich als neuer Ansprechpartner der KSOB im Weiterbildungsverbund Allgemeinmedizin BGL bei Ihnen vorstellen. Als Facharzt für Innere Medizin und Pneumologie mit der Zusatzbezeichnung In-

tensivmedizin bin ich seit Oktober 2022 als Chefarzt der Abteilung für Innere Medizin II, Pneumologie und Beatmungsmedizin, an der Kreisklinik Bad Reichenhall tätig. Mein beruflicher Werdegang hat mich nach Medizinstudium und meiner Zeit als Arzt im Praktikum an der Universität Leipzig für 2 Jahre an die Uniklinik Münster in die Abteilung für Hämatologie, Onkologie und Pneumologie geführt. Die letzten 17 Jahre habe ich in Regensburg verbracht, seit 2009 als Oberarzt der Klinik für Innere Medizin II, Bereiche Pneumologie und Intensivmedizin, am Universitätsklinikum.

In Bad Reichenhall möchten wir jungen Kolleginnen und Kollegen im Rahmen des Weiterbildungsverbundes auch weiterhin die Möglichkeit

bieten, für ihre Ausbildung solide internistische und / oder chirurgische Grundkenntnisse zu vermitteln. In beiden großen Gebieten der Medizin decken wir hier sehr viele Bereiche ab: [Link zur Website!](#)

Haben Sie Fragen, Anregungen oder vielleicht Interessenten für die Weiterbildung an unserer Klinik, dann nehmen Sie gerne jederzeit Kontakt auf über das Sekretariat.

Kontakt

Kliniken Südostbayern AG
Kreisklinik Bad Reichenhall
Sekretariat Innere Medizin I
E-Mail: sekretariat.innere1.rei@kliniken-sob.de

Sehr gerne stehe ich Ihnen auch persönlich zur Verfügung!“

Quelle: Kliniken SOB AG

FACHTAG ZUM THEMA SUIZIDPRÄVENTION: „Einsame Wege. Gemeinsame Auswege.“

Der 2. Psychiatrie-Fachtag unter der Moderation von Roman Lenzhofer, Vorsitzender der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft BGL, widmete sich dem Thema Suizidprävention. Erfahrene Experten beleuchteten das sensible Thema Suizid aus unterschiedlichen Richtungen und zeigten den zahlreichen Fachkräften bewährte Ansätze und neue Aspekte im Umgang mit Betroffenen und ihrem sozialen Umfeld auf. Die Veranstaltung fand unter der Schirmherrschaft von Landrat Bernhard Kern und Bezirksrat Georg Wetzelsperger statt, der Grußworte an die Teilnehmenden richtete.

Die Gesamtzahl der Suizide in Deutschland hat sich in den vergangenen 40 Jahren nahezu halbiert, ist aber immer noch höher als die Anzahl der Sterbefälle durch Verkehrsunfälle, illegale Drogen, AIDS/HIV und Gewaltverbrechen zusammen. Entgegen der allgemeinen Annahme sind Suizidzahlen im ländlichen Raum höher als in Ballungsgebieten. Dies zeigt sich auch im Landkreis Berchtesgadener Land mit überdurchschnittlichen Suizidraten.

Auch in der Steiermark war eine ähnliche Problemlage zu beobachten. Hier entschied man sich aus dem Gesundheitsfonds ein Präventionskonzept zu starten. Aus diesem Grund wurden Mag. Brigitte Felfer, klinische

Gesundheitspsychologin und Psychoonkologin, und Dr. Anna Sigmund, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin sowie Psychotherapeutin, eingeladen, um das Projekt „GO-ON Suizidprävention Steiermark“ vorzustellen, wo die Schulung von Fachpersonal und Laien im Vordergrund steht. Hierbei geht es um

Themen wie die Enttabuisierung von Suizid, die Vermittlung von Kompetenzen sowie das Aufzeigen von Hilfsmöglichkeiten. Die Aufklärungsarbeit basiert auf Erkenntnissen wissenschaftlicher Studien.

Dr. Rupert Müller, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Chefarzt am kbo-Inn-Salzach-Klinikum Freilassing, skizzierte den Ist-Zustand mit Zahlen auch im weltweiten Vergleich, von Alters- und Geschlechterverteilung bis hin zu möglichen Erklärungsmodellen.

Aus ihrer Erfahrung heraus hat Mag. Maria Trigler, Klinische Psychologin und Psychotherapeutin am Kardinal Schwarzenberg Klinikum, festgestellt, dass das Zugehen auf Betroffene und

der Aufbau einer Beziehung entscheidend ist.

Roman Lenzhofer betonte abschließend hinsichtlich des Urteils zum assistierten Suizid auch die Wichtigkeit für den Ausbau und die



Schirmherr Bezirksrat Georg Wetzelsperger (3.v.r.) und Roman Lenzhofer (links), Vorsitzender der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft, mit den Referenten des Fachtags: Dr. Rupert Müller (rechts), Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Chefarzt am kbo-Inn-Salzach-Klinikum Freilassing, Mag. Maria Trigler (2.v.r.), Klinische Psychologin und Psychotherapeutin am Kardinal Schwarzenberg Klinikum sowie Mag. Brigitte Felfer (2.v.l.) und Dr. Anna Sigmund (3.v.l.) von GO-ON Suizidprävention Steiermark.

weitere Professionalisierung der Präventionsarbeit, insbesondere auch im ländlichen Raum.

Im Rahmen der Netzwerkarbeit der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft und der Gesundheitsregion^{plus} wurde kürzlich ein Flyer mit regionalen Anlaufstellen zum Thema „Hilfe in psychischen Krisensituationen“ zusammengestellt. Der Krisendienst Psychiatrie Oberbayern ist beispielsweise rund um die Uhr unter der Nummer 0800 655 3000 erreichbar und bietet professionelle Hilfe bei seelischen Krisen. Das Angebot beinhaltet telefonische und persönliche Krisenintervention, ambulante Krisentermine sowie Vermittlung in weiterführende Hilfen. —> *Weitere Informationen zum Flyer auf Seite 6*

Der Fachtag wurde in Kooperation der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft und der Gesundheitsregion^{plus} veranstaltet und stellte eine Möglichkeit zum fachlichen Austausch für die Netzwerkpartner dar. Unterstützer waren der Bezirk Oberbayern, der Landkreis Berchtesgadener Land, das kbo-Inn-Salzach-Klinikum Freilassing und die gGmbH des Projektvereins.

Quelle: LRA BGL



Der 2. Psychiatrie-Fachtag BGL stieß auf großes Interesse.

TRIALOG ÜBER PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN IM KBO-ISK FREILASSING

Die Plattform Trialog wurde von Fachpersonal des kbo-Inn-Salzach-Klinikums Freilassing als Projekt gegründet. Das Seminar ist ein Ort des gegenseitigen Austauschs und der Diskussion, dem Erzählen von Wahrnehmungen und Erlebnissen, mit dem Ziel, das Verständnis für die Sichtweisen des jeweilig anderen zu erweitern.

Auf der Plattform Trialog treffen sich:

- ◆ psychiatrienerfahrene Menschen
- ◆ Angehörige z. B. Eltern, Kinder, Partner/-innen oder Freunde
- ◆ Fachpersonal bzw. Mitarbeitende psychosozialer Einrichtungen
- ◆ sowie weitere Interessierte wie z. B. ehrenamtlich Tätige, Studierende, Praktikant/-innen

Ziel des Trialogs ist es, sich darüber auszutauschen, wie psychische Probleme zu verstehen sind und wie entsprechende Hilfen aussehen können. Ängste und Vorurteile gegenüber dem Thema Psychiatrie sollen abgebaut und gegenseitiges Verständnis und Toleranz gefördert werden.

Nach Möglichkeit wird die Diskussion über die wechselnden Themen durch kurze Impulsvorträge aus den unterschiedlichen Blickwinkeln eröffnet.

Bei den nächsten Terminen sind dies folgende Themen:

- ◆ 25.07.2023: Macht »Wahn« Sinn
- ◆ 26.09.2023: »Gesichter der Angst« von Schutz bis Ohnmacht

- ◆ 28.11.2023: »Spiritualität und psychische Erkrankung« – Jedem das Seine oder religiöser Wahn

Veranstaltungsort:

Tagesklinik Freilassing, Raum E.09
Vinzentiusstraße 9, 83395 Freilassing
Die Trialoge finden von 18:30 - 20 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Ansprechpartnerin:

Petra Ohlendorf
Tel.: 08654 7705-170
Mail: petra.ohlendorf@kbo.de
www.kbo-isk.de

Quelle: kbo-Inn-Salzach-Klinikum Freilassing

BAYERISCHER BERICHT ZUM THEMA: „WENN EINSAMKEIT KRANK MACHT“

„Einsamkeit ist nicht das selbst gewählte Ab-standhalten oder sich Abwenden. Sie ist etwas anderes als soziale Isolation oder Alleinleben. Einsamkeit ist das Gefühl, nicht ausreichend tiefe soziale Beziehungen zu haben, wie man sie für ein zufriedenes Leben brauchen würde. Dieses Gefühl können Menschen jeden Alters haben. Die Corona-Pandemie hat uns diese Tatsache vor Augen geführt. Noch ist das gesamte Ausmaß der Auswirkungen dieser Zeit nicht bekannt und erforscht. Sicher ist: Einsamkeit schmerzt. Sie kann krankmachen. Deshalb habe ich die gesundheitlichen Folgen von Einsamkeit auf die politi-

sche Agenda in Bayern gesetzt. Wir haben Einsamkeit zum Schwerpunkt-Thema für 2023 gemacht. Denn das Thema ist über individuelle Schicksale hinaus gesamtgesellschaftlich bedeutend. Zahlreiche Studien haben chronische Einsamkeit als Risiko-faktor für körperliche und psychische Krankheiten identifiziert. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus, Demenz oder für psychische Erkrankungen ist bei chronischer Einsamkeit erhöht. Mit unserem Präventionsschwerpunkt „Licht an. Damit Einsamkeit nicht krank macht.“ wollen wir Einsamkeit entstigmatisieren, ein größeres Bewusstsein für die Problematik

schaffen und Hilfsangebote aufzeigen.“, so der Bayerische Gesundheitsminister Klaus Holetschek.

Der vom StMGP herausgegebene Bericht fokussiert auf die gesundheitlichen Folgen von chronischer Einsamkeit. Zudem werden individuelle Risikofaktoren von Einsamkeit beschrieben. Zielgruppe des Berichts sind sowohl die breite Öffentlichkeit als auch Fachleute, die sich beruflich mit dem Thema Einsamkeit beschäftigen.

[Hier steht der vollständige Bericht zum Download zur Verfügung.](#)

Quelle: StMGP

ONLINE-FACHTAGUNG „AUFWACHSEN IN KRISENZEITEN“

In Deutschland sind die Chancen auf ein gesundes Aufwachsen ungleich verteilt. Das Kindes- und Jugendalter ist durch zahlreiche biologische, körperliche, psychische und soziale Veränderungsprozesse geprägt, die herausfordernd und belastend sein können, insbesondere in Kombination mit schwierigen sozialen Bedingungen. In den letzten Jahren hat sich die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zunehmend verschlech-



tert. Die gesundheitlichen und gesellschaftlichen Entwicklungsmöglichkeiten eines Menschen hängen stark vom allgemeinen und psychischen Gesundheitszustand in der Zeit des Aufwach-

sens ab, weshalb der Bedarf für Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen besonders hoch ist.

Die Online-Fachtagung wird organisiert von der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Bayern (KGC).

Weitere Infos und Anmeldung: [hier](#)

Quelle: KGC

SCHULUNG VON DEMENZ-PARTNERN

In der Arbeitsgruppe Demenz, die über das Netzwerk Soziale Dienste eingerichtet wurde, wurden diverse Aktionen und Veranstaltungen zum Thema Demenz geplant. Eine Ausstellung, die einen Einblick in das Leben eines Demenzkranken gibt, war in mehreren Gemeinden zu besichtigen. Begleitend wurden Kompaktkurse mit Roswitha Moderegger von der Alzheimergesellschaft Südostbayern angeboten. Den erfolgreichen Auftakt mit vielen interessierten Teilnehm-



V.l.: Mathias Förg (AOK), Roswitha Moderegger (Alzheimergesellschaft SOB), Caroline Puhlmann (Pflegerstützpunkt), Theresia Petram und Helmut Grundner (beide Sparkasse)

den machten die AOK Bad Reichenhall und die Sparkasse BGL. Zum Kompaktkurs eingeladen waren Un-

ternehmen, die demenzfreundlicher Arbeitgeber werden wollten, sowie an alle Interessierten, die sich informieren und zu einem demenzfreundli-

chen Miteinander im Landkreis beitragen möchten.

Für die Bayerische Woche der Demenz und zum Jahresende sind weitere Aktionen geplant. Mit der Initiative „Demenz-Partner“ verfolgt die Deutsche Alzheimergesellschaft das Ziel, über Demenzerkrankungen aufzuklären und für die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu sensibilisieren.

Interessierte an den 90-minütigen Kompaktkursen können sich an die Alzheimergesellschaft SOB wenden: www.alzheimer-suedostbayern.de

Quellen: LRA BGL, AOK R'hall, Alzheimergesellschaft

STABWECHSEL IN DER SENIOREN- UND BEHINDERTENARBEIT IM LANDKREIS

In einer Feierstunde bedankte sich Landrat Bernhard Kern bei der Senioren- und Behindertenbeauftragten Barbara Müller für ihre wertvolle und engagierte Arbeit, mit der sie über viele Jahre hinweg landkreisweit die Rahmenbedingungen für ältere Menschen und für Menschen mit Behinderung entscheidend weiterentwickelt hat.

2011 wurde Barbara Müller als Seniorenbeauftragte für den Landkreis bestellt, mit der Aufgabe, das für den Landkreis erarbeitete Seniorenpolitische Gesamtkonzept umzusetzen. Zahlreiche Projekte hat sie dazu initiiert, unterstützt oder selbst durchgeführt, zum Beispiel den Generationenbund, den Pflegerstützpunkt, die enge Zusammenarbeit mit den Seniorenbeauftragten der Gemeinden,

die Fortschreibung des Seniorenpolitischen Gesamtkonzeptes mit Teilhabeplanung, die Weiterentwicklung der „Arbeitsgemeinschaft Soziale Dienste“ zum „Netzwerk Soziale Dienste“.



V.l.: Bernhard Hager, Larissa Messmer, Barbara Müller, Caroline Puhlmann, Landrat Bernhard Kern

„Die Arbeit als Senioren- und Behindertenbeauftragte, die vielen Gespräche mit den Bürgerinnen und Bürgern und die enge Zusammenarbeit mit den zahlreichen Akteuren im Landkreis waren für mich sehr bereichernd. Nach zwölf Jahren im Amt der Seniorenbeauftragten und knapp fünf Jah-

ren als Behindertenbeauftragte ist es für mich nun an der Zeit, mich einer neuen Aufgabe zu widmen. Daher freue ich mich sehr, in Nachfolge von Andrea Krammer die Leitung der Freiwilligenagentur des Landkreises zu übernehmen“, betonte Barbara Müller.

Als neue Seniorenbeauftragte bestellte Landrat Bernhard Kern Caroline Puhlmann, die bereits seit vielen Jahren in der Projektarbeit für Senioren tätig ist. Das Amt der Behindertenbeauftragten übergab er an Larissa Messmer, die in der Projektarbeit für Menschen mit Behinderung ebenfalls über langjährige Erfahrung verfügt. Für ihre sehr gute Arbeit und ihr großes Engagement bedankte sich Landrat Bernhard Kern bei Barbara Müller und wünschte gleichzeitig allen viel Erfolg bei ihren neuen Aufgaben. Quelle: LRA BGL

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER PFLEGE: BGF-PREIS 2023

Die AOK Bayern schreibt zum dritten Mal den BGF-Preis 2023 Gesunde Pflege aus. Mit der Auszeichnung werden versprechende Ansätze zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) prämiert. Der diesjährige Wettbewerb steht unter dem Motto

„Gemeinsam Vielfalt leben!“ Gesucht werden Unternehmen aus der Pflegebranche, die durch einen gezielten Umgang mit Vielfalt, eine gesunde Organisationskultur und die Gesundheit der Mitarbeitenden nachhaltig fördern. Bis zum 31.07.2023 können

interessierte Pflegeeinrichtungen mit ihren Konzepten bewerben.

Weitere Infos hier.



Quelle: AOK

INITIATIVE „WALK & TALK“ DER SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE BGL IN FREILASSING

Die Selbsthilfekontaktstelle im Landkreis Berchtesgadener Land startet ein neues Angebot: Einen „Walk & Talk-Treff“ zum gemütlichen Spazie-

rengehen und Austauschen.

Treffpunkt ist mittwochs um 18 Uhr an der Kreuzung Zollhäuslstraße 12/ Saalachwehr in Freilassing. Der erste

Termin findet am Mittwoch, den 20. September 2023 um 18:00 Uhr statt. Die ersten Termine werden begleitet. Danach geht es selbstorganisiert weiter.

Das Angebot richtet sich an alle, die in der Stadt neu angekommen sind oder wenig Kontakte haben - an alle, die Interesse

an Gesprächen haben, die über Smalltalk hinausgehen sowie an alle, die Lust haben, neue Leute kennenzulernen.

Quelle: Selbsthilfekontaktstelle BGL



Ansprechpartnerin:

Helena Nuss

selbsthilfe-bgl@projekteverein.de

Tel. 08654 770447-3

Weitere Informationen:

www.seko-bayern.de

DIE LANDEsarbeitsgemeinschaft FÜR ZAHNGESUNDHEIT UNTERWEGS IM BGL

Die Landesarbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit (LAGZ) setzt sich unter anderem im Rahmen von Kindergärten- und Schulbesuchen für eine Aufklärung über zahngesunde Ernährung und die richtige Mundhygiene ein. Dr. Ulrike Arnold-Kowald ist die Leiterin der LAGZ im Landkreis Berchtesgadener Land und gibt einen Einblick in die Arbeit der LAGZ vor Ort:

Wären wir nicht alle gerne Haifische? Dann würden uns nach und nach unsere kompletten Zahnreihen nachwachsen und wir bräuchten niemals Zähneputzen... Leider oder zum Glück schaut die Realität anders aus: Wir haben nur zwei „Garnituren“ an Zähnen und deswegen müssen wir auf diese besonders achtgeben. Wir besuchen Schulen und Kindergärten und erklären den Kindern verständlich, wie Zahngesundheit ein Leben lang erhalten bleibt.

Es soll jedem klar werden, dass wir

unsere Zähne ESSENTiell sind und wir dafür täglich nur ein paar Minuten Zeit aufwenden müssen. Selbstverständlich zeigen wir, wie Zahnzwischenraumpflege aussieht und erklären, warum Zungenreinigung so wichtig ist.



Dr. Ulrike Arnold-Kowald, Leiterin LAGZ BGL

Zähneputzen ist cool und kann richtig Spaß machen. Begeisterung ist der

erste Schritt zur täglichen GRÜNDLICHEN Mundhygiene. „LUST AUF GESUNDE ZÄHNE“ lautet das Motto der LAGZ. Ich möchte kurz darauf eingehen, was die LAGZ zur Gesundheit der Kinder beitragen kann:

Primäres Ziel ist Prophylaxe. Es geht darum, möglichst anschaulich Informationen an Kinder und Jugendlichen weiterzugeben, wie wichtig gesunde Zähne und Ernährung für den Gesamtorganismus sind. Dabei wird nicht in den Mund der Kinder geschaut. In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen stehen Gelder zur Verfügung, die jedem Kind ein Geschenk zu kommen lässt in Form von einem kompletten Zahnpflegeset, so ist neben der „Software“ auch für die „Hardware“ gesorgt.

Wir LAGZ Zahnärzte betreuen zahlreiche Kindergärten und Schulen im gesamten Landkreis und waren auch auf dem Kindertag des Landkreises Berchtesgadener Land vertreten.

Quelle: Dr. Ulrike Arnold-Kowald, Leiterin der LAGZ (Berchtesgadener Land)

NETZWERK HOSPIZ: BERATUNGSANGEBOT IN KOOPERATION MIT ONKOLOGISCHER PRAXIS

Über Sorgen und Ängste sprechen: frühzeitige palliativmedizinische Beratung bei Tumorerkrankungen

Wer mit der Diagnose einer Tumorerkrankung konfrontiert ist, die bereits so fortgeschritten ist, dass trotz Therapie eine vollständige Ausheilung nicht mehr möglich ist, macht sich viele Gedanken über den weiteren Verlauf seines Lebens.

Es kommen Fragen auf, die weit mehr Themenbereiche umfassen als die eigentliche Tumorthherapie. Damit diese Patienten aufgefangen werden können, bietet das Netzwerk Hospiz in Zusammenarbeit mit der onkologischen Gemeinschaftspraxis Dres. med. Stöberl und Tanzer in Bad Reichenhall und Freilassing eine kostenlose palliativmedizinische Sprechstunde an.



Mittwochvormittags haben die Mitarbeiterinnen des Netzwerk Hospiz ein offenes Ohr für Patienten und/oder Angehörige,

um in Ruhe über ihre Sorgen und Bedenken sprechen zu können. Dabei werden nicht nur medizinische Fragen zur Behandlung von belastenden Symptomen wie Schmerzen, Atemnot, Übelkeit und Angst thematisiert. Ein wichtiger Bestandteil der Beratung sind Themen, die darüber hinausgehen: Pflegerische Fragestellungen, die neben der Versorgung mit Hilfsmitteln auch die nicht-medikamentöse Behandlung von Symptomen umfassen, soziale Beratung zu finanziellen und anderen Unterstützungsmöglichkeiten, aber auch Tipps zur Gesprächsführung, beispielsweise mit Angehörigen, sind Themenkomplexe, die im Rahmen einer onkologischen Behandlung oft nur unzureichend angesprochen werden. Die Sprechstunde befasst sich ebenso mit den Möglichkeiten, die Versorgung zu Hause zu optimieren und somit unerwünschte Krankenhauseinweisungen zu vermeiden. Dabei spielt die Vorsorgeplanung, wie z.B. die Niederschrift von Wünschen

nach Therapiebegrenzung im Rahmen einer Patientenverfügung, eine wichtige Rolle. Auch spirituelle Fragen, die bei der Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit auftreten, werden wertschätzend und empathisch begleitet.

Die Lebensqualität auch bei fortgeschrittener Erkrankung zu erhalten, ist das wichtigste Ziel eines palliativmedizinischen Behandlungsansatzes. Bei frühzeitiger Einbindung in die onkologische Therapie können Unterstützungsangebote optimal vorbereitet werden und somit die persönlichen Bedürfnisse bis zuletzt respektiert werden. Die palliativmedizinische Sprechstunde in der onkologischen Praxis möchte dazu einen Beitrag leisten.

[Kontakt und weitere Infos zum Netzwerk Hospiz:](http://www.netzwerk-hospiz.de)
www.netzwerk-hospiz.de

Quelle: Dr. Stefanie Appel, Stellv. Ärztliche Leiterin im Netzwerk Hospiz

BÜRGERTELEFONKREBS - ein Angebot des Bayerischen Zentrums für Krebsforschung

Nach einer Krebsdiagnose gibt es viele Fragen, aber das erste ärztliche Gespräch ist dann oft schon vorbei. Damit die Betroffenen und deren Angehörige nicht bis zum nächsten Behandlungstermin warten müssen, wurde das BürgerTelefonKrebs am Bayerischen Zentrum für Krebsforschung (BZKF) eingerichtet.

Das BürgerTelefonKrebs ist ein Angebot des BZKF. Seit der Gründung im November 2019 eröffnet das BZKF PatientInnen in Bayern mit der Diag-

nose Krebs neue Wege bei der Behandlung. Mit dem Zusammenschluss der sechs bayerischen Universitätsklinika in Augsburg, Erlangen, den zwei Standorten in München, Regensburg und Würzburg wird nicht nur die Krebsforschung gefördert, sondern auch Kompetenzen und Wissen zu den Themen Früherkennung, Therapie und Nachsorge von Tumo-



rerkrankungen gebündelt. Durch die Verteilung der Standorte in ganz Bayern kann eine flächendeckende und interdisziplinäre Versorgung für Betroffene gewährleistet werden – unabhängig vom Wohnort. Quelle: BZKF

Das BürgerTelefonKrebs bietet u.a. folgende Hilfe:

Gespräche zum Thema Früherkennung, Diagnose, Therapie und Nachsorge von Tumorerkrankungen, individuelle Beratung, Orientierung im Gesundheitswesen, gezielte Vermittlung an heimatnahe Spitzenzentren und Experten, Kontakte zu Selbsthilfegruppen und weiterführenden Hilfsangeboten

Das Onkologische Zentrum am Klinikum Traunstein ist von der deutschen Krebsgesellschaft zertifiziert.

Weitere Infos: [hier](#).

NETZWERKSTELLE HEBAMMENVERSORGUNG BGL-TS: Werbung um Hebammennachwuchs an der Katholischen Stiftungshochschule München

Im Mai 2023 fand an der Katholischen Stiftungshochschule München der eigens von der Hochschule organisierte, jährliche „Career Day“ statt. Studierende, Absolventen, aber auch Studieninteressierte erhielten die Gelegenheit, sich mit Vertretern von über 100 Einrichtungen der Sozialen Arbeit, der Religions- und Kindheitspädagogik sowie aus dem Bereich Gesundheit und Pflege auszutauschen.

Auch die Netzwerkstelle Hebammenversorgung der beiden Landkreise Traunstein & Berchtesgadener Land nutzte die Gelegenheit, um sich und die Region erfolgreich zu präsentieren. Bei den Hebammenstudentin-

nen und Berufsinteressierten stieß insbesondere das Stipendium der Netzwerkstelle auf großes Interesse. Daneben waren das Angebot zur Ableistung ambulanter Praktika in den beiden Landkreisen sowie die Kontaktvermittlung zu geeigneten Praxisanleiterinnen aus der Region sehr gefragt.

Auch im nächsten Jahr wird die Netzwerkstelle der Einladung der Hochschule gerne wieder folgen.

Zudem wird aktuell die Umsetzung einer Kooperation mit der Hochschule geprüft, welche die praktische Ausbildung Hebammenstudierender in der Geburtshilfe der Kliniken Südbayern ermöglichen würde.



Die Hebammentätigkeit wird auf diversen Bildungsmessen vorgestellt, hier: Benedict Arnds (r.) mit Elisabeth Krenn (Hebamme) und Anna Sunkler (l., Hebammenstudentin) am Motivations-tag „Zukunft für alle“ in Berchtesgaden

Quelle: NSHV BGL-TS

HEBAMME AN DER KREISKLINIK BAD REICHENHALL IN DEN RUHESTAND VERABSCHIEDET: 42 Jahre im Dienst für Frauen und Neugeborene

Rund 3.000 Geburten hat Angelika Aicher als Hebamme an der Kreisklinik Bad Reichenhall begleitet. Jetzt geht sie in den wohlverdienten Ruhestand.

Seit sie denken kann, wollte Angelika Aicher mit Babys arbeiten. Allerdings hatten ihre Eltern andere Vorstellungen. Sie wollten, dass die Tochter im Ort bleibt, in dem sie aufgewachsen ist, in Weißbach an der Alpenstraße. Die Berufsmöglichkeiten im Dorf waren eher überschaubar, so machte sie zuerst eine Ausbildung zur Bürokauffrau. Glücklicherweise war sie dabei nicht. Sie fieberte ihrem 18. Geburtstag entgegen, an dem sie endlich selbst über ihr Leben entscheiden konnte. Fest entschlossen doch noch ihren Traumjob ergreifen zu können, machte sie sich am Tag der Volljährigkeit auf den Weg zum Arbeitsamt. Dort empfahl man ihr eine Ausbildung zur Hebamme.

Die nächste Ausbildungsmöglichkeit war in München. An der Frauenklinik in der Maistraße wurde sie vorgestellt und hatte „riesiges Glück“. Sie bekam

einen der begehrten Ausbildungsplätze. Drei Jahre durchlief sie die Hebammenausbildung an der Uniklinik

und lebte im angrenzenden Wohnheim. Sie genoss die fundierte und praxisbezogene Ausbildung, für die es damals keine Vergütung gab. „Da wir direkt neben der Klinik gewohnt haben, wurden wir an unseren freien Tagen oder in der Nacht sofort gerufen, wenn besondere Vorkommnisse bei der Geburt auftraten. Dadurch haben wir schon in der Ausbildung alle Besonderheiten, die es bei einer Geburt geben kann, kennengelernt“, erinnert sich die Hebamme an diese aufregende Zeit.

1980 beendete sie die Ausbildung in der Landeshauptstadt und möchte unbedingt wieder nach Hause. Nach vier Monaten im Ebersberger Krankenhaus, wechselte sie am 1. Januar 1981 an die Klinik in Bad Reichenhall. Von nun an arbeitete sie als Hebamme im Kreißaal der Geburtsklinik in

Bad Reichenhall. Sie erklärt: „Das Schöne an meinem Beruf ist, dass man die ersten Lebensstage eines

Neugeborenen mit der Familie hautnah mitbekommt und, dass man sein Wissen weitergeben kann. Es ist ja unglaublich, welches Vertrauen man bekommt: Die Eltern vertrauen einem ja das Wertvollste an,

das eigene Kind. Ich finde, eine Hebamme ist auf der Wochenstation unerlässlich, schließlich geht es ja explizit um die Bedürfnisse von Mutter und Kind.“ Rund 3.000 Geburten hat Angelika Aicher in ihrem Arbeitsleben begleitet. „Ich habe wirklich alles erlebt, was bei einer Geburt passieren kann. Obwohl ich nicht übermäßig gläubig bin, bin ich mir sicher, dass es ohne Beistand von oben nicht so gut gelaufen wäre“, bekennt die Geburtshelferin. Der ganze Bericht zum Nachlesen ist [hier](#). Quelle: K SOB AG



Rund 3.000 Geburten hat Angelika Aicher begleitet

HABEN SIE INFORMATIONEN FÜR UNS?

Senden Sie uns Neuigkeiten, Termine und Wissenswertes zur Veröffentlichung im nächsten Rundbrief gerne zu. Passende Fotos können Sie gerne mitsenden.

Herausgeber

Landkreis Berchtesgadener Land
Salzburger Straße 64
83435 Bad Reichenhall

Kontakt

Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus}
Telefon: 08651 773-871
E-Mail: gesundheitsregionplus@lra-bgl.de
www.gesundheitsregion-plus-bgl.de

Aufruf: Mehr Leser für den Rundbrief!

Wir freuen uns, wenn Sie den Rundbrief an Interessierte in Ihren Kreisen weiterleiten.

Registrierung für den Rundbrief - so geht's:

Bitte senden Sie eine E-Mail mit folgenden Satz an gesundheitsregionplus@lra-bgl.de.

„Ich möchte den Rundbrief der Gesundheitsregion^{plus} Berchtesgadener Land beziehen und willige bis auf Widerruf in die Speicherung und Verarbeitung meiner E-Mail-Adresse für diesen Zweck ein.“

Die Einwilligung kann selbstverständlich jederzeit widerrufen werden.