



Nr. 6 | Dezember 2019
Gesundheitsorganisation GOIN e.V.

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN!



GOIN

»GO« - DAS GESUNDHEITSMAGAZIN DER REGION 10 - INGOLSTADT · EICHSTÄTT · NEUBURG/DONAU · PFAFFENHOFEN · SCHROBENHAUSEN



Joachim Franz beim Kilimandscharo Expeditionsseminar

Der ärztliche Bereitschaftsdienst
116117
Die Nummer mit den Elfen

KBV - 116117

S. 6-7



Joe Bausch

S. 14-15



Fachtag 09.10.2019

S. 27-29

**6. Fachtagung
für ein gesundes
Berufsleben**

SAVE THE DATE

S. 32-33

GESUNDHEITSABENTEUER

Auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil



Wenn wir die Freude daran entdecken, uns gesund zu ernähren, unserem Körper Bewegung gönnen und Zeiten der Regeneration, gelingt es uns leichter, unseren Beitrag zur eigenen Gesundheit zu leisten. Auch im stressigen Alltag. Damit das gelingt, hat der Passauer Wolf ein Set an bio-psycho-sozial wirksamen und effektiven Angeboten entwickelt – für Menschen, die Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen wollen. **Abenteuer R•O•T** kombiniert effektiv Elemente aus der Lebensstil-Medizin. Das Team unterstützt dabei, die Gesundheitskompetenz auszubauen, die eigenen Potenziale zu entdecken, so zu trainieren, dass Effekte spürbar werden. Das Ziel? Für sich selbst einen Lebensstil zu finden, der ein gesundes, glückliches, selbstbestimmtes Leben ermöglicht.



Erleben kann man die Gesundheitsabenteuer im **Freiraum R•O•T Regensburg** in regelmäßig stattfindenden Kursen, oder in der **Passauer Wolf Lodge & Therme Bad Griesbach**. Hier bieten mehrtägige Aufenthalte in malerischer Natur Zeit, sich mit dem eigenen Lebensstil auseinanderzusetzen. Auch in Ingolstadt ist Abenteuer R•O•T vertreten: In der **PASSAUER WOLF City-Reha Ingolstadt** finden Arbeitgeber neben »klassischen« BGF-Maßnahmen innovative Programme zur Gesundheitsförderung im Arbeitsalltag.



REFLEXION

Potenziale erkennen.



ORIENTIERUNG

Erfahrungen sammeln.



TRANSFER

Ins Handeln kommen.



Das Team legt großen Wert auf persönliche Betreuung. Deshalb sind alle Angebote so konzipiert, dass sie in kleinen Gruppen stattfinden. Die Dynamik, die in einer Gruppe entsteht, kann dabei zusätzlich unterstützender Faktor sein. Maximale Individualität erlaubt das 1:1 Personal Training. Ergänzt wird das Programm durch Seminare zu Themen aus der Sportmedizin, Ernährungswissenschaft und Psychologie. Damit wird das Gesundheitsabenteuer auch langfristig verinnerlicht.

FREIRAUM R•O•T REGENSBURG

Am alten Schlachthof 1 • 93055 Regensburg
Telefon +49 8532 27-3333 • E-Mail rot@passauerwolf.de

PASSAUER WOLF LODGE & THERME BAD GRIESBACH

Thermalbadstraße 20 • 94086 Bad Griesbach
Telefon +49 8532 27-1000 • E-Mail rot@passauerwolf.de

UNSER SPEKTRUM AUS DER LEBENSSTIL-MEDIZIN:

MEDIZIN • ANALYSE • AKTIVITÄT • WISSEN • GESUNDHEITSABENTEUER • PRÄVENTIONSPROGRAMME

PASSAUER WOLF City-Reha Ingolstadt

Krumenauerstraße 38 • 85049 Ingolstadt
Telefon +49 841 88656-3858 • E-Mail rot@passauerwolf.de

Wir sind Partner im
Gesundheitsnetzwerk

Leben

JETZT BUCHEN
abenteuer-rot.de
08532 27
-3333



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Patientinnen und Patienten,

das Jahr neigt sich mit großen Schritten dem Ende entgegen. Nur noch wenige Tage bis Weihnachten und schon liegt das neue Jahr vor uns. Weihnachten, das Fest der Einkehr, der stillen und friedvollen Momente, der Nächstenliebe und der Hoffnung, dass sich alles zum Guten wenden wird. Heilig Abend wird in vielen Familien zusammen der Weihnachtsbaum geschmückt. Andere besuchen gemeinsam den Gottesdienst. Wieder andere bereiten ein Fest für Menschen, die einsam oder krank sind. Eine ganz besondere Atmosphäre breitet sich aus, die uns daran erinnert, wie wichtig Gemeinschaft und Miteinander ist. Wir wissen nicht, was uns im Jahr 2020 erwarten wird. Lassen Sie uns einfach mutig vorangehen und unser Leben

wie ein tägliches Abenteuer betrachten. Immer in dem Glauben, dass wir gemeinsam die Kraft haben werden allen Herausforderungen gewachsen zu sein. Niemand kann alles. Das ist auch gar nicht nötig. Denn jeder Mensch hat spezielle Fähigkeiten und Begabungen, die leider manchmal im Laufe des Lebens keine Beachtung mehr finden. Umso wichtiger ist es, dass wir dieses wertvolle Geschenk wieder in uns erkennen und damit anderen Menschen hilfreich zur Seite stehen.

Wir freuen uns auf das Abenteuer Leben 2020 gemeinsam mit Ihnen.

Wir wünschen Ihnen eine friedvolle Weihnachtszeit. Kommen Sie gesund ins neue Jahr. Gern sind wir für Sie da und unterstützen Sie, wenn Sie Hilfe benötigen.

Haben Sie Wünsche oder auch Anregungen für unser Magazin?
Ich freue mich auf Ihre Hinweise und wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihr Manuel Hahn

*„Das beste Mittel, jeden Tag zu beginnen,
ist, beim Erwachen daran zu denken, ob man
nicht wenigstens einem Menschen an diesem
Tag eine Freude machen könne.“*

Friedrich Nietzsche

Impressum

Herausgeber:

GOIN Integrationsmanagement-
und Beteiligungs-GmbH
im Gesundheitswesen
Oberer Grasweg 50
85055 Ingolstadt
Tel +49 (0)841 88668-0
Fax +49 (0)841 88668-18

Redaktion:

Manuel Hahn

Herstellung:

Verlag Bayerische Anzeigenblätter
GmbH
Stauffenbergstraße 2a
85051 Ingolstadt

Erscheinungsweise:

mind. 6 Ausgaben pro Jahr

Vertrieb:

Auslage in Arztpraxen etc.

Auflage:

ca. 10.000 Exemplare

Schutzgebühr:

5,- Euro

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Dias, Bücher usw. wird keine Haftung übernommen. Weiterverwertung in jeglicher Form nur mit schriftlicher Zustimmung des Herausgebers.

Frauen und Männer sollen sich in diesem Magazin gleichermaßen angesprochen fühlen. In unseren Texten werden die weibliche und männliche Sprachform verwendet. Zugunsten besserer Lesbarkeit kann abweichend nur eine Sprachform verwendet werden. Wir danken für Ihr Verständnis.

Inhalt

- ▶ PASSAUER WOLF Gesundheitsabenteuer Seite 2
- ▶ Veterinärmedizin – Schutz für Menschen und Tiere Seite 4–5
- ▶ Notaufnahme? Ist das wirklich nötig? Seite 6–7
- ▶ Caritas-Suchtambulanz startet wieder jährliches Selbstkontrolltraining „SKOLL“ Seite 8
- ▶ Erfolgreicher Hospiz- und Palliativtag Seite 9
- ▶ Mit psychisch kranken älteren Menschen ausgetauscht Seite 10
- ▶ Krisendienst Psychiatrie in Neuburg und Schrobenhausen Seite 11–13
- ▶ Einblicke in ein bewegtes Berufsleben Seite 14–15
- ▶ Gesundheitsportal Bayern Seite 16–17
- ▶ Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben Seite 18-19
- ▶ Expeditionen funktionieren wie Unternehmen. Seite 20–23
- ▶ GOIN-Ärzte engagieren sich über Grenzen hinaus Seite 23
- ▶ Arbeitsfähigkeit erhalten – Rückkehr ins Berufsleben begleiten Seite 24–26
- ▶ Eindrücke von der 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben Seite 27–31
- ▶ Neuer Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben Seite 31
- ▶ SAVE THE DATE 6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben Seite 32–33
- ▶ Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben Seite 34–35
- ▶ Ja hamma denn scho Weihnachten? Seite 35

Veterinärmedizin – Schutz für Menschen und Tiere

Unsere Ernährung hat großen Einfluss auf unsere Gesundheit. Immer mehr Menschen entscheiden sich bewusst für eine vegetarische oder vegane Ernährung. Andererseits möchten viele Menschen aber auch nicht auf einen leckeren Weihnachtsbraten verzichten. Vielleicht soll auch ein lebendes Tier als Weihnachtsgeschenk das Fest der Nächstenliebe noch schöner und glanzvoller gestalten. Doch was ist, wenn nach kurzer Begeisterung das Tier nur noch Belastung ist und letztendlich vernachlässigt oder sogar ausgesetzt wird?

GO im Gespräch mit Herrn Dr. Roland Lehmann aus der Veterinärmedizin beim Gesundheitsamt der Stadt Ingolstadt.

GO: *Herzlichen Dank Herr Dr. Lehmann, dass Sie sich so kurz vor Weihnachten noch die Zeit für dieses Interview nehmen? Können wir davon ausgehen, dass in unserer Region nur genusstaugliches Fleisch verkauft wird?*

HERR DR. LEHMANN: Fleisch ist das bei uns mit am besten untersuchte Lebens-

mittel, welches auf den Markt kommt. Für die Untersuchung von Fleisch gelten strenge gesetzliche Regelungen mit genauen Vorgaben, die überall in Deutschland eingehalten werden müssen. In Ingolstadt wird dies z. B. täglich im Rahmen des Betriebes am Schlachthof, auch durch Mitarbeiter des Veterinäramtes, sichergestellt. Dies beginnt schon mit der Untersuchung der Schlachttiere bei Anlieferung, um festzustellen, ob die Tiere überhaupt als Lebensmittellieferanten geeignet sind. Werden diese Voraussetzungen nicht erfüllt, dürfen die Tiere gar nicht erst zur Schlachtung zugelassen werden. Im Anschluss werden Fleisch und Organe eines jeden einzelnen Tieres von qualifizierten amtlichen Tierärzten und Fachassistenten in einem genau vorgegebenen Untersuchungsgang begutachtet. Ggf. werden Proben zur weiteren Untersuchung entnommen und erst nach Vorliegen aller Untersuchungsergebnisse werden die Tiere für den Verzehr freigegeben. Dies gilt für lokal erzeugtes Fleisch genauso wie für das in anderen Regionen gewonnene, welches bei uns angeboten wird. Allerdings ist natürlich lokal erzeugtes Fleisch zur Unterstützung der regionalen Erzeuger und aus ökologischen Gründen insbesondere wegen der kurzen Transportwege besonders zu empfehlen.

Das Tierschutzgesetz regelt die grundsätzlichen Vorgaben zur Tierhaltung

GO: *Was muss bei der gewerblichen Tierhaltung beachtet werden?*

HERR DR. LEHMANN: Eine gewerbliche Tierhaltung finden wir zum einen in der landwirtschaftlichen Nutztierhaltung, hier in erster Linie zur Produktion von Nahrungsmitteln für den Menschen. Zum anderen in verschiedenartigen Bereichen wo Tiere gehalten, gezüchtet oder auch zum Verkauf angeboten werden als Begleiter für den Menschen. Letzteres betrifft Reit- und Fahrbetriebe, Hunde- und Katzenzuchten sowie die dazugehörigen Vereine, aber auch Heimtier- und Exotenhaltungen sowie einschlägige Zoofachgeschäfte. Für alle Bereiche sind das Tiergesundheitsrecht (früher: „Tierseuchenrecht“) und das Tierschutzrecht mit deren vielfältigen speziellen Rechtsvorgaben zu beachten. Im Bereich Tiergesundheit findet sich vor allem das da-



Stadt Ingolstadt
Gesundheitsamt

zugehörnde Tiergesundheitsgesetz (Dieses regelt die Vorbeugung vor Tierseuchen und deren Bekämpfung. In diesem Rahmen dient es auch der Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Vieh und Fischen, soweit das Vieh oder die Fische der landwirtschaftlichen Erzeugung dient oder dienen), die Spezialverordnungen für verschiedenste anzeigepflichtige Tierseuchen und die Regelungen für den Viehverkehr, die zu beachten sind. Hier sind Regelungen getroffen, die sowohl die Weiterverbreitungen von Krankheiten unter den Tieren als auch eine Gefährdung von Menschen durch eine mögliche Übertragung von Tierkrankheiten verhindern sollen.

Beim Tierschutz ist das Tierschutzgesetz mit grundsätzlichen Vorgaben zur Haltung von Tieren, die Nutztierhaltungsverordnung mit den Anforderungen für das Halten von landwirtschaftlichen Nutztieren und Spezialgesetze wie z. B. die Hundehaltungsverordnung einschlägig. Das Tierschutzgesetz besagt, dass niemand einem Tier ohne vernünftigen Grund Schmerzen, Leiden oder Schaden zufügen darf. In diesem Gesetz sind die wesentlichen Vorschriften zur Tierhaltung, (Haltung und Nutzung von Tieren durch Menschen) zur Tötung von Tieren (Schlachtung), zu Eingriffen und Versuchen an Tieren sowie zahlreiche Regelungen zur Zucht (Zucht, Abgabe, Haltung) und zum Handel enthalten.

GO: *Wie oft werden gewerbliche Betriebe überprüft und wie häufig gibt es Beanstandungen bei der Tierhaltung?*

HERR DR. LEHMANN: Alle oben angeführten Tierhaltungen werden vom Veterinäramt in regelmäßigen Abständen risikoorientiert überprüft. Für manche Bereiche sind die Kontrollfrequenzen festgelegt (täglich, wöchentlich etc.). Für andere Bereiche wie z. B. bei landwirtschaftlichen Betrieben ist ein Prozentsatz vorgegeben, d.h. wieviel Prozent aus der Gesamtzahl der vorhandenen Betriebe im Jahr kontrolliert werden sollen. Im Bereich der Stadt Ingolstadt gibt es nur relativ wenige landwirtschaftliche Nutztierhaltungen, dafür aber eine große Zahl der sonstigen Tierhaltungen, die wir

Kontakt:



Foto: Stadt Ingolstadt

Dr. Susanne Kramer

Medizinaldirektorin
Gesundheitsamt
Stadt Ingolstadt
Esplanade 29
85049 Ingolstadt
Tel.: 0841 305-1460
Fax: 0841 305-1469
E-Mail: gesundheitsamt@ingolstadt.de
Internet: www.ingolstadt.de

kontrollieren. Eine Mehrzahl der Beanstandungen finden wir bei sonstigen Tierhaltungen, insbesondere bei privaten Tierhaltern, während bei den gewerblichen Tierhaltungen die Zahl der Beanstandungen geringer ist. Möglicherweise liegen diese „öffentlichen Tierhaltungen“ auch mehr im Focus der Bevölkerung, so dass Unstimmigkeiten hier schneller gemeldet und somit auch beseitigt werden.

Jedem Hinweis wird nachgegangen

GO: *Bekommen Sie Hinweise aus der Bevölkerung, wenn ein Verdacht auf Verwahrlosung von Tieren besteht? Ggf. wie oft gab es solche Hinweise bereits?*

HERR DR. LEHMANN: Wir bekommen regelmäßig Hinweise aus der Bevölkerung. Jedem dieser Hinweise wird nachgegangen und wenn nötig auch eine Nachkontrolle durchgeführt. Wenn Hinweise berechtigt sind werden entsprechende Maßnahmen zur Beseitigung der Missstände getroffen. Diese Maßnahmen können von mündlichen Belehrungen, schriftlichen Anordnungen, Bescheiden mit Zwangsgeldandrohung bis zu Bußgeldbescheiden und im Extremfall zur Einleitung von Strafverfahren bei der Staatsanwaltschaft reichen. Von uns wird zeitgerecht nachkontrolliert ob die Missstände auch beseitigt worden sind. Es kommt aber auch vor, dass hinter einem vermeintlichen Tierschutzverstoß in Wirklichkeit ein Nachbarschaftsstreit steckt und die Tierschutzanzeige nur vorgeschoben ist.

GO: *Was waren für Sie bisher die schlimmsten Erlebnisse bei Ihrer Arbeit?*

HERR DR. LEHMANN: Dass Tieren durch pure Boshaftigkeit Leiden, Schmerzen oder Schäden zugefügt werden ist sehr selten. Allerdings kommt es öfter vor, dass Tieren durch Ignoranz und Unwissenheit über deren Bedürfnisse sowie ihre artgerechte Haltung mitunter Schmerzen und/oder Schäden zugefügt werden. So erinnere ich mich an einen Fall einer Pferdehaltung. Die Tiere befanden sich in einem verwahrlosten Stall ohne genügend Auslauf und wurden völlig unterernährt aufgefunden. Die Pferde wurden von uns unverzüglich abgeholt und anderweitig untergebracht. Gegen den Halter wurde ein Strafverfahren eingeleitet und schließlich auch ein Tierhalteverbot ausgesprochen. Das Schöne an diesem Fall war, dass diese Pferde wieder „aufgepäpelt“ werden konnten und schließlich nach einem guten halben Jahr wieder soweit hergestellt waren, dass sie weitervermittelt werden konnten. Nicht immer geht es so gut

aus. In manchen Fällen kommen wir leider auch zu spät.

GO: *Gab es auch schöne Erlebnisse?*

HERR DR. LEHMANN: Schön ist es immer, wenn man den Tieren helfen kann und dann sieht, wie gut es ihnen geht, wenn sich ihre Lebensumstände verbessert haben.

Tiere sollten nicht zu Weihnachten verschenkt werden

GO: *Was empfehlen Sie, wenn das lebende Weihnachtsgeschenk nur noch Belastung ist?*

HERR DR. LEHMANN: Ich bin grundsätzlich gegen das Verschenken von Tieren an Weihnachten! Wenn man sich überlegt ein Tier anzuschaffen, muss man sich gut darüber informieren, welches die Bedürfnisse der jeweiligen Tierart sind. Dabei stellt sich auch die Frage ob ich das Tier artgerecht halten kann und ob dies

mit meinem Lebensstil zu vereinbaren ist. „Habe ich überhaupt ausreichend Zeit für ein Tier“. Ein Tier begleitet uns sein Leben lang und ich muss für die Gesamtzeit seines Lebens diese Verantwortung übernehmen. Als Weihnachtsgeschenk, das man vielleicht schon an Silvester oder spätestens beim nächsten Urlaub, wieder loswerden will, ist ein Tier gänzlich ungeeignet. Weihnachten ist ein Fest, bei dem man sich auf andere Dinge als möglichst originelle oder „süße“ Geschenke konzentrieren sollte. Tiere als Begleitung für uns Menschen können unser Leben sehr bereichern, aber bitte nicht als Weihnachtsgeschenk.

GO: *Vielen Dank für dieses Interview und Ihre wertvolle Arbeit. Wir wünschen Ihnen eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins Jahr 2020. Wir freuen uns in der nächsten Ausgabe über den Fachbereich Suchtprävention im Gesundheitsamt der Stadt Ingolstadt berichten zu dürfen.*

ANZEIGE

DiaExpert

Diabetes bewegen

Ihr Fachgeschäft für Diabetesbedarf

Ihr Fachgeschäft für Diabetiker

Kompetente Beratung durch unsere Expertin vor Ort

- Ein umfassendes Produktsortiment zum Ausprobieren und gleich Mitnehmen: Teststreifen, Pennadeln, Insulinpumpen-Zubehör, Omnipod
- Tolle Angebote und Informationsmaterial

Kupferstraße 14
85049 Ingolstadt
Tel. 0841 45677600
www.diaexpert.de/ingolstadt

Bei uns sparen Sie die Zuzahlung

Leiterin Ulrike Greiner

DE/W/0991/V02/2019-06



€ 3,- Gutschein für Ihren Einkauf* in unserem Fachgeschäft

* Gültig bis 31. Januar 2020 und ab € 15,- Einkaufswert. Bargelderstattung nicht möglich. Nicht gültig bei reduzierter Ware, Büchern und Produkten, die mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden können. Kann nicht auf ein Rezept angerechnet werden.

Notaufnahme? Ist das wirklich nötig?

Wer möchte schon lange in überfüllten Wartezimmern auf ärztliche Hilfe warten, wenn der Gesundheitszustand ohnehin beeinträchtigt ist und auch eine weitere Ansteckungsgefahr, gerade in der Erkältungszeit, nicht ausgeschlossen werden kann. Was also tun, wenn die Arztpraxis geschlossen ist, die Schmerzen gefühlt unerträglich sind und sich die Angst einschleicht, dass sich der Zustand noch verschlimmern könnte, wenn keine medizinische Versorgung erfolgt. Für die Betroffenen und auch die Angehörigen ist es in dieser Situation nicht immer einfach den richtigen Weg zu finden. Gesundheit ist unser höchstes Gut, das in der Regel niemand absichtlich gefährden möchte.

GO hat mit Herrn Dr. Roland Stahl, Pressesprecher von der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, gesprochen.

Kontakt:



Dr. Roland Stahl

Pressesprecher
Kassenärztliche Bundesvereinigung
Dezernat Kommunikation
Herbert-Lewin-Platz 2
10623 Berlin
Postfach 120264
10592 Berlin
Tel.: 030 4005-2201
Fax: 030 4005-272201
RStahl@kbv.de
www.kbv.de
www.116117.de

GO: Vielen Dank Herr Dr. Stahl, dass wir mit Ihnen über eine bessere Versorgung für die Patientinnen und Patienten sprechen dürfen. Sie haben die Nummer 116117 bereits 2012 bundesweit für den ärztlichen Bereitschaftsdienst eingeführt. Wen erreiche ich, wenn ich die Nummer 116117 wähle und in welcher Zeit kann dort angerufen werden?

Neuerungen ab 01.01.2020

HERR DR. STAHL: Zum Zeitpunkt des Erscheinens dieser Ausgabe Ihrer Zeitschrift befinden wir uns noch in der „alten“ Welt: Über die Nummer 116117 erreiche ich den ärztlichen Bereitschaftsdienst. Das ist der Dienst, den ich brauche, wenn ich zwar ärztliche Hilfe benötige, aber kein Notfall bin – und die Praxen geschlossen sind, also beispielsweise in den Abendstunden oder an Feiertagen und Wochenenden.

Ab dem 1. Januar 2020 wird das Ganze ausgeweitet. Das betrifft einerseits die Erreichbarkeit der Dienste, die auf sieben Tage die Woche und jeweils 24 Stunden ausgedehnt wird. Andererseits gibt es auch mehr Dienste, die unter der 116117 ab nächstem Jahr zur Verfügung stehen. Beispielsweise erreichen die Patientinnen und Patienten dann auch die Terminservicestellen der 17 Kassenärztlichen Vereinigungen.

Sie vermitteln bereits seit drei Jahren innerhalb einer bestimmten Frist einen Termin beim niedergelassenen Arzt oder Psychotherapeuten. Bisher gibt es unterschiedliche Rufnummern. Ab nächstem Jahr sind bundesweit alle Terminservicestellen mit der Nummer 116117 erreichbar.

Unter der Rufnummer 116117 bieten die Kassenärztlichen Vereinigungen außerdem ab Januar nächsten Jahres eine telefonische Ersteinschätzung der Beschwerden an und vermitteln eine der Dringlichkeit angemessene ärztliche Versorgung. Mit dem softwaregestützten medizinischen Ersteinschätzungsverfahren SmED (Strukturierte medizinische Ersteinschätzung in Deutschland) werden Patienten von qualifiziertem Personal durch strukturierte Fragen in die richtige Versorgungsebene zur weiteren Abklärung ihrer Beschwerden gelenkt. Auch das soll dazu beitragen, die verstopften Notaufnahmen zu entlasten. Leider ist es so, dass sich immer mehr Menschen mit vermeintlich akuten Beschwerden spontan im



KASSENÄRZTLICHE
BUNDESVEREINIGUNG

Krankenhaus vorstellen. Sie beanspruchen dann Leistungen der Notaufnahmen, die eigentlich der Versorgung medizinischer Notfälle dienen.

Patienten können die 116117 aber nicht nur anrufen. Auf der Website www.116117.de finden sie alle Informationen zum Bereitschaftsdienst und außerdem die nächstgelegene Bereitschaftsdienstpraxis in ihrer Region. Und auch als App steht die 116117 zur Verfügung.

GO: Ist die Nummer 116117 gebührenpflichtig?

DR. STAHL: Nein, die Nummer ist für Anruferinnen und Anrufer kostenlos.

GO: Wie lange muss in der Regel gewartet werden, bis ein kompetenter Ansprechpartner zur Verfügung steht?

HERR DR. STAHL: Die Wartezeit ist in der Regel sehr kurz. Allerdings bitte ich um Verständnis dafür, dass es manchmal etwas länger dauern kann. Dazu einige Zahlen: Über sieben Millionen Menschen haben die Nummer im Jahr 2018 gewählt, an Spitzentagen wie zu Silvester wählen über 100.000 Menschen die Nummer. Das kann dann auch zu extremen Belastungen in den Netzen führen.

Hilfe auch bei Erkrankungen von Säuglingen und Kindern

GO: Ist diese Nummer 116117 auch bei Säuglings- und Kindererkrankungen zu empfehlen?

HERR DR. STAHL: Der ärztliche Bereitschaftsdienst versorgt grundsätzlich auch Kinder. In einigen Regionen gibt es auch einen speziellen kinderärztlichen Bereitschaftsdienst, über den das Servicecenter der 116117 auch informiert. Bei erkrankten Säuglingen und Kleinkindern kann die 116117 auch über das dafür spezifische Versorgungsangebot in der Region informieren.

GO: Können auch Berufstätige die Nummer 116117 nutzen, wenn voraussichtlich Arbeitsun-

Der ärztliche Bereitschaftsdienst



116117

Die Nummer mit den Elfen

fähigkeit vorliegen könnte? Kann es Nachteile für Berufstätige geben?

HERR DR. STAHL: Es handelt sich nicht um eine Nummer für Krankschreibungen, sondern um medizinische Hilfe, die nicht bis zur nächsten Praxisöffnung warten kann. Wenn ein Arbeitnehmer beispielsweise am Wochenende erkrankt und eigentlich arbeiten müsste, kann der Hausarzt auch montags rückwirkend eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausstellen.

GO: Welche Erfahrungen konnten Sie bisher mit der Nummer 116117 gewinnen?

HERR DR. STAHL: Die Nummer wird angenommen und die Bekanntheit steigt. Immerhin wurde sie im vergangenen Jahr bereits über sieben Millionen Mal gewählt. 2016 waren es noch rund sechs Millionen Anrufer.

GO: Welche gesundheitlichen Probleme haben die Bürgerinnen und Bürger, die die Nummer 116117 wählen?

HERR DR. STAHL: Patienten, die außerhalb der Sprechstundenzeiten erkranken und deren Beschwerden so stark sind, dass sie nicht bis zur nächsten Praxisöffnung warten können, sollten sich an die 116117 wenden. Typische Fälle für den ärztlichen Bereitschaftsdienst sind zum Beispiel eine starke Erkältung mit Fieber, anhaltender Brechdurchfall, starke Hals- oder Ohrschmerzen sowie akute Bauchschmerzen.

Wenn jemand lebensbedrohlich oder folgeschwer verletzt ist, wenn er sich Sorgen um sein Leben macht, sollte er nicht zögern und immer direkt den Rettungsdienst unter 112 anrufen.

In manchen Fällen aber muss sogar der Weg zum Bereitschaftsarzt nicht sein. Wenn Patienten ihre Beschwerden einordnen können und einfache Hausmittel oder Medikamente vorerst helfen, sollten sie bei anhaltender Erkrankung am nächsten Werktag zu ihrem Hausarzt gehen.

Servicecenter der 116117 leitet auch direkt an den Rettungsdienst weiter

GO: Gab es auch schon Fälle, in denen sofort der Rettungsdienst zum Einsatz kommen musste? Ggf. wie gestaltet sich der Ablauf dann?

DR. STAHL: Wenn sich am Telefon herausstellt, dass der Patient lebensbedrohlich oder folgeschwer erkrankt ist – etwa bei einem Verdacht auf einen Herzinfarkt – dann leiten die Servicecenter der 116117 direkt an den Rettungsdienst weiter. In der Regel sind die lokalen Leitstellen an die jeweiligen Rettungsleitstellen angebunden. Das Fachpersonal in den Servicecentern ist zum Großteil medizinisch geschult und kann die medizinische Dringlichkeit von Anrufen beurteilen. Ab Januar kommt dann die strukturierte Ersteinschätzung hinzu – dann zeigt sich auch sehr schnell, ob ein Patient direkt über den Rettungsdienst versorgt werden muss.

GO: Ist die derzeitige Inanspruchnahme der Nummer 116117 in den Bundesländern unterschiedlich?

HERR DR. STAHL: Nein, regionale Präferenzen lassen sich hier nicht feststellen.

GO: Sie haben jetzt die Kampagne „ELF6 ELF7“ gestartet. Was möchten Sie mit der Kampagne erreichen?

HERR DR. STAHL: Im ersten Schritt geht es darum, die Nummer bekannter zu machen. Nicht mehr und nicht weniger. Die Zahl derer, die die 116117 kennen, ist in den vergangenen Jahren zwar kontinuierlich gestiegen, aber sie ist noch ausbaufähig. Die aktuelle Versichertenbefragung der KBV hat gezeigt, dass von über 5.600 Befragten immerhin 37 Prozent den ärztlichen Bereitschaftsdienst und seine Nummer kennen – oder meinen, sie zu kennen. Denn von diesen 37 Prozent wiederum konnte nur gut die Hälfte die Nummer auch tatsächlich richtig aufsagen. Die Nummer 116117 ist nicht so prägnant wie z. B. die 112. Aus der einhundertsechzehn,

einhundertsiebzehn (zehn Silben) haben wir deshalb die „Elf 6, Elf 7“ – „Die Nummer mit den Elfen“ gemacht. Die Nummer wird verkörpert von zwei sympathischen und einprägsamen Elfen-Figuren und zwar von den beiden Schauspielerinnen Monika Anna Wojtyllo (Elf 6) und Melanie Stahlkopf (Elf 7).

Entwicklung zum umfassenden Patientenservice

GO: Sind weitere Maßnahmen geplant? Können Sie dazu schon einen Einblick geben?

HERR DR. STAHL: Die Kampagne ist auf drei Jahre angelegt und wird bis Ende 2021 laufen. Im nächsten Jahr startet die zweite Phase der Kampagne und informiert auch über die neuen Leistungen der 116117, die laut Terminservice- und Versorgungsgesetz ab 2020 hinzukommen: Dann entwickelt sich die Nummer zu einem umfassenden Patienten-Service weiter. Sie wird bundesweit rund um die Uhr erreichbar sein, Patienten mit akuten Beschwerden werden in die richtige Versorgungsebene geleitet, außerdem vermittelt die 116117 dann Termine bei Haus- und Fachärzten.

GO: Wobei können die Bürgerinnen und Bürger hilfreich unterstützen?

HERR DR. STAHL: Wenn Bürgerinnen und Bürger die 116117 anrufen und nicht wegen Halsschmerzen in die Notaufnahme des nächstgelegenen Krankenhauses gehen, wären wir schon einen großen Schritt weiter. Deshalb ist es ja auch so wichtig, dass möglichst viele die Nummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes kennen: 116117 – die Elfen, die helfen.

GO: Weihnachten steht vor der Tür. Welche Wünsche haben Sie für das Jahr 2020?

HERR DR. STAHL: Dass die Bürgerinnen und Bürger den richtigen Weg zu der für sie passenden Versorgung finden. Denn wir haben eines der besten Gesundheitssysteme der Welt – mit freier Wahl des Arztes oder Krankenhauses.

GO: Wir danken Ihnen für dieses wichtige Interview und wünschen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes Jahr 2020. Weiterhin wünschen wir Ihnen viel Glück und Freude bei Ihrer wertvollen Arbeit.

Das Interview wurde von Helga Friehe geführt.

GO IN Bereitschaftspraxen



GO IN Bereitschaftspraxis Ingolstadt

Klinikum Ingolstadt
Krumenauerstr. 25
85049 Ingolstadt

Telefon: 0841 - 886 99 55

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag	18:00 bis 22:00 Uhr
Mittwoch	15:00 bis 22:00 Uhr
Freitag	15:00 bis 22:00 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertage	08:00 bis 22:00 Uhr



GO IN Kinderbereitschaftspraxis

Klinikum Ingolstadt
Krumenauerstr. 25
85049 Ingolstadt

Telefon: 0841 - 880 27 66

Öffnungszeiten:

Mittwoch	16:00 bis 20:00 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertage	09:00 bis 13:00 Uhr und 15:00 bis 20:00 Uhr



GO IN Bereitschaftspraxis Neuburg

Sankt Elisabeth KJF Klinik
Müller-Gnadeneck-Weg 4
86633 Neuburg a.d. Donau

Telefon: 08431 - 54 3000



Sankt Elisabeth
KJF Klinik

Öffnungszeiten:

Mittwoch und Freitag	16:00 bis 21:00 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertage	09:00 bis 21:00 Uhr

Außerhalb und neben den Öffnungszeiten der Bereitschaftspraxis wird die medizinische Versorgung durch den ärztlichen Bereitschafts- bzw. Notdienst ergänzt, der von der KVB organisiert und eingeteilt wird; er ist unter der kostenlosen, deutschlandweiten Telefonnummer **116 117** erreichbar.



Riskante Konsumgewohnheiten rechtzeitig verändern!

SKOLL[®]
SELBSTKONTROLLTRAINING



Caritas-Suchtambulanz unterstützt Sie bei Ihren guten Vorsätzen für's neue Jahr.

Wie findet man im Umgang mit Alkohol, Tabletten, Rauchen, Spielen oder einem anderen problematischen Konsumverhalten das richtige Maß? Wie kann man einen riskanten Konsum kontrollieren und wieder in den Griff bekommen? Die Caritas-Suchtambulanz in Ingolstadt bietet dazu das Selbstkontrolltraining „SKOLL“ an. Darin lernen die Teilnehmenden an zehn Gruppenabenden, ihr Konsumverhalten einzuschätzen und zu verändern. Am Montag, den 03. Februar 2020 gibt es eine neue Gruppe unter der Leitung von zwei erfahrenen und speziell für dieses Programm geschulten Suchtexpertinnen.

SKOLL – Selbstkontrolltraining ist ein Trainingsprogramm für Menschen mit problematischem Konsumverhalten, die die Entstehung einer Abhängigkeit frühzeitig

verhindern wollen. Im Verlauf des Kurses lernen die Teilnehmenden, ihren Konsum kritisch zu hinterfragen, den eigenen Standpunkt zu finden, sich richtig einzuschätzen und ein realistisches Konsumverhalten zu entwickeln. Bei SKOLL ist nicht festgelegt, ob der Weg des Einzelnen die Stabilisierung, die Reduzierung oder die Einstellung des Konsums ist.

In zehn Gruppensitzungen, immer am Montag von 17:00 bis 18:30 Uhr, führen SKOLL-Trainerinnen Sandra Stenner und Stephanie Schönle durch das Programm. Nach der Analyse des eigenen Konsumverhaltens werden realisierbare Ziele und Verhaltensalternativen entwickelt. Weitere Themen sind der Umgang mit Risikosituationen und sozialem Druck, Stressbewältigung und die Erarbeitung eines Krisenplans. Frauen und Männer aller Altersgruppen, die



Stephanie Schönle und Sandra Stenner

sich mit ihrem Konsum und ihrem Verhalten auseinander setzen möchten, können teilnehmen. Der Kurs ist kostenlos. Ein Vorgespräch ist erforderlich.

Die Anmeldung zum Kurs läuft bis zum 29. Januar 2020 an der Caritas-Suchtambulanz, Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt, Tel.: 0841 309300.

Mit psychisch kranken älteren Menschen ausgetauscht

Bezirksrat Dr. Michael Kern bei Caritas-Beratungsstelle

Am Montag, den 04.11.2019 besuchte Herr Dr. Michael Kern die Beratungsstelle für psychische Gesundheit mit gerontopsychiatrischem Fachbereich im Rahmen einer Art „Rollentausch“. Dabei stand das Thema „Isolation und Einsamkeit bei psychisch kranken alten Menschen“ im Mittelpunkt dieses Gesprächs Betroffener und von Caritas-Fachkräften mit dem Ingolstädter Bezirksrat.

Unterschiedlichste Alltagsorgen berichtet

Vier von dem Dienst Beratene schilderten vor allem ihre unterschiedlichen Schwierigkeiten, die ihnen ihre psychischen Erkrankungen im Alltag bereiten und wie sie zu der Beratungsstelle gekommen sind. Eine Angehörige berichtete jedoch auch von Sorgen um den psychisch kranken Sohn, welcher unter einer Messieproblematik leidet. Dafür gibt es in Ingolstadt noch keine speziellen Angebote. Die Mitarbeiter des gerontopsychiatrischen Dienstes stehen jedoch beratend und unterstützend zur Seite. Unter der psychischen Erkrankung ihrer Mutter litt eine weitere Angehörige. Bei mehreren Klienten war ein notwendiger Umzug im Alter ein wichtiges Thema, die damit verbundene Entwurzelung von der Heimat und wie man in einem fremden Umfeld Kontakt und einen neuen Lebensmittelpunkt finden kann. Die psychische Erkrankung verstärkt die Tendenz, sich zurückzuziehen und manchmal sogar überhaupt nicht mehr aus dem Haus zu gehen. Da Angehörige zum Teil weiter weg wohnen, bzw. auch im Berufsleben stehen oder sich um eigene Kinder kümmern müssen, sind sie häufig mit der Situation überfordert. Gerade hier kann der gerontopsychiatrische Dienst eine wichtige Anlaufstelle sein.

Alle beratenen alten Menschen betonten, wie wichtig dieser Dienst für sie sei, um Ansprechpartner und Unterstützung zu haben. Die Termine oder Hausbesuche mit den Mitarbeitern werden als ein „Highlight“ im Alltag erlebt. Während der Gespräche vergehe die Zeit oft wie im Flug. Gegenüber Herrn Dr. Kern schilderten die Betroffene



Für alle Beteiligten ein wertvoller Austausch

nen auch ihre Schwierigkeiten und Hemmschwellen, sich bestehenden Seniorengruppen anzuschließen. Gleichzeitig zeigten sie sich daher aber auch froh um die fachlich durchgeführten Gruppen der Caritas-Beratungsstelle. Verstärkt wurde der Wunsch nach mehr Angeboten tagsüber geäußert, die von Fachkräften angeleitet werden.

Ausbau dieses Fachbereichs als dringend erforderlich erachtet

Neben dem Gespräch mit den Betroffenen diskutierte Dr. Michael Kern auch mit Diplom-Psychologin Andrea Ploß, Leiterin der Caritas-Beratungsstelle, den für den Fachbereich zuständigen Sozialpädagoginnen Silke Felsmann, Miriam Hirsch, Margot Baier und Christine Knosp. Herr Kern zeigte sich von den Informationen persönlich ergriffen. Er äußerte sich sehr wertschätzend gegenüber den Berichten der Klienten der Beratungsstelle. Diese seien sehr bereichernd für ihn gewesen. Er fand es schön zu sehen, dass die Klienten sich im Gespräch ihm gegenüber so öffneten und er auch persönliche Fragen, wie zum Beispiel nach Hobbys und Interessen, stellen konnte. Der Bezirksrat betonte die Wichtigkeit eines ambulanten gerontopsychiatrischen Beratungsangebotes und auch die



Notwendigkeit, in diesen Bereich zu investieren: unter anderem, da dadurch wiederholte stationäre Aufenthalte von älteren psychisch kranken Menschen vermieden werden könnten.

Ziel eines Rollentausches ist es, Entscheidungsträgern in Politik und Wirtschaft die Möglichkeit zu geben, soziale Arbeit und Pflege in der Praxis kennenzulernen. Durch direkten Kontakt mit Betroffenen sollen Nöte und Hilfen den Verantwortlichen veranschaulicht werden. Nach dem Eindruck der Caritas-Mitarbeitenden trug das Gespräch mit Dr. Michael Kern dazu bei, Verständnis für die Situation der älteren Menschen mit psychischen Problemen und auch der Beratungsstelle zu wecken. Die Beratungsstelle ist unter 0841 309-100 zu erreichen.

Krisendienst Psychiatrie in Neuburg und Schrobenhausen

Die psychische Gesundheit hat großen Einfluss auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität jedes Menschen und dessen Umfeld. Krisensituationen können jeden Menschen treffen unabhängig von Alter, Geschlecht, Bildung, Herkunft und Beruf. Schnelle Hilfe ist in solchen Situationen wichtig, um Krisen zu deeskalieren und schwerwiegende und langfristige Erkrankungen zu vermeiden.

GO hat mit Frau Anja Kunz, Krankenschwester und Teamkoordination der Krisendienst-Rufbereitschaft für Neuburg-Schrobenhausen, sowie Martin Guth, Dipl.-Sozialpädagoge (FH) und Gebietskoordinator des Krisendienstes Psychiatrie für die Region Ingolstadt, gesprochen.

GO: *Vielen Dank, dass Sie uns einen Einblick in die Arbeit des Krisendienstes Psychiatrie in Neuburg und Schrobenhausen geben. Wie viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind für den Krisendienst Psychiatrie im Landkreis Neuburg-Schrobenhausen im Einsatz?*

FRAU KUNZ: Zurzeit arbeiten im Team des Abend-Wochenend-Feiertag-Dienstes (AWF) 23 Menschen aus sehr unterschiedlichen Bereichen: Psychiatrie-Pflegekräfte, Ärzte, Sozialarbeiter sowie Sozialpädagogen.

HERR GUTH: Der Rufbereitschaftsdienst (AWF) ist für die Bereitstellung der mobilen Krisendienstteams eine wichtige Säule, er sichert die Einsatzmöglichkeiten in Zeiten, an denen die Beratungsstellen oder Behörden normalerweise bereits geschlossen haben. Werktags stellt der Sozialpsychiatrische Dienst der Caritas in Neuburg von 9:00 bis 16:00 Uhr das Krisendienst-Einsatzteam. Dort sind insgesamt neun Mitarbeiter*innen beschäftigt. Das Team setzt sich aus Sozialpädagog*innen und Psycholog*innen zusammen.

GO: *Der Krisendienst Psychiatrie ist seit zwei Jahren in der Region etabliert. Wie oft haben die Bürgerinnen und Bürger dieses Angebot bisher genutzt?*

FRAU KUNZ: 2018 haben sich rund 600 Menschen in seelischen Notlagen aus der Region Ingolstadt an die Leitstelle des Krisendienstes Psychiatrie gewandt, im ersten Halbjahr 2019 waren es 340 Personen. In unserer Region wird der Krisendienst noch zu wenig genutzt. Viele Bürger wissen noch zu wenig von unserem Dienst und in wie-

weit sie ihn nutzen können. Wir sind deshalb froh, wenn Sie über den Krisendienst berichten und uns unterstützen, das Angebot noch bekannter zu machen.

HERR GUTH: Mit dem Krisendienst Psychiatrie haben wir ein wohnortnahes und schnell verfügbares Hilfesystem für Menschen in seelischen Notlagen. Es ergänzt das im Landkreis bereits gut ausgebaute Hilfesystem für psychisch kranke und suchtkranke Menschen. Das heißt, dass durch das bestehende gut etablierte Angebot, insbesondere durch den sozialpsychiatrischen Dienst, bereits viel Not aufgefangen wird und viele Menschen erreicht werden können. Mit dem Krisendienst können wir nun adäquat in akuten Notlagen neben der telefonischen Beratung durch die Krisendienst-Leitstelle auch mit mobilen Krisenteams vor Ort im Landkreis helfen.

Bürgerinnen und Bürger aus allen Bevölkerungsschichten melden sich

GO: *Wer meldet sich in der Regel und bittet um Hilfe?*

FRAU KUNZ: Es melden sich Bürgerinnen und Bürger aus allen gesellschaftlichen Gruppen.

HERR GUTH: Unsere Hilfe wurde bisher sowohl durch von einer Krise unmittelbar betroffenen Menschen als auch von Angehörigen in Anspruch genommen. Es wenden sich aber auch Mitarbeiter von Beratungsstellen, betrieblichen Sozialdiensten oder Behörden in der Leitstelle des Krisendienstes. Auch hier unterstützt die Leitstelle und aktiviert – wenn notwendig – das zuständige mobile Einsatzteam in der Region.

GO: *Welche Probleme haben die Ratsuchenden in einem mobilen Krisendienst-Einsatz?*

FRAU KUNZ: Das ist sehr unterschiedlich. Die Ratsuchenden wenden sich oft an den Krisendienst, weil sie in der momentanen Lage nicht mehr weiter wissen oder weil sie sich große Sorgen um ein Familienmitglied machen. Die Gründe hierfür können sowohl in einer psychischen Erkrankung, aber auch in einer vorübergehenden sehr belastenden Situation liegen, mit der die Person gerade nicht mehr zu Recht kommt.

HERR GUTH: Die meisten Anrufer schildern eine deutliche bis schwere Problematik bezüglich ihrer psychischen bzw. seelischen Belastung. Die unmittelbar von der Krise Betroffenen leiden beispielsweise unter depressiven Störungen, akuten Belastungsreaktionen, Angststörungen, psychotischen Zuständen oder unter Suizidgedanken. Es gibt auch immer wieder mal mobile Einsätze bei Familien- oder Beziehungskonflikten oder es ist eine Unterstützung von Angehörigen von psychisch Kranken notwendig.



GO: *In wie vielen Fällen war ein Hausbesuch (mobiler Einsatz) erforderlich?*

FRAU KUNZ: 2018 haben wir hier in der Region 102 mobile Einsätze durchgeführt, davon 27 im Landkreis Neuburg-Schrobenhausen. In den meisten Fällen wurden die betroffenen Menschen zu Hause aufgesucht. Mit einem kleinen Teil wurde ein Termin in einem nahegelegenen Sozialpsychiatrischen Dienst der Caritas für ein persönliches Krisenberatungsgespräch vereinbart.

HERR GUTH: Das war im Krisendienst-Tagdienst beim Sozialpsychiatrischen Dienst genauso. Die meisten Ratsuchenden werden ja immer erstmal von der Leitstelle in München mit telefonischen Kriseninterventionsgesprächen unterstützt und entlastet, bevor unter Umständen die Leitstelle entscheidet, ob vor Ort die Krisendienst-Teams Hausbesuche machen oder im Caritas-Zentrum Neuburg persönliche Krisenberatungsgespräche stattfinden sollen.

Einsätze sind auch in Unternehmen möglich

GO: *Hatten Sie auch schon Einsätze in Unternehmen und wenn nicht, wäre das auch möglich?*

FRAU KUNZ: Das hatten wir bisher noch nicht. Das ist aber auf jeden Fall möglich.

Wir kommen in unserem Landkreis dorthin, wo unsere Hilfe in der Krise erbeten wird.

HERR GUTH: Das ist richtig, die Einsätze finden in der Regel dort statt, wo sich der Mensch mit einer Krise aufhält, das kann selbstverständlich auch am Arbeitsplatz sein. Manchmal melden sich natürlich auch Vorgesetzte, Kollegen oder der betriebliche Sozialdienst bei uns, wenn sie merken, dass es einem Mitarbeiter oder Kollegen auf Arbeit nicht gut geht, oder er oder sie psychische Auffälligkeiten zeigt. Hier finde ich es wichtig, dass man sich im Unternehmen dann am besten so früh wie möglich im Sinne der Fürsorge für die Mitarbeitenden Rat und Unterstützung sucht. Über diesen Weg ist es meistens sehr gut möglich, den psychisch belasteten oder erkrankten Menschen den Weg ins Hilfesystem zu erleichtern.

GO: Wir haben erfahren, dass die Vor-Ort-Einsätze immer nur zu Zweit gemacht werden. Warum ist das wichtig?

hen und Hilfestellung geben, die Krise zu lösen oder abzumildern, und eine Entlassung erreichen. Bei unseren bisherigen Einsätzen ist uns dies gut gelungen.

HERR GUTH: Unser erstes Ziel ist immer, dass sich die Einsatzteams erst einmal einen Überblick verschaffen und ggf. die Situation versuchen zu deeskalieren, um die betroffenen Personen entlasten zu können. Das betrifft dann sowohl die krisenhaften Menschen, aber auch deren Angehörige oder andere Anwesende, wie z. B. Arbeitskollegen oder Nachbarn. Danach geht es stets darum zu klären, ob und welche weiterführenden Hilfen notwendig sind. Das sind in der Regel Beratungsstellen, wie z. B. der sozialpsychiatrische Dienst, oder aber eine Vermittlung zu einem Facharzt oder in eine psychiatrische Klinik.

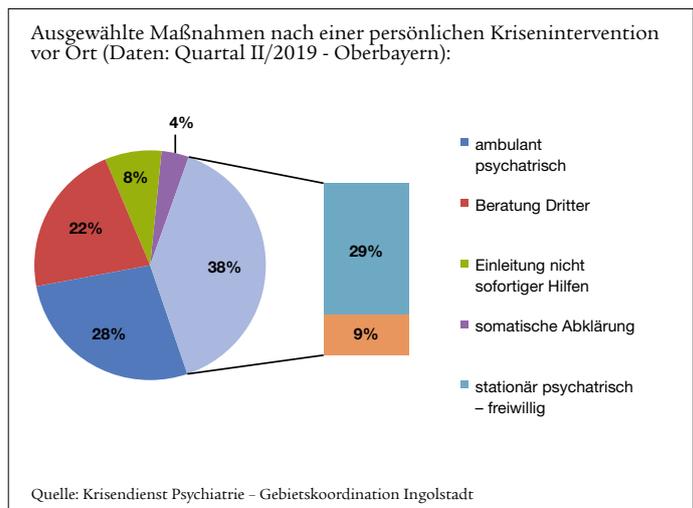
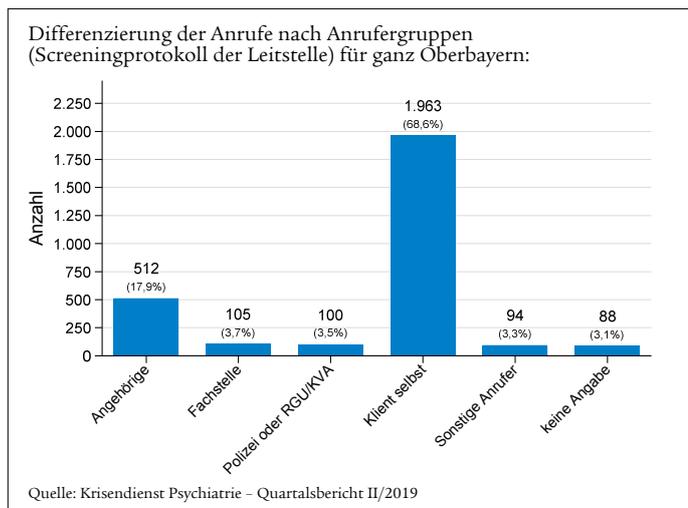
GO: Kommt es auch vor, dass Betroffene in eine Weiterversorgung übergeben werden müssen und ggf. wie ist der Ablauf in solchen Situationen?

sammen zu arbeiten. Die Weiterversorgung übernimmt auch häufig der Sozialpsychiatrische Dienst, manchmal aber auch die psychosoziale Suchtberatungsstelle der Caritas oder eine andere Fachberatungsstelle. Im Einsatz klären die Krisendienst-Mitarbeiter*innen mit den Betroffenen die Möglichkeiten und organisieren dann gemeinsam eine Weiterversorgung. Unser Ziel ist es, dass die Betroffenen motiviert und freiwillig die weiteren Beratungs- oder Behandlungsmaßnahmen in Anspruch nehmen.

GO: Welche Partner stehen für die Übernahme der Patienten problemlos zur Verfügung?

FRAU KUNZ: Die Caritas steht im Landkreis mit ihrem großen Spektrum an Angeboten zur Verfügung. Und mit den psychiatrischen Kliniken gibt es Leistungsvereinbarungen, welche die Zusammenarbeit regeln.

HERR GUTH: Für den Landkreis Neuburg-Schrobenhausen stehen beispielsweise als Partner für die stationäre und ambu-



FRAU KUNZ: Erstens geht es hier um die Sicherheit unseres Einsatzteams. Niemand weiß vorher, welche Situation wir vor Ort vorfinden und wie sich ein Einsatz entwickelt. Oftmals müssen neben dem Betroffenen auch die Angehörigen unterstützt und begleitet werden. Da sind zwei Personen unbedingt erforderlich, um oft komplexe Krisengeschehen aufzulösen.

HERR GUTH: Gerade bei Partnerschafts- oder Familienkonflikten hat sich das Team zu zweit sehr bewährt, es sichert die Handlungsfähigkeit und eröffnet viele Interventionsmöglichkeiten.

GO: Was möchten Sie durch die Einsätze vor Ort bewirken? Gelingt das in der Regel auch?

FRAU KUNZ: Wir möchten den Hilfesuchenden in erster Linie in der Krise beiste-

FRAU KUNZ: Jede Krise ist anders. Insofern kommt es auf die Klient*innen und die jeweilige Situation an. Das Ziel ist immer, dass die betroffenen Menschen die bestmögliche Versorgung erhalten, um ihre Krise zu überwinden. Das kann ein ambulantes Beratungstermin oder ein ambulantes Therapieangebot sein. Es kommt aber auch vor, dass wir einem Klienten oder einer Klientin aufgrund der Art und Schwere der Krise zu einer stationären Behandlung raten. In der Regel sind Menschen in Krisen offen für unsere Vorschläge, und es gibt keine Probleme bei der Übergabe in die Weiterversorgung.

HERR GUTH: Unser Glück ist es, hier vor Ort in der Region und im Landkreis gute Netzwerkpartner zu haben und im Versorgungssystem mit anderen Diensten gut zu-

lante Versorgung das Klinikum Ingolstadt und die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Sankt-Elisabeth-Kliniken Neuburg zur Verfügung. Zusätzlich dazu gibt es in Neuburg auch noch die psychiatrische Institutsambulanz der Danuvius-Klinik, welche auch zum regionalen Krisendienstnetzwerk gehört.

GO: Bekommen Sie auch ein Feedback von den Betroffenen und den Angehörigen nach ihrem Einsatz? Wie wird der Einsatz von den Betroffenen und Angehörigen wahrgenommen?

FRAU KUNZ: Wir haben den Eindruck, dass es sehr positiv wahrgenommen wird.

Es wird deutlich als Entlastung und Hilfestellung in der Krise gesehen. Es kam schon häufiger vor, dass die Betroffenen und Angehörigen sich in der Leitstelle oder nach

dem Einsatz bedankt haben. In fast allen Fällen waren die Betroffenen und Angehörigen mit uns sehr zufrieden. Eine deutliche Entlastung war ersichtlich.

HERR GUTH: Aus den Einsatzteams höre ich immer wieder, wie erleichtert sich die Menschen äußern, dass jemand gekommen ist und vor Ort Unterstützung leisten konnte – auch von Seiten der Angehörigen. Manchmal erhalten wir sehr persönliche und ausführliche positive Rückmeldungen von Klient*innen nach einem Einsatz. Da merken wir dann immer, wie gut es offensichtlich ist, dass es den Krisendienst mit der Möglichkeit von mobilen Einsätzen gibt.

Keine Zeitbegrenzung für Einsätze vor Ort

GO: *Wie viel Zeit steht Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für einen Einsatz zur Verfügung?*

FRAU KUNZ: Solange uns der Hilfesuchende benötigt, da gibt es keine vorgegebene Einsatzzeit.

HERR GUTH: Tatsächlich, es gibt keine Begrenzung der Zeit. Faktisch dauerten die bisherigen Einsätze von einer Stunde bis zu neun Stunden. Die durchschnittliche Einsatzdauer liegt bei 100 Minuten – zuzüglich der Fahrzeit. Das zeigt: Wir nehmen uns die Zeit, die erforderlich ist, um eine Krise zu deeskalieren und die passenden Hilfeangebote zu vermitteln.

GO: *Wie geht es Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern nach einem Einsatz, und was tun Sie, damit Ihre Belegschaft gesund bleibt?*

FRAU KUNZ: Uns werden regelmäßige Supervisionen angeboten. Das Einsatzteam bespricht sich nach den Einsätzen zu zweit. Ich als Teamkoordinatorin erhalte eine Rückmeldung. Im Gespräch erfahre ich dann wie es den Mitarbeiter*innen geht. In den regelmäßigen Teamsitzungen werden dann auch oft Beispiele besprochen.

Hervorragende Arbeitsbedingungen und eine ausgezeichnete Teamkultur

HERR GUTH: Die Mitarbeitenden sind zum einen aufgrund ihrer beruflichen Grundqualifikation und bisherigen Berufserfahrung mit dem Tätigkeitsfeld vertraut. Alle Mitarbeiter*innen im Krisendienst haben ferner unterschiedliche Schulungen absolviert, auch um die eigene Handlungssicherheit zu erhöhen. Zudem werden wie angesprochen Supervisionen regelhaft angeboten. Als Entlastung stehen sowohl die

Teams für Fallbesprechungen, aber auch die verantwortlichen Dienstleiter zur Verfügung. Entscheidend ist, bereits auch im Vorfeld die Gesundheit der Mitarbeiterschaft im Auge zu behalten. Ich denke hier vor allem an die Gefährdungsbeurteilungen bezüglich möglicher psychischer Belastungen oder die Unterstützungsmöglichkeiten der Berufsgenossenschaft bei extremen Belastungssituationen.

GO: *Was müsste getan werden, damit Menschen erst gar nicht in schwere seelische Krisen geraten?*

FRAU KUNZ: Ich persönlich glaube, dass seelische Krisen zu uns Menschen gehören. Jeder Mensch empfindet eine Krise anders, dies macht uns auch zu Menschen. In eine seelische Krise kann jeder Mensch geraten, das ist ja nicht gleich eine psychiatrische Erkrankung. Das Beste dabei ist, sich nicht zu verstecken, sich Hilfe zu suchen und diese anzunehmen. Gemeinsam ist jedes Problem lösbar.

HERR GUTH: Krisen gehören zum Leben. Statistisch gesehen gerät jeder dritte Mensch einmal in seinem Leben in eine Krise, die er oder sie nicht aus eigener Kraft überwinden kann. Wir haben zum einen in Oberbayern ein sehr gutes ambulantes psychiatrisch-psychosoziales Unterstützungssystem. Zum anderen wären aber auch mehr präventive Maßnahmen notwendig, z. B. mehr Aufklärung über psychische Störungen oder generell über den menschlichen Körper und psychische Funktionen. Hier könnte im Sinne auch der Entstigmatisierung psychisch Kranker viel erreicht werden. Wir wissen alle, wie ein Auto funktioniert, aber was in unserem eigenen Körper abläuft ist uns oft unbekannt und schleierhaft.

GO: *Weihnachten steht vor der Tür. Welche Wünsche haben Sie für das Jahr 2020?*

FRAU KUNZ: Das AWF-Team des Krisendienstes wünscht sich eindeutig mehr Einsätze. Wir sind bereit für Menschen in der Krise. Haben sie keine Scheu sich zu melden.

HERR GUTH: Dass wir gesund und weiterhin aufmerksam bleiben – für uns selbst und für die Belange der Menschen um uns herum. Bezüglich Krisendienst natürlich insbesondere, dass wir auf die Belange der Menschen in der Region, die in Krisen geraten, eingehen können, Außerdem wünsche ich mir, dass wir dieses nun seit über zwei Jahren funktionierende Hilfesystem auch 2020 weiter so ausbauen können, dass möglichst viele Menschen davon profitieren.

GO: *Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit für dieses Interview genommen haben. Wir danken Ihnen und Ihrem Team für den Einsatz für die Bürger*innen. Wir wünschen Ihnen ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein glückliches Jahr 2020.*

Das Interview wurde von Helga Friehe geführt.

Kontakt:



Anja Kunz

Krisendienst Psychiatrie
AWF-Dienst Neuburg-Schrobenhausen
Soziale Zukunft gGmbH
Tel.: 01522 9617129

Kontakt:



Martin Guth

Dipl.-Sozialpädagoge (FH)
Krisendienst Psychiatrie
Gebietskoordination Region Ingolstadt
Jesuitenstraße 1
85049 Ingolstadt
martin.guth@caritas-ingolstadt.de
www.krisendienst-psychiatrie.de

Erfolgreicher Hospiz- und Palliativtag

Zusammen mit dem Hospizverein der Malteser Eichstätt veranstaltete der Palliativmedizinische Dienst der Klinik Eichstätt im Oktober seinen zweiten Hospiz- und Palliativtag. Rund 200 Ärzte und Pflegekräfte informierten sich bei der Veranstaltung über das Thema Medizin und Ethik am Lebensende.

Wie kann die letzte Lebensphase menschlicher und individueller gestaltet werden? Das war die Kernfrage des Hospiz- und Palliativtags. Sie wurde mit einem umfangreichen Programm beantwortet, das 2 Vorträge und 10 Workshops beinhaltete. Richard Nikol, der selbst im Palliativteam tätig ist, führte als Moderator durch das Programm.

Er konnte als ersten Programmpunkt einen Vortrag über spirituelle Anamnese von Prof. Dr. Eckard Frick ankündigen. Der Leiter der Forschungsstelle Spiritual Care am Klinikum Rechts der Isar sprach über Spirituelle Anamnese und zeigte mit dem spirituellen Interview ein Instrument, mit dem Ärzte sich behutsam ins Innere der Menschen vortasten und ihre Einstellungen erfahren können.

Der Hausarzt hat eine „Schlüsselrolle“

Nach ihm referierte Prof. Dr. Dr. Bernd Feddersen vom Klinikum Großhadern über die Behandlungsplanung im Voraus. Er stellte ein Programm vor, mit dem Menschen im Krankheitsfall entsprechend ihrer Wünsche behandelt werden können, auch wenn sie keine Behandlungseinwilligung mehr äußern können. Dies basiert auf einem Vorgespräch, das geführt wird, wenn der Patient noch ansprechbar ist. In dem Gespräch werden die Einstellungen zum Leben und Sterben festgehalten und Parameter für die Patientenverfügung festgelegt. Eine Schlüsselrolle komme hierbei dem Hausarzt zu, der medizinische Fragen klären und die Einwilligungsfähigkeit des Patienten bestätigen dürfte.

Danach konnten sich die Teilnehmer je nach Interesse in den Workshops mit Themen wie Delir und Demenz am Lebensende, Palliative Sedierung, Schmerztherapie in der Palliativmedizin, Aromapflege, Klang-

massage und Patientenverfügung auseinandersetzen. Jeder Workshop dauerte 90 Minuten und gab den Teilnehmern wertvolle Tipps für die Praxis mit nach Hause.

Durchweg positives Feedback

Die Rahmenbedingungen für die Tagung in der Mittelschule Schottenau waren optimal: Die Schülerfirma kümmerte sich um Technik, Bestuhlung und Garderobe, der Freundeskreis der Mittelschule Schottenau bewirtete die Kongressbesucher mit teils

selbst gemachten Snacks und Kuchen. Im Anschluss an die Workshops konnten sich die Teilnehmer noch untereinander beim Get-Together im Tagesheim austauschen. Dort fielen die Rückmeldungen zur Tagung durchwegs sehr positiv aus. Im Rahmen des Hospiz- und Palliativtags wurde schließlich auch Albrecht Kühnle, der sechs Jahre lang Chefarzt der Akutgeriatrie an der Klinik Eichstätt gewesen war, verabschiedet.



Palliativteam, Referenten und Workshop-Anbieter freuen sich über den gelungenen Hospiz- und Palliativtag.

ANZEIGE



Dr. Konstantin Godin ist Chefarzt der Urologie

Die Klinik Sankt Elisabeth bietet neben der heimatnahen Grund- und Regelversorgung hoch spezialisierte Leistungen. In den letzten Jahren hat sich in einigen Hauptabteilungen ein Generationenwechsel vollzogen. Das sehr versierte Führungsteam hat seit Jahresanfang Zuwachs bekommen. Diese bestehende sehr gut aufgestellte Mannschaft komplettiert Dr. Konstantin Godin seit 1. Oktober dieses Jahres.

Als Leiter der Hauptabteilung Urologie befasst er sich mit der Diagnostik und den Erkrankungen der Nieren und des

harnableitenden Systems sowie der männlichen Geschlechtsorgane.

„Wir verwenden, wo medizinisch sinnvoll, minimalinvasive Verfahren. Diese Schlüssellochchirurgie ermöglicht das videounterstützte Operieren mit lediglich 5 bis 10 mm dünnen Instrumenten über entsprechend kleine Schnitte.

Neben schnellerer Genesung und weniger Schmerzmitteln sieht das operative Ergebnis auch kosmetisch besser aus. So vermeiden wir u. a. das Erschlaffen der Bauchmuskulatur“, so der Chefarzt.

www.sankt-elisabeth-klinik.de

KJF  Mut zum Leben



Sankt Elisabeth
KJF Klinik

HERZLICH WILLKOMMEN – unsere neuer Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben!

Arbeitsgeber und Leistungsanbieter:

Kontakt:



Helga Friehe

Projektleitung
Gesundheitsnetzwerk Leben

Postfach 100160 · 85001 Ingolstadt
Audi BKK

Hausanschrift:
Porschestraße 1 · 38440 Wolfsburg
Tel.: 05361 8482-204

Fax: 05361 8482-22204

Mobil: 0151 12659253

E-Mail: helga.friehe@audibkk.de

Internet: www.audibkk.de

ABENTEUERHAUS GmbH

Agentur für Workshops | Coaching | Vorträge

Abenteuerhaus GmbH

Goethestrasse 42

38440 Wolfsburg

Tel.: +49 (0)5361 2724815

Fax: +49 (0)5361 2724819

E-Mail: info@joachim-franz.com

www.joachim-franz.com

**Gemeinsam sorgen wir für ein gesundes
Berufsleben und Bürokratieabbau in
unserer Region!**

**Wir unterstützen Sie gern und freuen
uns auf Ihre Anregungen und Fragen.**

Ihr Gesundheitsnetzwerk Leben

ANZEIGE

Reha Fit Gesundheitszentrum Ingolstadt

- CMD-Zentrum/Kiefertherapie
- T-Rena Nachsorgeprogramm
- Rentenversicherung
- Krankengymnastik
- Krankengymnastik nach Bobath/PNF
- Krankengymnastik am Gerät
- Physikalische Therapie
- Gelenktraining
- Taping/Kinesiotape
- Medizinische Massage
- Ergotherapie
- Hausbesuche
- Vitaltraining
- Wellness
- Handtherapie/Schienenbau
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage

Reha Fit Gesundheitszentrum Ingolstadt
Am Westpark 1/Medi-IN-Park 85057 Ingolstadt
Tel. : 0841/99 37 999 Fax: 0841/99 37 823
E-Mail: anmeldung@reha-fit-ingolstadt.de
Internet: www.reha-fit-ingolstadt.de





Foto: WDR

Drogen und Suchtmittel verursachen in Deutschland erhebliche gesundheitliche, soziale und volkswirtschaftliche Probleme: Nach repräsentativen Studien (insbesondere Epidemiologischer Suchtsurvey 2018) sind 2,3 Millionen Menschen abhängig von Medikamenten. Rund 600.000 Menschen weisen einen problematischen Konsum von Cannabis und anderen illegalen Drogen auf. Der Drogenhandel und die Beschaffungskriminalität sind dabei nicht außer Acht zu lassen. Noch nie war es so einfach an Drogen zu kommen wie heute. Die Nutzung von sozialen Medien, Darknet-Marktplätzen und Verschlüsselungstechniken helfen dabei Menschen für den Drogenhandel und den Drogenkonsum zu gewinnen. Die Folgen und das Leid für die Betroffenen und das Umfeld sind unermesslich.

Einblicke in ein bewegtes Berufsleben und die Zeit danach

Joe Bausch, Schirmherr der 6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben

Joe Bausch (Hermann-Joseph Bausch-Hölterhoff) hat die Schirmherrschaft für die 6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben in Ingolstadt übernommen. Joe Bausch ist Arzt, Schauspieler und Buch-Autor. Seine ersten regelmäßigen Auftritte als Schauspieler hatte er im Tatort Dr. Joseph Roth. Mit dem Buch „Knast“, welches 2012 erscheint, feiert er sein Debüt als Autor.

Sein Arbeitsplatz war von 1986 bis 2018 die Justizvollzugsanstalt Werl. Dort arbeitete er als Gefängnisarzt. Seine Amtsbezeichnung war leitender Regierungsmedizinischer Direktor. Werl ist ein Hochsicherheitsgefängnis mit etwa 1.000 Insassen. Dort sitzen die Bösesten der Bösen ein.

Wir freuen uns aus dem Leben von Joe Bausch berichten zu dürfen.

GO: Herzlichen Dank Herr Bausch-Hölterhoff, dass Sie sich die Zeit für uns nehmen und uns einen Einblick in Ihr bewegtes Leben geben. Ihr Arbeitsleben in der Justizvollzugsanstalt ist abgeschlossen. Wie geht es Ihnen jetzt ein Jahr danach?

HERR BAUSCH: Gut! Ich vermisse etwas meine Patienten, aber nicht den Knast.

GO: Haben Sie sich auf den Ausstieg aus dem Arbeitsleben hinter Gittern vorbereitet?

HERR BAUSCH: Nein! Das Ende war absehbar und doch kommt es dann plötzlich. Durch meine Lesungen finde ich langsam Abstand.

GO: Ein Arbeitsalltag hinter Gittern und zeitgleich als Schauspieler in fiktiven Kriminalfällen: War das der Ausgleich, um die Balance im Leben nicht zu verlieren?

HERR BAUSCH: Sicher hat mein zweiter Beruf dazu beigetragen meine Balance zu behalten und die Freude an der Arbeit „im Knast“ nicht zu verlieren.

GO: Es hat sicher viele andere Möglichkeiten für Sie gegeben. Was hat Sie dazu bewegt

als Arzt einen Arbeitsplatz hinter Gittern zu wählen?

HERR BAUSCH: Zuerst war es Zufall und Neugier, die mich dahin geführt haben. Nach drei Jahren habe ich mich letztendlich dazu entschieden zu bleiben.

GO: Gab es Momente, wo Sie darüber nachgedacht haben nicht mehr im Gefängnis arbeiten zu wollen? Was war in diesen Momenten besonders belastend für Sie?

HERR BAUSCH: Nach der Geiselnahme 1992 und den ersten anonymen Drohanrufen habe ich kurz darüber nachgedacht, mich aber für das Bleiben entschieden.

Es hat mir Freude gemacht die medizinische Versorgung im „Knast“ zu verbessern

GO: Gab es auch schönste Erlebnisse in Ihrem Arbeitsleben im Gefängnis?

HERR BAUSCH: Man wird sehr genügsam was das angeht. Mir hat es Freude gemacht, die medizinische Versorgung im „Knast“ weiter zu verbessern.

GO: Sie haben unterschiedliche Studiengänge absolviert und zeitgleich auch noch Bühnenerfahrungen gesammelt. Können Sie uns mehr dazu verraten?

HERR BAUSCH: Meine ersten Bühnenerfahrungen konnte ich im Ruhrgebiet mit dem Theaterpathologischen Institut um Autor und Regisseur Roland Reber sammeln. Parallel studierte ich Theaterwissenschaft, Politik und Germanistik in Köln, Rechtswissenschaften in Marburg sowie Medizin an der Bochumer Ruhr-Universität. 1985 hatte ich im Kinofilm „Zahn um Zahn“ mein Debüt vor der Kamera. Danach folgten Gastauftritte in verschiedenen ARD-Serien und Fernsehfilmen. In der Rolle des Gerichtsmediziners Dr. Joseph Roth habe ich dann im Kölner Tatort des Westdeutschen Rundfunks eine spannende Zeit erleben dürfen.

GO: Sie haben viele unterschiedliche Rollen gespielt? Welche Rolle hat Ihnen am meisten Spaß gemacht?

HERR BAUSCH: Am liebsten habe ich die bösen Jungs und Verbrecher gespielt. Das macht am meisten Spaß und ist die größte Herausforderung.

GO: Was waren bisher Ihre persönlichen Highlights Ihrer Schauspielkarriere?

HERR BAUSCH: Auf jeden Fall meine Rolle als Gerichtsmediziner im Kölner Tatort. Das war schon eine besondere Erfahrung.

Viele Patienten waren ein bisschen stolz auf ihren berühmten Arzt

GO: Welche Auswirkungen hatte Ihre Schauspielkarriere auf Ihre Arbeit als Arzt hinter Gittern?

HERR BAUSCH: Meistens positive. Viele Patienten waren ein bisschen stolz auf Ihren berühmten Arzt und die Medien haben sich für meine Arbeit im Knast interessiert.

GO: Wenn Sie heute entscheiden könnten, würden Sie den gleichen Weg noch einmal gehen?

HERR BAUSCH: Schwer zu sagen, mein Weg ist ja noch nicht zu Ende!

GO: Mit Ihren Kollegen aus dem Kölner Tatort setzen Sie sich mit dem Tatort-Verein "Straßen der Welt" weltweit dafür ein, Kinderrechte zu fördern, Armut zu bekämpfen und nachhaltige Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Wir danken Ihnen, dass Sie Schirmherr für die 6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben sind. Warum ist vernetzte Zusammenarbeit wichtig und welche Vorteile ergeben sich daraus fürs Berufsleben, für alle Lebenswelten und letztendlich für jeden Menschen?

HERR BAUSCH: Nur wenn wir alle Hilfsangebote bündeln und transparente Zuordnungen schaffen können wir den betroffenen Patienten helfen. In der vernetzten Welt von Heute ist das ein Muss.

GO: Sie sind auch Schirmherr für das Projekt „Straßenabitur“ und wirken beim Aufbau und der Gestaltung des Projektes mit. Können Sie uns ein bisschen mehr über das Projekt verraten?

HERR BAUSCH: Um Drogenabhängigkeit zu verhindern tun sich erfahrene Krankenhelfer, langjährige Drogenabhängige und Ärzte zusammen, um die Betroffenen besser und schneller zu erreichen.

GO: Warum liegt Ihnen das Projekt so am Herzen und was möchten Sie gemeinsam mit den Beteiligten erreichen?

HERR BAUSCH: Die Prävention ist das Beste was Medizin leisten kann. Frühzeitig mit richtigen Therapien zu beginnen ist das Zweitbeste.

GO: Werden wir Sie jetzt häufiger in der Region 10 Ingolstadt begrüßen dürfen?

HERR BAUSCH: Auf jeden Fall viel häufiger als früher!

GO: Wir danken Ihnen für dieses Interview und Ihr Engagement. Wir wünschen Ihnen alles Gute und freuen uns auf das Wiedersehen am 12.02.2020.



Das Interview wurde von Helga Friebe geführt.

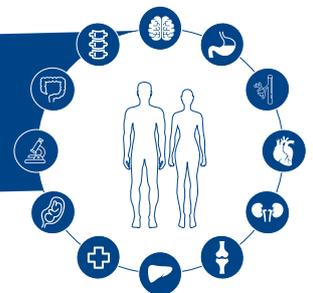
SAVE THE DATE

Joe Bausch wird am 12.02.2020 die **6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben** unterstützen. Wer Joe Bausch persönlich kennenlernen möchte ist herzlich zur Benefiz-Lesung mit anschließender Autogrammstunde eingeladen. Der Erlös der Veranstaltung geht an das Projekt „Straßenabitur“. Weiterhin besteht die Möglichkeit mehr über die Arbeit im Gesundheitsnetzwerk Leben zu erfahren.

ANZEIGE

Gesundheit im Fokus

Kostenlose Vortragsreihe für Patienten und Interessierte



29. Jan
17:30

Die vier Säulen der plastischen Chirurgie

Dr. Jan Eric Zinndorf
Leiter der Sektion für Hand- und Plastische Chirurgie

11. Mrz
17:30

Wenn der Darm Alarm macht!

Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

Prof. Dr. Josef Menzel
Direktor der Medizinischen Klinik II

12. Feb
17:30

Keine Angst vor der Narkose! Einblicke in die Anästhesie

PD Dr. Martina Nowak-Machen
Direktorin der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, Palliativ- und Schmerzmedizin

1. April
17:30

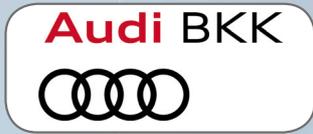
Schmerzen trotz Wirbelsäulen-OP!

Was dem Rücken jetzt noch hilft

Dr. Robert Morrison
Leiter der Sektion für Konservative und Operative Wirbelsäulentherapie

Gemeinsam für ein g und Bürokratieabba

Kostenträger



Universitäten



Kirche



Ihr Gesundheits

Gewerk



Leistungs



Wir arbeiten gemeinsam mit den beteiligten Arbeitgebern daran:

- ▶ einen Hilfebedarf zeitnahe zu erkennen
- ▶ Qualifizierungsmaßnahmen zur Verfügung zu stellen
- ▶ gezielte Präventions-, Rehabilitations-, Nachsorgemaßnahmen anzubieten, die sowohl auf die persönlichen Bedürfnisse und die Anforderungen am Arbeitsplatz abgestimmt sind
- ▶ gute Arbeitsbedingungen
- ▶ eine Über-, Unter-, Fehlversorgung zu vermeiden

Gesundes Berufsleben in unserer Region

Arbeitgeber

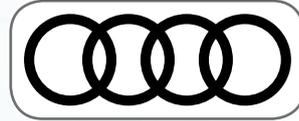
Netzwerk Leben

Verbandschaften



tsnetzwerk ben

Sanbieter



- ▶ Unterstützung bei der Wiedereingliederung am Arbeitsplatz
- ▶ die richtige Versorgung zum richtigen Zeitpunkt zur Verfügung zu stellen und eine lückenlose Versorgungskette bereitzuhalten ohne lange Wartezeiten
- ▶ die vorgegebenen Leitlinien in der Versorgung umzusetzen und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse einzubeziehen

Wir wünschen uns, dass Sie gesund bleiben.

Sollten Sie erkrankt sein, möchten wir Ihnen helfen schnell wieder gesund zu werden!

Expeditionen funktionieren wie Unternehmen.

Sie wachsen mit Menschen die Expedition verstanden haben!

ABENTEUERHAUS GmbH

Agentur für Workshops | Coaching | Vorträge



Schlittenhund-Expedition in Skandinavien



Aconcagua Expedition



Iron Curtain Trail Expedition



Patagonien / Pan Americana Expedition



Herbst Training

Fotos: Abenteuerhaus GmbH

Joachim Franz, mehrfacher Preisträger, hat es mit viel Mut und Disziplin geschafft, sein Übergewicht umzuwandeln in positive Energie. Er hat mehr Wert auf Bewegung gelegt und seine Begeisterung für den Sport über das Kommunikationsmittel „Expedition“ umgesetzt. Bis an die Grenzen, doch nie darüber hinaus. Erfolgreich konnte er viele Jahre großen Expeditionssport in der ganzen Welt betreiben. Diese Erfahrungen, die er gemeinsam mit seiner Geschäfts- und Expeditionspartnerin Sandra Wukovich und einem großen Team seit mehr als 15 Jahren sammelt, werden mit Menschen in Unternehmen und mit jungen Menschen in den Schulen geteilt. In seinem „Jubiläumjahr 60“ blickt er zurück auf 30 Jahre Sport und extreme Belastung, so urteilen die einen, 30 Jahre in Bewegung und eine gute Basis zum Körper, so sieht es Joachim Franz.

GO hatte die Ehre mit Joachim Franz dieses Interview führen zu dürfen. Herr Franz ist Geschäftsführer, Expeditionsleiter, Abenteuersportler, Referent und Buchautor.

GO: Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit für dieses Interview nehmen und uns einen Einblick in Ihr spannendes und erfolgreiches Leben geben. Sie haben bei einem großen Industriebetrieb gearbeitet und über Nacht entschieden einen neuen Weg zu gehen. Was war der Auslöser für diese Entscheidung?

HERR FRANZ: Es war eine sehr gute und lehrreiche Zeit in einem großen Konzern zu arbeiten, von der Ausbildung bis zum Ausstieg nach 30 Jahren. Ich glaube, dass Menschen, die Freiheit und Fernweh in sich tragen, irgendwann in ihrem Leben Entscheidungen treffen müssen, um diese Werte auch leben zu können. Ich habe viele Jahre gebraucht die Entscheidung mit voller Konsequenz wirklich zu treffen.

GO: Was hat sich danach in Ihrem Leben verändert?

HERR FRANZ: Da ich parallel zu meinem Job, immerhin 15 Jahre lang, meinen Weg in die Welt gesucht habe, war der Wechsel in die Selbstständigkeit „ohne Netz und doppelten Boden“ nicht total abrupt. Dennoch spürt man sofort die

Wirkung, wenn man sich zu 120% auf einen Weg konzentriert. Der große Mut und die großen Erfolge kamen erst dann.

Die größte Expedition ist man am Anfang selbst

GO: Eine „Expedition“ zu planen und durchzuführen ist schon eine besondere Herausforderung. Was hat Sie daran fasziniert ohne jede Erfahrung und ohne Geld diese Herausforderung anzunehmen?

HERR FRANZ: Die größte Expedition ist man am Anfang selbst! Man hat einen Menschen morgens im Spiegel von dem man nicht weiß, was in ihm steckt. Vieles geht zwischen Kindheit, Erwachsen werden und Groß sein verloren. Man kann einen Weg beginnen, Vieles wieder zu entdecken. Manchmal reicht das als Grundlage um seine Energie wieder zu bekommen. Hat man die Energie, sammelt man Erfahrungen. Wir wissen ja: Nicht wir machen Erfahrungen, die Erfahrungen machen uns! Dann geht Alles, auch Expeditionen.

GO: *Wie haben Sie es geschafft Teilnehmer*innen für Ihr Vorhaben zu gewinnen?*

HERR FRANZ: Ein wunderbarer Wert heißt Begeisterung. Jede Expedition fängt beim Expeditionsleiter an. Ist wie in jedem anderen Unternehmen auch. Kann der Chef die Begeisterung nicht formulieren, sie nicht in die Mannschaft tragen, das Warum nicht authentisch formulieren, dann gibt es keine erfolgreiche Mannschaft. Menschen werden sich immer den Menschen anschließen die glaubwürdig sind!

GO: *Wie ist es Ihnen immer wieder gelungen völlig unterschiedliche Menschen zu einer „Expedition“ zu vereinen und als Team unter extremen Bedingungen erfolgreich zu machen?*

HERR FRANZ: Wir haben schon zum Beginn der größeren Expeditionen darüber nachgedacht, wie wir ein optimales Team auf die Beine bekommen. Wir haben dabei eine „Expeditionsstrategie“ festgelegt. Hierbei kommt es darauf an, von den möglichen Expeditionsteilnehmern herauszubekommen, was sie der Expedition anbieten können. Am Ende dieser Prozesse standen herausragende Teams.

GO: *Was waren die größten Herausforderungen und Hindernisse?*

HERR FRANZ: Wir hatten uns schon 1998 entschieden, die Expeditionen zu einem sozialen und humanitären Thema zusammenzufassen. HIV / AIDS schien uns eines der größten Probleme der Weltgesellschaft zu sein und in zwei Jahren Recherchearbeit wurde die „WORLD AIDS AWARENESS EXPEDITION“ geboren, die uns dann 13 Jahre lang beschäftigt hat. Ich hätte niemals damit gerechnet, dass uns das gewählte Thema die meisten Türen verschließen würde. Probleme löst man nicht durch wegschauen!

Ein Sicherheits- und Rettungskonzept gehört zu einer gut vorbereiteten Expedition

GO: *Gab es bei den Expeditionen auch Verletzte?*

HERR FRANZ: Zu einer gut vorbereiteten Expedition gehört natürlich auch ein Sicherheits- und Rettungskonzept. Ist man gut vorbereitet schließt man viele Gefahrenpotentiale von vornherein aus. Kommt es dennoch zu Verletzung oder Notfällen, weiß jeder was zu tun ist. Wir hatten in all den Jahren kaum ernsthafte Zwischenfälle und kein einziges Teammitglied musste die Expedition abbrechen.

GO: *Welche Ziele hatten Ihre Expeditionen und was haben Sie damit in den 30 Jahren bewirken können für die Teilnehmer*innen und die Menschen, die Hilfe benötigen?*

HERR FRANZ: Den Rahmen meiner Reisen vor dem HIV- / AIDS-Engagement habe ich genutzt um viele Probleme der Welt zu betrachten und um mich Institutionen anzuschließen, die beispielsweise den Regenwald, Nashörner, Flussdelphine oder Wale retten wollten. Ich habe mich für behinderte Sportler und Kinder eingesetzt, für Hospize gesammelt und vieles mehr. Ab 1999 galt mein ausschließliches Interesse dem Thema HIV / Aids und Bildung. Ich habe etwa 110 Länder bereist und dabei mit unterschiedlichen Institutionen viele Projekte ins Leben gerufen und finanziert. Dazu zählte ebenso der Aufbau von Netzwerken für Grasroot-Projekte, wie die Zusammenarbeit mit den Vereinten Nationen UNAIDS oder meine Rolle als HIV- / AIDS - Gesundheitsbotschafter der Volkswagen AG. Ab dem Jahr 2006 habe ich mit Sandra Wukovich den BE YOUR OWN HERO e.V. ins Leben gerufen mit dem wir bis heute vor allem in Südafrika richtungsweisende Arbeit für den Aufbau ländlicher Regionen betreiben. Wir sind stolz für unsere Arbeit mit Auszeichnungen, wie dem Bundesverdienstkreuz, dem Europäer des Jahres oder dem Hope Award Dresden ausgezeichnet worden zu sein, denn der nötigen Netzwerkarbeit hat dies ungemein geholfen.



GO: *Was bewegt Sie und Ihr Team bundesweit in Schulen zu gehen, junge Menschen zu begeistern und auch nachhaltig zu unterstützen, einen gesunden Lebensweg einzuschlagen?*

HERR FRANZ: Wir haben 2013 beschlossen die großen Expeditionen zu beenden und unser Wissen in die Persönlichkeitsentwicklung von Menschen zu investieren. Dazu gehörte die Entwicklung einer Plattform die heute den Namen WORLD YOUTH EXPEDITION trägt. Es ist wichtig, dass junge Menschen ihre Potentiale von Körper und Geist erkennen und lernen, wie man aus diesen Schätzen eigene „kleine“ Expeditionen erdenken

und umsetzen kann. Wir durften in diesem Zusammenhang vor vielen 10.000 jungen Menschen Impulsvorträge halten und ha-



ben eine große Zahl an Ideen und Umsetzungen begleiten dürfen.

GO: *Gab es bei Schulveranstaltungen bisher Highlights, auf die Sie besonders gern zurückblicken?*

HERR FRANZ: Jeder junge Mensch, der sich für die Welt von morgen interessiert ist unser Highlight. Die Veränderung von Persönlichkeiten in kürzester Zeit, zu spüren was Begeisterung mit jungen Menschen machen kann, die von Zuhause oft wenig Inspiration erfahren, darauf blickt unser ganzes Team gern und mit Stolz zurück.

Wann darf ich Mensch sein?

GO: *Sie werden bundesweit von Unternehmen gebucht. Wo sehen Sie die größten Probleme in den Unternehmen?*

HERR FRANZ: Wir denken nicht in Problemen. Die Unternehmen stehen vor großen Herausforderungen und die Mitarbeiter und Führungspersonlichkeiten vor der einfachen Frage: „Wann darf ich Mensch sein?“. Die Kommunikation der digitalen Welt ist anders. Die vielen Informationen über den Tag gilt es zu verarbeiten und im besten Fall sofort darauf zu reagieren. Was uns auf dem Weg verloren geht sind intensive Vorbereitungen, sinnvolle Pausen, das Wissen „Mit wem bin ich hier unterwegs?“ Ein Beispiel: Gönne ich meinem Körper im Trainingsrhythmus



keine Pausen, dann kann er sich weder weiterentwickeln, noch wird er Höchstleistungen bringen. Darüber hinaus wird er anfällig für Verletzung. Wir versuchen über unsere Vorträge, Workshops und weiteren Beiträgen den Unternehmen zu veranschaulichen, was im Kern passiert.

GO: *Was möchten die Unternehmen in der Regel erreichen? Gibt es einen Schwerpunkt, der in vielen Unternehmen identisch ist?*

HERR FRANZ: Unternehmen wollen und müssen sich verändern. Veränderungen machen Angst und Verunsicherung. Viele Unternehmen wollen ihre Mitarbeiter darauf vorbereiten, sie zusätzlich motivieren diese neuen Wege mitzugehen. Das Zusammenspiel ganz unterschiedlicher Generationen dabei nicht aus dem Auge verlieren und dennoch den alten Pioniergeist wecken. Hatten wir früher meist kurze Auftragsklärungen, so gehen wir heute mit unseren Auftraggebern in Klärungsworkshops, denn der Beginn eines Veränderungsprozesses muss heute von vielen unterschiedlichen Seiten betrachtet werden und benötigt höchste Aufmerksamkeit. Hat man hier seine Hausaufgaben gemeinsam gemacht, spart man sich später viele Meetings und Abstimmungsprozesse und das Endprodukt entspricht den Erwartungen.

GO: *Welche Erwartungen haben die Unternehmen an Sie und Ihr Team?*

HERR FRANZ: Wir können Expeditionen! Genau das erwarten unsere Auftraggeber von uns. Wir können einer Vielzahl von Veränderungsszenarien mit unserer „Expeditionsstrategie“ begegnen. Was wir in vielen Expeditionsrealitäten gelernt haben, können wir authentisch in die Startphasen von Unternehmensexpeditionen einbringen. Und fast jedes Unternehmen steht vor großen Veränderungen!

GO: *Gibt es Hürden, die Sie überwinden müssen?*

HERR FRANZ: Expeditionen bestehen aus einem Ineinandergreifen von Werteketten. Am Anfang steht der Mut. Hier braucht es aus unserer Sicht noch sehr viel mehr Mut bei vielen Unternehmen.

GO: *Was war bisher das schönste Erlebnis in einem Unternehmen?*

HERR FRANZ: Jedes Unternehmen ist einzigartig, und unsere Ideen und die daraus entstehenden Module werden genau aus diesem Grund auch einzigartig. Das Resultat und der schönste Moment in unserer Arbeit ist der, wenn die Teilnehmer wieder entdecken, dass sie Abenteurer und Expeditionisten sind. Dann sind wir glücklich und der Auftraggeber noch mehr.

Nicht jeder Mensch mag auf eine Expedition gehen

GO: *Gibt es auch Dinge, die nicht so gut gelaufen sind?*

HERR FRANZ: Wir sind ehrlich zu den Teilnehmern. Nicht jeder Mensch mag auf eine „Expedition“ gehen. Die Komfortzonen zu verlassen ist eben nicht Tagesordnung. Dennoch brauchen wir an vielen Punkten der Expeditionsstrategie ein Commitment. Hier kommen Menschen an Grenzen. Wir nehmen es allerdings nicht persönlich, wenn Teilnehmer „aussteigen“! Wir registrieren dies, begleiten und zeigen Möglichkeiten auf.

GO: *Es war beeindruckend, Sie vor kurzem bei der 1. Gesundheitskonferenz in der Gesundheitsregion Helmstedt (Niedersachsen) zu erleben, wo Sie die Bürger*innen einer ganzen Region mit Ihrem Vortrag „AB HEUTE ALLES ANDERS!“ begeistert und motiviert haben. Was ist für Sie der größte Motivator?*

HERR FRANZ: Das Leben. Es bietet uns ein ganzes Leben lang täglich eine neue Chance. Wir haben nur eines davon und ich versuche mit meinem Geist und Körper diese Chancen zu nutzen und mein Leben, bewegt von möglichst vielen Herausforderungen bis zum Ende zu gestalten. Ich liebe den Dialog zwischen Charly Brown und

Snoopy dazu. Charly Brown: Eines Tages werden wir sterben! Snoopy: Ja, aber an allen anderen Tagen nicht!

GO: Sie sind weltweit vernetzt und haben sich jetzt auch für eine Partnerschaft im Gesundheits-



netzwerk Leben entschieden. Warum ist Ihnen diese Partnerschaft wichtig?

HERR FRANZ: War das eine Frage? Gesundheit, also Mobilität für Geist und Körper sind die einzig sinnvollen Investitionen in unser Alter. Und Netzwerke bieten Kompetenz über den eigenen Horizont und das lokale Wissen hinaus. Netzwerke sind ALLES!

GO: Ist Ihr 60. Geburtstag im nächsten Jahr ein besonderer Anlass, um auf Ihr Leben zurückzuschauen?

HERR FRANZ: Wenn man im Jahr 1960 geboren ist und mit 30 Jahren praktisch ein zweites Leben begonnen hat, ist das eine sensationelle Chance! Jahrgang 60 wird 60, gutes

Partymotto, aber nochmal Anreiz aus Rückblick, Istzustand und Ausblick etwas Großartiges zu machen. Das Projekt heißt 60 Challenge und beschäftigt sich mit dem Leben aus drei Blickwinkeln. Dazu haben wir drei verschiedene Vorträge gestaltet, die wie immer amüsant und nachdenklich das Leben betrachten. „Man müsste nochmal 30 sein ...!“ ist dabei einer meiner Lieblingssätze.

Junge Menschen lieben glaubwürdige Vorbilder

GO: Was möchten Sie gern noch erreichen und was ist Ihnen dabei besonders wichtig?

HERR FRANZ: Jeder Mensch der das Glück hatte seinen Weg erfolgreich zu meistern hat unendlich Vieles gelernt, vom Ausprobieren bis zum Scheitern, vom größten Glück zur tiefsten Trauer. Das ist das Handwerkszeug der „Lehrer“. Ich möchte selbst so viel wie möglich weitergeben von dem, was ich erfahren durfte. Und ich möchte so viele Menschen mit Persönlichkeit wie möglich dazu animieren, dieses auch zu tun. Junge Menschen lieben glaubwürdige Vorbilder!

GO: Zum Schluss noch eine ganz wichtige Frage: Gibt es in Ihrem Terminkalender noch freie Termine für Unternehmen, die gern mit Ihnen zusammenarbeiten möchten und ggf. welche Wartezeit ist dabei einzuplanen?

HERR FRANZ: Natürlich sind wir jederzeit ansprechbar und bisher hat es fast immer geklappt, dass wir mit interessierten Menschen und Unternehmen einen persön-

lichen Kontakt aufnehmen konnten um einen gemeinsamen Weg zu betrachten und umzusetzen. Wir lieben Expedition!

GO: Herzlichen Dank für dieses spannende Interview und Ihre wertvolle Arbeit. Wir wünschen Ihnen und Ihrem Team alles Gute und weiterhin viel Erfolg zum Wohle aller Menschen.

Das Interview wurde von Helga Friebe geführt.

Kontakt:



Joachim Franz und Sandra Wukovich

Goethestrasse 42
38440 Wolfsburg
Tel.: +49 (0)5361 2724815
Fax: +49 (0)5361 2724819
E-mail: info@joachim-franz.com

Bögl Hörakustik
Löwenstr. 15
85276 Pfaffenhofen
T: 08441/278 777

Lenbachstr. 52
86529 Schrobenhausen
T: 08252/9179 887



BÖGL
HÖRAKUSTIK
Ihre Ohren werden Augen machen!

**KLEINSTE
MINI-IM-OHR-
HÖRGERÄTE
GRATIS
TESTEN!**

BÖGL
HÖRAKUSTIK
Ihre Ohren werden Augen machen!

**GROSSES HÖREN
FÄNGT BEI BÖGL
GANZ KLEIN AN!**

Arbeitsfähigkeit erhalten – Rückkehr ins Berufsleben begleiten



Gesundheitsnetzwerk
Leben



KATHOLISCHE UNIVERSITÄT
EICHSTÄTT-INGOLSTADT

Unter diesem Motto fand am Ingolstädter Campus der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt die **5. Fachtagung „für ein gesundes Berufsleben“** statt. Organisiert wurde diese vom Gesundheitsnetzwerk Leben, der Audi

als auch nach einer Rehabilitationsphase beim Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess, wurden als wichtige Zugänge zur Resilienz-Stärkung im Betrieb erkannt und diskutiert. Diesem Diskursangebot folgten mehr als 60 interessierte Ärzte aller Fach-

führenden Worten von Prof. Dr. Dr. Janusz Surzykiewicz und Prof. Dr. Siegfried Jedamzik (Vorsitzender GOIN e. V. Ingolstadt) folgten die Beiträge der eingeladenen Experten, begleitet jeweils von einem anschließenden vertiefenden Austausch.



v. l. 1. Reihe: Prof. Dr. Dr. Janusz Surzykiewicz Lehrstuhl für Sozialpädagogik an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, Markus Bieber Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Organisation, Entwicklung und Controlling, Kristin Repert-Ristow Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Abteilung Sozialmedizinischer Dienst / Reha-Management, Helga Friehe Gesundheitsnetzwerk Leben und Audi BKK, Dr. med. Regina von Einsiedel Chefarztin des Zentrums für Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin (ZPPM) Bad Lippspringe, Leiterin des Schematherapie-Instituts Westfalen (IST-W), Leiterin des Dr. von Einsiedel-CoachingPlus!-Instituts Heidelberg), Dr. med. Christine Thiele-Doppler Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Coach und Mitglied im European Association for Supervision and Coaching (EASC), Prof. Dr. Joachim Thomas Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, Teresa Loichen wissenschaftliche Mitarbeiterin der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt
v. l. 2. Reihe: Michael Vogel Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, Dezernat Informations- / Kommunikationstechnik, Verbindung und Anwen-derbetreuung, Prof. Dr. Siegfried Jedamzik Niedergelassener Allgemeinarzt und Vorsitzender GOIN e. V., Dr. med. Michael Grubwinkler Chefarzt Orthopädie Ingolstadt, PASSAUER WOLF Medizin fürs Leben, Dr. Rainer Schmale und Marion Kiem Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd Abteilung Rehabilitation und Sozialmedizin

BKK, der Gesundheitsorganisation GOIN und dem Lehrstuhl für Sozialpädagogik, Prof. Janusz Surzykiewicz, sowie der Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der KU, Prof. Joachim Thomas.

Ziel der von der Bayerischen Landesärztekammer mitgetragenen Veranstaltung war es, einen **interdisziplinären Dialog** zwischen Experten aus Forschung und Praxis zu ermöglichen. Es wurden wertvolle Beiträge zur modernen Präventionsarbeit und schnellen, zielgerichteten Einleitung einer bedarfsorientierten Versorgung gegeben. Gerade die Rezeption von einem Coaching orientierten Beratungskonzepten, sowohl bei der Vorbeugung arbeitsbezogener, gesundheitlicher Beeinträchtigungen im Beruf,

richtungen sowie Vertreter anderer relevanter Fachdienste wie Psychiater, Psychotherapeuten, Fachberater, Sozialdienste sowie Personalreferenten und Führungskräfte. Zusätzlich konnten die Teilnehmer im Rahmen eines speziell organisierten Infomarktes sowohl mit den Vertretern unterschiedlichster Institutionen des Sozial- und Gesundheitswesens, wie beispielsweise die Deutsche Rentenversicherung, Agentur für Arbeit, Integrations- und Reha-Fachdienste, Caritas, als auch mit den Vortragenden Experten persönlichen in Austausch kommen und Netzwerke knüpfen.

Die Fachtagung wurde mit der Begrüßung durch den Dekan der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät Prof. Dr. mult. Anton Burger feierlich eröffnet; nach ein-

Präventionsmaßnahmen der Deutschen Rentenversicherung schneller einleiten und durchführen, um die Arbeitskraft zu erhalten

Dr. Michael Grubwinkler (Chefarzt PASSAUER WOLF City-Reha Ingolstadt) gab im Plenum Einblick in die schnelle Einleitung und Durchführung von Präventionsmaßnahmen und stellte hierzu auch die erfolgreiche Präventions- und Reha-Sprechstunde des PASSAUER WOLF vor. Er betonte, dass zur Umsetzung des Gesamtvorhabens Prävention bereits durch niederschwellige Angebote gute Erfolge erzielt werden können. Beispielsweise resultiert eine vereinfachte und schnelle Beantragung der Reha- oder Präventions-

maßnahme beim Deutschen Rentenversicherungsträger in einem nachhaltigen Wohlbefinden der Arbeitnehmer.

Moderne zielgruppenbezogene Prävention am Beispiel des PASSAUER WOLF Bad Griesbach

Eine weitere innovative zielgruppenbezogene Präventionsmaßnahme stellte mit dem „Abenteuer R.O.T.“ (Reflexion, Orientierung, Transfer) **Dr. Stephan Biesenbach** (Ärztlicher Leiter der Lebensstil Medizin beim PASSAUER WOLF) vor und zeigte die Vorteile einer sog. Lebensstilmedizin auf. Markant war hierzu seine Bezugnahme auf Erik Händeler: „Nicht von Gesetzen, die Geld anders verteilen, hängt die Bezahlbarkeit von Gesundheit in Zukunft ab, sondern von Veränderungen im Lebensstil, einem präventiven Gesundheitsmarkt und einer neuen Arbeitskultur“. Er betonte, dass Lebensstilmedizin nicht nur das Leben und die Medizin, sondern gerade den Stil, d. h. die Art und Weise, wie innere und äußere Faktoren auf das Leben wirken, in den Blick nimmt. Die Frage nach körperlichen und mentalen Bedürfnissen, nach Ressourcen und „erfülltem Leben“ beeinflussten

unseren mehr oder weniger gesunden Lebenslauf, doch auch der sehr gesund lebende Mensch sei nicht vor schweren Erkrankungen gefeit. Jedoch sei letztlich nicht das Wissen bzgl. präventiver Maßnahmen wie Bewegung und Sport oder gesunde Ernährung bedeutsam, wie zahlreiche Studien und auch ein weites Spektrum an Angeboten im Freizeitsport aufzeigen, vielmehr sei beachtenswert, dass wir dennoch irrational handeln und ungesund leben. Dr. Biesenbach zeigte auf, wie trotz der großen Herausforderungen und dem oftmals rauen Klima in der Arbeitswelt gerade mittels Entscheidungs-, Führungs- und Leitungskompetenzen sowie Teamwork zur Gesunderhaltung am Arbeitsplatz beigetragen werden kann. Mit Bezug auf die Präventionsmaßnahme „Abenteuer R.O.T.“ betonte er, dass Zeit und Natur Raum für Reflexion und Orientierung geben, um wieder achtsamer und gestärkt werden zu können.

Coaching: eine wertvolle Ressource in der Versorgung von berufstätigen Patienten*innen

Dr. Regina von Einsiedel (Chefärztin des Zentrums für Psychosomatische und

Psychotherapeutische Medizin Bad Lippspringe, Leiterin des Schematherapie-Instituts WestfalenLippspringe, Leiterin des Dr. von Einsiedel-CoachingPlus!-Instituts Heidelberg) befasste sich mit der Frage nach den verschiedenen Dimensionen der Prävention im betrieblichen Gesundheitsmanagement und der Arbeitswelt. Gerade die gesellschaftspolitischen und arbeitsbezogenen Transformationsprozesse sind gekennzeichnet von Phänomenen wie Unbeständigkeit, Unsicherheit, Komplexität und Mehrdeutigkeit (sog. VUCA-World: volatility, uncertainty, complexity und ambiguity), die eine große Herausforderung darstellen. Gerade diese erzeugen Stress und viele zusätzliche psychische Belastungen, die wiederum ein Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und Ressourcen in der Triade von Arbeitswelt-Gesundheit-Persönlichkeit bewirken. Die Referentin stellte die Hypothese auf, dass unter solchen Bedingungen von einer Assoziation zwischen der „digitalen Industrie 4.0“ und einer „Psyche 1.0“ in der Arbeitswelt gesprochen werden kann. Somit bestehe ein Präventionsbedarf in einer neuen Dimension, die von den Unternehmen als wichtiger Aspekt erkannt werden müsse. Eine Beraterische Kompetenz

Neue Räume der Klinik faszinieren

Ende November zeigte die Klinik Eichstätt beim Tag der offenen Tür die Gebäude, die im ersten Bauabschnitt der Generalsanierung entstanden sind. Mehr als 1.000 Besucher nutzten die Chance und besichtigten den neuen OP-Trakt und die neue Notaufnahme. Sie waren begeistert von Ausstattung und Aussehen.

Einen OP-Saal bekommt man nicht allzu häufig zu Gesicht. Und noch viel weniger wach und gesund. Daher ließen es sich über 1.000 Besucher nicht nehmen, einen Blick zu riskieren. Und sie waren begeistert. Breite Flure, helle freundliche Räume empfangen sie. Und ein großes, unterhaltsames Programm. Das chirurgische Team stellte seine laparoskopischen Instrumente vor. An diesen durften sich die Besucher auch



OP-Tisch als Strandliege: Besucher wurden in „Beach-Chair-Lage“ gebracht.

selbst probieren: beim Gummibärchen endoskopieren. Gar nicht so leicht war es für die großen und kleinen Gäste, die Gummibärchen mit der Zunge zu greifen, während sie ihr Ziel und ihre Bewegungen nur als Videoaufzeichnung auf einem Bildschirm verfolgen konnten. Nicht wenige waren danach beeindruckt von den Leistungen der Chirurgen, die bei Operationen in dieser Technik millimetergenau im Inneren des Körpers arbeiten.

Gleich nebenan wurde demonstriert, wie Gammanägel in Knochen gebohrt werden. Das Verfahren kommt in der Klinik etwa bei Schenkelhalsfrakturen zum Einsatz. Der Nagel verbindet dabei Hüftkopf und Schenkelhals und stabilisiert so die gebrochenen Knochenteile.

Sehr gut kam auch der OP-Tisch an, auf dem Besucher in die „Beach-Chair-Lage“ gebracht wurden. Die drei Abschnitte des OP-Tisches können mittels Fernbedienung

separat verstellt werden. Bei Schilddrüsen- oder auch Schulter-OPs wird der Patient so nach Einleitung der Narkose in eine Haltung gebracht, als säße er im Liegestuhl. In der Position kommen die Operateure optimal an die zu behandelnden Stellen heran.

Im zweiten Anbau gab das Team der Notaufnahme einen Einblick in die Triagierung, mit der bei Notfällen die Behandlungsdringlichkeit eingestuft wird. Für die Kleinen gab es beim Spaßgipsen und in der Kuschtiersprechstunde eine unbefangene Begegnung mit den Themen der Notaufnahme.



Klinik Eichstätt | Klinik Kösching | Seniorenheim Anlautertal Titting
kna.info@klinikallianz.com
www.kna-online.de

in Form von Gesundheitscoaching kann die Förderung von eigenen psychosozialen Ressourcen von Arbeitnehmern ermöglichen; ihre berufliche Selbstwirksamkeit, das Selbstwertgefühl und Zugehörigkeitsgefühl stärken und somit zum nachhaltigen Wohlbefinden des Einzelnen als auch der Belegschaft im Unternehmen beitragen. Durch die Schließung von Sollbruchstellen und durch die Weiterentwicklung primär beruflicher Anliegen sowie persönlicher Kompetenzen, kann es zu einer höheren Lebens- und Arbeitsqualität des Arbeitnehmers und seines Betriebes kommen. Eine erfolgreiche Prävention könne auch durch eine vereinfachte formelle und praktische Regelung von Zuständigkeiten und Übergängen zwischen Arbeitnehmern, Betrieben, Ärzten, Akutkliniken und Rehabilitationseinrichtungen erreicht werden.

Prävention eine Leistung der Deutschen Rentenversicherung

Marion Kiem und **Dr. Rainer Schmale** (Abteilung Rehabilitation und Sozialmedizin der Deutschen Rentenversicherung Bayern Süd) stellten ihr Präventionsvorhaben am Beispiel des Modellprojektes „Ü45-Check“ vor. Dieses wird zunächst in der Modellregion Ingolstadt eingeführt und dient der Erprobung eines berufsbezogenen Gesundheits-Checks für Personen ab dem 45. Lebensjahr. Auf Basis einer Stichprobe von ca. 3000 Probanden werden Versicherte über dem 45. Lebensjahr angeschrieben und zu einem für sie kostenlosen berufsbezogenen Gesundheits-Check eingeladen. Im Reha-Zentrum City-Reha Ingolstadt erhalten die Teilnehmer die Möglichkeit, ihren Gesundheitszustand feststellen zu lassen und bekommen kompetente, für sie passende Empfehlungen. Ziel ist dabei, möglichst frühzeitig eventuellen Präventions- oder Reha-Bedarf zu erkennen und notwendige Leistungen zu beantragen. Mit dem Check finden die Teilnehmer heraus, ob sie ihr Gesundheitspotenzial voll entfalten. Im Bedarfsfall können sie im Rahmen einer anschließenden Präventionsleistung Unterstützung dabei erhalten, ihre Gesundheit durch Bewegung, bewusste Ernährung und eine geschärfte Aufmerksamkeit für die Balance zwischen Freizeit und Beruf zu stärken. Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung können als ambulante Leistungen oder auch als eine einwöchige stationäre Maßnahme in einer Rehaklinik mit anschließender berufsbegleitender ambulanter Trainingsphase von 3 Monaten sowie einer 6-monatigen

Eigenaktivitätsphase erfolgen. Das Ziel des Modellprojektes „Ü45-Check“, so die Vertreter der Deutschen Rentenversicherung, sei die frühzeitige Bedarfserkennung und damit die Förderung eines gesunden, fitten und leistungsfähigen Lebens im Beruf und im Alltag der Menschen, um damit konkret einer längeren Arbeitsunfähigkeit, Chronifizierungen und frühzeitiger Erwerbsminderung vorzubeugen.

Unterstützendes Monitoring und Coaching bei beruflicher Rehabilitation Studie Workcoach

Prof. Joachim Thomas, Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der KU, stellte seine innovative Studie zum sog. „Workcoach“ vor. Mittels eines ambulanten Monitorings von Arbeitsprozessen wurde ein Coachingkonzept in Kooperation mit dem Berufsförderungswerk Bad Wildbad und der SRH Berufliche Rehabilitation Heidelberg entwickelt. Die benutzerfreundliche Anwendung des „digitalen Fragebogens“ auf dem Smartphone mit mehreren Messzeiten während des Tages ermöglicht es, verschiedene Schwankungen von Stresslevel und Coping bzw. des Wohlbefindens-Niveaus in Echtzeit zu erfassen. Die von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg finanzierte Forschung brachte wichtige Erkenntnisse zu prozessualen präventiven Fördermöglichkeiten von psychisch beeinträchtigten bzw. kranken Berufstätigen. Untersucht wurden u.a. das Belastungserleben, Befindlichkeitsaspekte und das Konzentrationsvermögen unterschiedlicher Probandengruppen, deren Arbeitszeit längere Schichten mit bis zu 12 Stunden aufweist, wie beispielsweise Pflegekräfte in der Intensiv- und Akutmedizin, Altenpfleger*innen und Polizeibeamte. Festgestellt wurde, dass die psychische Belastung der Teilnehmenden zum Teil überdurchschnittlich hoch, bei einem Teil sogar gesundheitlich bedenklich war. Hierzu wurden in der 6-monatigen Nachbetreuung bedeutende Vorteile eines digital unterstützten Coachings (sog. WORKcoach) nachgewiesen, v. a. eine stabilisierende Unterstützung im Umgang mit Belastungen sowie eine nachhaltige Sicherung der beruflichen Integration.

Ausstieg aus der Sucht und den Wiedereinstieg ins Arbeitsleben durch Coaching nachhaltig sichern

Abschließend führten **Prof. Janusz Surzykiewicz** vom Lehrstuhl für Sozialpäda-

gogik an der KU und die Ärztin **Dr. Christine Thiele-Doppler** von der European Association for Supervision and Coaching (EASC) eine kritische Auseinandersetzung zu Nutzungsmöglichkeiten von Coaching bei Suchtpatienten – bei deren Therapiebeginn sowie bei der Wiedereingliederung ins Arbeitsleben. Die systematische Reflexion von verschiedenen Studien bzgl. der Wirksamkeit von Coaching in diesem Gebiet führte zur Begründung eines Nachsorgekonzeptes für Arbeitnehmer mit Suchtproblemen. Prof. Surzykiewicz berichtete hierzu über Ergebnisse seiner Studie, die in Zusammenarbeit zwischen der KU und polnischen Einrichtungen zur Behandlung von Suchtpatienten durchgeführt wurde. Im durchgeführten Forschungsprojekt wurden Coaches speziell mit suchtspezifischen Kenntnissen und Kompetenzen ausgestattet. Die Ergebnisse zeigen auf, dass ein derart entwickeltes Coachingkonzept in allen Phasen der Prävention / Intervention sowie der Rückfall-Prävention mit unterschiedlichem Erfolg eingesetzt werden kann. Besonders positive Effekte ließen sich v. a. in der Motivationsphase für eine fachtherapeutische Betreuung belegen sowie im Übergang von der Reha-Phase ins Berufsleben bzw. auch in der Nachhaltigkeit der gewonnenen Therapieeffekte. Coaching war hierzu ein wichtiger Faktor für die Sicherung des Wohlbefindens bzw. der gestiegenen Lebensqualität der Klienten. Eine zentrale Rolle hierbei spielten auch Prädiktoren wie eine erhöhte gesundheitsbezogene Selbstwirksamkeit und emotionale Selbstregulation, die in Assoziation mit Achtsamkeit und religiöser Spiritualität bei den Klienten standen. Gleichzeitig wurde deutlich, dass eine erfolgreiche Anwendung von Coaching bei Suchtproblemen bzw. im Gesundheitswesen und betrieblichen Gesundheitsmanagement eine interdisziplinäre Zusammenarbeit verlangt, die auch der Klarheit der Rollen und zur Abgrenzung der Verantwortlichkeit diene. Dr. Thiele-Doppler und Prof. Surzykiewicz betonten den Nutzen effizienzbasierter Coachings und damit verbundener beruflicher Qualifizierung von Coaches.

Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben wurde mit den Dankworten von **Helga Friehe**, der Projektleiterin des Gesundheitsnetzwerk Leben und Vertreterin der Audi BKK zusammenfassend abgeschlossen. Sie hob die Bedeutung der Zusammenarbeit im Netzwerk hervor zugunsten der Arbeitenden und Unternehmen, der Institute und der Region Ingolstadt, die inzwischen als Modellregion für viele innovative Ideen bundesweit gilt.

Eindrücke von der 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben am 09.10.2019 in Ingolstadt

Deutsche Rentenversicherung

Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben leistete einen wertvollen Beitrag, die Bedeutung von frühzeitiger Bedarfserkennung, die Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung und die schnelle Einleitung erforderlicher Leistungen durch den eAntrag in den Fokus zu stellen. Zudem freuten wir uns, ein Modellprojekt zu einem neuen berufsbezogenen Gesundheits-Check in der Region Ingolstadt vorzustellen. Mit Hilfe aller Netzwerkpartner gelangen wichtige Innovationen mit dem Ziel, die Gesundheit unserer Versicherten und der Arbeitnehmer*innen der Region zu erhalten.

Krisendienst Psychiatrie



Martin Guth Dipl.-Sozialpädagoge (FH)
Krisendienst Psychiatrie
Gebietskoordinator Region Ingolstadt

Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben hat wieder einmal bewiesen, welche hohe Bedeutung der persönliche fachliche Austausch und die Vernetzung im Gesundheitswesen haben und was alles möglich wird, wenn es ein gut koordiniertes Kooperationsnetzwerk dazu gibt. Das konnte man in den Diskussionen im Plenum ebenso erleben, wie an den Infoständen der anwesenden Netzwerkpartner. Allzu oft arbeiten Anbieter im Gesundheitsbereich nebeneinander her, ohne ausreichend Kenntnisse von den Leistungen oder der Existenz des anderen zu haben.



v. l. 1. Reihe: **Matthias Busch** Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, **Marion Kiem** und **Dr. Rainer Schmale** Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd, **Michael Vogel** Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz, **Benedict Steckmann** Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz
v. l. 2. Reihe: **Kristin Repert-Ristow** Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, **Markus Bieber** Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg, **Andreas Baumann** Deutsche Rentenversicherung Bund

Dabei sind gerade beim Thema „gesundes Berufsleben und Bürokratieabbau“ gut abgestimmte Schritte in mehreren Bereichen sinnvoll und notwendig. Eine sehr gute Ergänzung zu den Fachvorträgen stellten die Netzwerk-Infostände dar: hier konnte man auf das Know-how der etablierten Akteure und auch Partner aus anderen Bundesländern zurückgreifen und konkret neue Wege der Zusammenarbeit mit Arbeitgebern, Kostenträgern, Verbänden, Leistungsanbietern der Gesundheitsversorgung und der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt beschreiten.

Klinikum Ingolstadt

Seit mehr als sieben Jahren arbeiten wir gemeinsamen mit vielen regionalen und überregionalen Partnern am Bürokratieabbau sowie am Aufbau einer sektoreneinergreifenden Gesundheitsversorgungskette zur Vermeidung und Verkürzung von Arbeitsunfähigkeit. Neben der Gesunderhaltung liegt es uns am Herzen ein hohes Maß an Lebensqualität auch weit über das

Berufsleben hinaus zu bewirken, sowie den Zusammenhalt zu fördern und zu stärken. Unsere 5. Fachtagung für ein gesundes Be-



Dr. med. Regina Guba-Albert
Leiterin Betriebsmedizin MVZ
Klinikum Ingolstadt

rufsleben am Ingolstädter Campus der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt hat uns erneut in unserem Handeln bestätigt. Nur wenn Kostenträger, Experten aus Wirtschaft, Wissenschaft und Praxis Hand

in Hand arbeiten kann es uns gelingen Berufstätige rechtzeitig zu erreichen und eine gezielte, bedarfsgerechte und wirtschaftliche Versorgung zu realisieren. So war neben den wertvollen Fachbeiträgen der Austausch der Netzwerkpartner ein wichtiger Bestandteil unserer Fachtagung. Wir wünschen uns, dass viele Berufstätige die wichtigen Angebote auch nutzen und damit die Eigenverantwortung für ihre Gesundheit übernehmen. Niemand sollte mehr warten bis nichts mehr geht. Es wäre schön, wenn die Arbeitgeber ihre Beschäftigten darin fördern, stärken und unterstützen. Seit dem Start vom Gesundheitsnetzwerk Leben wirke ich bei der Entwicklung mit. Es ist für mich eine große Freude ein Teil dieses wertvollen Netzwerkes zu sein.

PASSAUER WOLF Ingolstadt



Foto: PASSAUER WOLF

Dr. med. Michael Grubwinkler
Ärztlicher Direktor
PASSAUER WOLF Ingolstadt

Der Austausch zwischen den Netzwerkpartnern war auch in diesem Jahr wieder äußerst gewinnbringend. Präventionsmaßnahmen – besonders im Berufsleben – tragen maßgeblich dazu bei, die Gesundheit der Arbeitnehmer zu erhalten. Die Impulse aus der Fachtagung machen deutlich, wie wichtig dieses Thema für das gesamte Gesundheitsnetzwerk Leben ist. Beim PASSAUER WOLF sehen wir bei der Betreuung von entsprechenden Gästen, wie viel Potenzial in der Prävention stecken kann. Das ist einer der Gründe, weswegen wir neben der Rehabilitation auch schon seit vielen Jahren aktiv in der Entwicklung und Durchführung von Präventionsprogrammen beteiligt sind.

Bayerische Krebs- gesellschaft e.V.

Die Psychosoziale Krebsberatungsstelle ist seit Mitte des Jahres Netzwerkpart-



Foto: plus60

Ulrike Adlkofer Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Psychoonkologin (DKG), Leiterin der Psycho-
sozialen Krebsberatungsstelle Ingolstadt
der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

ner und auch unser Träger. Die Bayerische Krebsgesellschaft hat sich als Arbeitgeber angeschlossen. Prävention und ein gutes Gesundheitsmanagement in Betrieben ist ein bedeutsames Thema und wird zukünftig gesellschaftlich einen noch höheren Stellenwert einnehmen. Die Informationen am Fachtag waren sehr interessant und haben das Thema aus verschiedensten Perspektiven beleuchtet. Wichtig ist eine gute Zusammenarbeit aller am Prozess Beteiligter. Im Netzwerk sehe ich eine gute Chance, Schnittstellenprobleme zu vermeiden oder diese schnell zum Wohl der Klienten bzw. Patienten zu lösen. Die persönlichen Kontakte im Netzwerk sind sicher dabei hilfreich. Ich freue mich auf die gemeinsame Weiterentwicklung.

PROFESSION FIT



Foto: GOIN

Tony Hartung, B.A.
Director of Occupational Health Management
Senator (Mitglied im Senat der Wirtschaft)

Wir freuen uns, dass wir mit PROFESSION FIT, dem in Deutschland und Österreich führenden Digital Health Management Anbieter, seit kurzem auch Teil des Gesundheitsnetzwerks Leben sein dürfen. Die Symbiosen, die wir bereits auf der für uns ersten Fachtagung am Ingolstädter Campus der Katholischen Universität

Eichstätt-Ingolstadt miterleben durften, sind in ihrer Qualität einzigartig. Wir waren positiv überrascht von der vorbildlichen Organisation und dem bereichernden Wissenstransfer zwischen den einzelnen Netzwerkpartnern und den Besuchern. Für uns steht fest: Mit dem Gesundheitsnetzwerk Leben ist in der Region von Frau Friehe eine wegweisende Institution etabliert worden und wir freuen uns schon auf die weiteren Zusammentreffen.

Agentur für Arbeit Ingolstadt



Foto: plus60

Diana Morstein Vermittlerin Reha/SB
Agentur für Arbeit Ingolstadt
Sebastian Mädler Teamleiter Reha/SB
Agentur für Arbeit Ingolstadt

Die Agentur für Arbeit Ingolstadt ist bereits seit einigen Jahren Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben. Als Rehabilitationsträger versuchen wir dabei für unsere Kund*innen eine gute Beratung und individuell auf sie abgestimmte Fördermöglichkeiten zu bieten. Oftmals wird dabei aber auch uns durch bürokratische Hürden und Fluktuation innerhalb der Netzwerkpartner die Arbeit erschwert. Umso wichtiger ist die Beteiligung im Gesundheitsnetzwerk Leben, um Ansprechpartner kennen zu lernen, Hürden abzubauen, neue Kontakte zu knüpfen und sich in bereits bestehende Arbeitsgruppen einzubringen. Auf der 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben war aber nicht nur die Netzwerkarbeit für uns gewinnbringend, sondern auch der angebotene fachliche Input im Rahmen des Vortragsprogramms zum Thema Prävention. Hier ist die Agentur für Arbeit Ingolstadt nicht nur als Rehabilitationsträger gefragt, sondern auch als Arbeitgeber. Insgesamt konnten wir und alle anderen Teilnehmer der Veranstaltung von diesem Abend nur profitieren. Toll gemacht.

Gesundheitsnetzwerk Leben und Audi BKK

Das Gesundheitsnetzwerk Leben wurde vor mehr als sieben Jahren von regionalen Partnern unter dem Dach der Audi

BKK etabliert. Die Entscheidung für dieses Netzwerk wurde seinerzeit getroffen, um die Arbeitskraft und die Lebensqualität der Menschen in der Region langfristig und nachhaltig zu sichern. Darüber hinaus soll es dazu befähigen, sich den Herausforderungen des demografischen Wandels und der Digitalisierung im globalen Wettbewerb zu stellen. Gesunde Mitarbeiter*innen sind die tragenden Säulen der Gesellschaft. Das Netzwerk wächst kontinuierlich. Inzwischen arbeiten regionale und überregionale Partner aus der Gesundheitsversorgung, der



Helga Friehe

Projektleitung Gesundheitsnetzwerk Leben

Joachim Treffer

Vertrieb Key Account Management Audi BKK

Wirtschaft und der Wissenschaft gemeinsam mit den Gewerkschaften, der Kirche und den Kostenträgern daran, den Weg weiter auszubauen und die Vorteile des Netzwerkes auch in andere Regionen zu übertragen. Bei der 5. Fachtagung wurde der Fokus auf die Prävention, die zeitnahe qualifizierte Beratung und die Steuerung in die richtige und bedarfsgerechte Gesundheitsversorgungskette gesetzt. Es wurde aufgezeigt, dass durch die elektronische Antragstellung der Prozessablauf erheblich verkürzt und notwendige Maßnahmen schneller zur Verfügung gestellt werden können. Mit wissenschaftlichen Erkenntnissen wurde verdeutlicht und untermauert, wie eine gezielte Unterstützung bei der Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess ohne Stigmatisierung gelingen kann. Der fachliche Austausch der Netzwerkpartner mit allen Teilnehmer*innen gab wichtige Hinweise für die weitere Entwicklung im Netzwerk.

Caritas Suchtambulanz und Sozialpsychiatrischer Dienst der Caritas Kreisstelle Ingolstadt

Der stetig steigende Anteil der psychischen Erkrankungen sowohl bei den Arbeitsunfähigkeitszeiten als auch bei den Erwerbsminderungsrenten, sowie die He-



Andrea Ploß Fachdienstleitung Sozialpsychiatrischer Dienst der Caritas Kreisstelle Ingolstadt
Monika Gabler

Fachdienstleitung Caritas Suchtambulanz

erausforderungen, die sich daraus für Prävention, Behandlung und Rehabilitation ergeben, war eines der großen Themen bei der fünften Fachtagung des „Gesundheitsnetzwerkes Leben“. Es hat uns deshalb sehr gefreut, dass wir unser Beratungs- und Behandlungsangebot in diesem Rahmen präsentieren konnten. Profitieren konnten wir sowohl inhaltlich von den interessanten Vorträgen, als auch durch die Möglichkeit, die Kontakte zu unseren Netzwerkpartnern zu intensivieren – ganz im Sinne der selbstgesteckten Ziele des „Gesundheitsnetzwerkes Leben“.

Integrationsfachdienst München-Freising



Christine Rupp, Simon Brummer

Netzwerkarbeit ist gerade für unsere psychosoziale Beratungsstelle im Integrationsfachdienst München-Freising mit Außenstelle Ingolstadt ein wichtiger Baustein, um ein rundum effektives Angebot für Menschen mit Behinderung und deren Berufsleben zu gestalten. Deshalb bot die Fachtagung „gesundes Berufsleben“ den idealen Rahmen, um sich mit anderen Anbietern auszutauschen. In Kontakt treten konnten wir dadurch unter anderem mit der Agentur für Arbeit, verschiedenen Krankenkassen, anderen Netzwerkpartnern, wie beispielsweise dem Krisendienst Psychiatrie, um nur einige von Vielen zu

erwähnen. Die Vortragsreihen namenswerter Dozenten mit unterschiedlichsten und ergänzenden Inhalten bot zudem ein interessantes Wissensspektrum. Wir vom Integrationsfachdienst München-Freising konnten auch hier wertvolle Impulse sammeln und werden verschiedene Denkanstöße an unsere Angebotsvielfalt anpassen und in unsere Arbeit integrieren. Wir laden alle Interessierten herzlich dazu ein, bei auftauchenden Fragen, die in Bezug zu Behinderung und Berufsleben stehen, mit uns in Kontakt zu treten. Des Weiteren freuen wir uns auf Menschen, die auf der Suche nach gemeinsamen Unterstützungsangeboten sind, sowie alle Netzwerkpartner, die Interesse an unserer Arbeit haben. Unser tägliches Tun lebt von einem aktiven Miteinander und gegenseitiger Unterstützung. (Martina Wagner-Stragies & Nicole Wittmann, Geschäftsführerinnen)

EUTB® Oberbayern Nord



Daniel Koller EUTB®-Berater

Wir sind seit diesem Jahr Netzwerkpartner und zum 1. Mal Teil einer über das Gesundheitsnetzwerk Leben veranstalteten Fachtagung dabei. Wie waren sehr erfreut über die rege Teilnahme diverser sozialer Anbieter und das breite und vielseitige Angebot im Bereich gesundes Berufsleben und Prävention in Ingolstadt und der Region 10.

Eine wichtige Aufgabe besteht darin vorhandene Angebote und Möglichkeiten so publik zu machen, dass die Menschen, die diese benötigen auch davon erfahren. Hier stellt das Gesundheitsnetzwerk Leben eine starke Gemeinschaft dar um sich untereinander auszutauschen und wichtige Informationen dort hin zu bringen wo sie gebraucht werden - eben zu den Menschen die Hilfe und Unterstützung brauchen. Wir als unabhängiges Beratungsangebot sind sehr froh Teil dieses Netzwerkes zu sein. Die EUTB® Oberbayern Nord berät Menschen mit jeglicher Art von Beeinträchtigung unvoreingenommen und auf Augenhöhe zur Teilhabe in allen Bereichen des Lebens.

Rückkehr ins Berufsleben begleiten Achtsam Wege gehen

In meinem Email-Account gibt es eine neue Nachricht. Ein Unternehmer bittet um ein Gespräch. Zwei Tage später telefonieren wir. Aktuell ist er noch in einer Privatklinik. Vor sieben Wochen begann für ihn eine ungewollte Auszeit wegen einer Erschöpfungsdepression. In einer Woche geht es wieder nach Hause. Und das ist sein Thema: Aus dem erfolgreichen Klinikaufenthalt zurück ins „alte“ Umfeld. In die Familie und vor allem zurück in den Betrieb – wie werden seine Mitarbeiter, Freunde und Kunden reagieren?

Übergänge professionell gestalten

Für mich als Coach und Supervisorin ist die Begleitung von Übergängen, gerade in so einer Situation, kein ungewöhnliches Anliegen. Egal ob Unternehmer, Führungskraft in einem Betrieb, Mitarbeiterin in einem Team oder berufstätige Mutter: wochenlang haben Patienten in Kliniken oder Reha-Einrichtungen nach Burnout, Sucht oder anderen schweren Erkrankungen gesundheitliche Besserung erlebt. Mit einer „hilfreichen Distanz“ von Beruf und Alltagsroutinen und mit wertvollen Impulsen durch Sport, Gruppenaktivitäten, wichtigen Gesprächen, Entspannungsangeboten und gesunder Ernährung. Für einige Wochen war das der Alltag – in einem geschützten Rahmen, mit anderen Betroffenen und mit professioneller Begleitung. „Natürlich wurde in der Klinik über das Leben nach der Klinik gesprochen.“ So der Unternehmer am Telefon. „Ich verstehe, was mich in diesen Erschöpfungszustand gebracht hat. Mir geht es viel besser und so manches werde ich direkt ändern.“ Aber wie trete ich jetzt meinen Mitarbeitern gegenüber auf?

Selbstwirksamkeit, Authentizität und erreichbare Umsetzungsschritte

Bevor der Unternehmer nach Hause fahren wird, will er sich gezielt vorbereiten. Er hat deshalb für zwei Tage eine Zwischentappe eingeplant. Für diese Zeit haben wir drei Coaching-Doppelstunden vereinbart. Eine Woche später sehen wir uns in Schwäbisch Gmünd für das Intensivcoaching. Ich habe das Privileg, direkt neben einem wunderbaren Gästezentrum am Landschaftsnaturgebiet zu wohnen und zu arbeiten. Der richtige Ort für eine besondere Auszeit. Auf Basis des therapeutischen Heilungserfol-

ges aus der Klinik, starten wir in die Einheiten. Themen wie „Gesichtsverlust“, Scham gegenüber den Mitarbeitern, Ängste vor „Rückfall in die Steinzeit als Workaholic“ die er zu Beginn erwähnt, werden für die Erarbeitung zielführender Handlungsoptionen achtsam berücksichtigt.

Wie wird der kommende betriebliche und auch familiäre Alltag aussehen?

Arbeit und Familie wurden zwar in der Klinik in Gesprächen und Fachvorträgen thematisiert, aber jetzt nehmen wir uns die Zeit, ein individuelles Konzept auszuarbeiten; unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen, Persönlichkeitsstruktur, Familiensituation und der eigenen Erkenntnisse. Wir bewegen beispielsweise die Fragen: Wie wird die erste Begegnung mit den Mitarbeitern aussehen? Wird es zum Start eine Teambesprechung geben? Was werden die Inhalte sein? Was will er erzählen; was nicht...? Und wie wird es im Betrieb weiter gehen? Was wird sich für die Mitarbeiter ändern? Achtsam werden dabei auch die potenziellen Ängste und Sorgen der Mitarbeiter berücksichtigt...

Wie trete ich als Chef wieder selbstwirksam, präsent und authentisch auf? Wie bekommt ein System, dass ins Wanken geraten ist wieder im Alltag Stabilität?

Mit jeder Einheit und den konkreten Umsetzungsschritten wächst die Sicherheit über seine (neue) Rolle. Bestimmte Themen wie Fachkräftemangel (permanente Überlastung aller MA) oder Änderungen beim Führungsstil finden Berücksichtigung. Erwartungen und Erfordernisse für die tägliche Arbeit werden transparenter und klären sich. Natürlich sprechen wir auch die familiäre Situation an. Wir reflektieren die Möglichkeiten der künftigen Lebensgestaltung. Wir sprechen vertiefend über Achtsamkeit, Offenheit und Weisheit – auch im Umgang mit Kunden oder Freunden. Sein Ziel: Er will Rückschläge vermeiden und die Erfolge aus der Klinik nachhaltig sichern!

Als Coach qualifiziert und professionell ein Gegenüber sein

Der Wunsch einen guten Übergang zu gestalten und Nachhaltigkeit zu errei-

Kontakt:



Kirsten Pritschow

Supervision wirkt!
Begleitung die bewegt!
Schwäbisch Gmünd
Tel.: 0176 43030330
Internet: www.kirstenpritschow.de

chen ist in diesem Kontext die Motivation für Coaching- und Supervisionsanfragen – egal ob nach einem Erschöpfungszustand, nach Krebserkrankung oder nach einem Suchtklinikaufenthalt. Betroffene suchen Unterstützung, um für Ihre konkrete (berufliche) Lebenssituation Sicherheit zu gewinnen. Reflektierende Transfer-Gespräche helfen dabei! Auch wenn ich als Coach und Supervisorin nicht therapeutisch arbeite, ist krankheitsspezifisches psychologisches und physiologisches Hintergrundwissen wichtig – so mein ganzheitlicher Ansatz. Jede Person braucht spezielle Würdigung – bei Krebserkrankten beispielsweise die latente Sorge um ein Rezidiv oder bei chronischen Erkrankungen mögliche Verschlechterungen oder die besonderen Herausforderungen im Alltag z. B. für den Lebenspartner. Dankbar bin ich dabei für eine profunde, jahrelange Ausbildung als Coach und Supervisorin, zertifiziert und anerkannt durch den Berufsverband EASC. Dankbar bin ich aber auch für Zusatzqualifikationen und dem professionellen Austausch in Netzwerken. So wie bei der 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Im interdisziplinären wertschätzenden Austausch profitieren alle

– zum Wohle der Patienten und Klienten. (<https://www.goin.info/aktuelles>)

Prävention – rechtzeitig handeln

Während ich schreibe klingelt mein Smartphone. Am Telefon ist eine Füh-

rungskraft. Alle ein / zwei Jahre meldet er sich für eine Auszeit mit Reflexionseinheiten. Er ist der Kämpfertyp – oft am Limit. Für drei Tage wird er wieder im Gästezentrum sein. Natur genießen, auftanken und „aufräumen“. Die Supervisionsgespräche – oft draußen in der Natur – tun ihm da-

bei gut. Er kennt seine (kritischen) Lebensmuster und hat darin gelernt rechtzeitig die Reißleine zu ziehen und für sich zu sorgen.

Was tut Ihnen gut? Wie sorgen Sie für sich und für ein gesundes Leben?

GOIN-Ärzte engagieren sich über Grenzen hinaus

Mit dem Schanzer Kosakenchor in Berlin

W eihnachten ist die Zeit innezuhalten, aber auch auf das vergangene Jahr zurück zu blicken: Ein besonderes Ereignis war eine Reise in die deutsche Hauptstadt. Für den Chor aus Ingolstadt, der seit Jahrzehnten die bayerisch-russischen Beziehungen begleitet und sowohl in Ingolstadt wie in Moskau bekannt ist, stand die Fahrt an die Spree ganz im Zeichen seines völkerverbindenden Engagements.

Auftakt war der Auftritt mit dem Akademischen Chor „HOSANNA“ im Konzertsaal des Russischen Hauses: Die Schanzer Kosaken wurden von dem Balalaika Ensemble Sabawa begleitet, das schon beim Jubiläumskonzert im vergangenen Jahr in der Ingolstädter Kirche St. Anton die Zuhörer beeindruckte.

Das Haus des Katholischen Militärbischofs war Gastgeber für die Sänger aus Ingolstadt. Zu den Zuhörern gehörte auch eine Delegation des evangelischen Kirchenamtes der Bundeswehr mit Militärbischof Dr. Sigurd Rink. Die Veranstaltung war ein Zeichen der Verbundenheit und des Dankes für die Teilnahme der Militärseelsorge bei der Einweihung der Friedenskapelle auf dem Soldatenfriedhof Rossoschka in Wolgograd. Am sowjetischen Ehrenmal im Tiergarten gedachten die Kosaken der Opfer des Zweiten Weltkrieges mit einem feierlich gesungenen Gebet.

Auch das politische Berlin war programmiert: Auf Einladung von MdB Dr. Reinhard Brandl besuchten die Kosaken den Bundestag und folgten auf der Besuchertribüne den Ansprachen der Abgeordneten. Ein Rundgang in der Kuppel mit dem Panoramablick auf die Millionenmetropole durfte nicht fehlen.

MdB Dr. Reinhard Brandl empfing die Schanzer Kosaken und berichtete über seine Tätigkeit als Abgeordneter des Wahlkreises Ingolstadt und seine zahlreichen Aufgaben. Der Chor bedankte sich mit einem Lied. „Es war das erste Mal, dass ihm im Bundestag vorgesungen wurde“, wie Dr. Brandl abschließend schmunzelnd meinte. Ausklang des Aufenthaltes war im Berliner Restaurant Nante Eck unter den Linden, wo die musikalischen Grüße der Kosaken den Gästen und der Bedienung in Erinnerung bleiben werden.



GOIN-Arzt **Christian Holtz** mit dem Leiter des Kosakenchores **Josef Bauch** bei der Kranzniederlegung am 9. Mai im Tiergarten in Berlin



Foto: Wahlkreisbüro Dr. Reinhard Brandl

Kontakt:

Christian Holtz

Gemeinderat Gemeinde Denkendorf
Beauftragter für Fragen der Partnerschaft mit dem Bezirk Presnja der Stadt Moskau
Landesbeauftragter Russland
Geschäftsstelle OWWF
Beethovenplatz 2, 80336 München
info@owwf.bayern, www.owwf.bayern
Büro Denkendorf
Hauptstraße 28 A, 85095 Denkendorf
Mobil: 0172 8214398
Fax: 08466 8396
E-Mail: moskva@denkendorf.org



Foto: Akademischer Chor «HOSANNA»

SAVE THE DATE

6. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben

Thema: Versorgungskette: „Suchtprävention und nachhaltige Versorgung in der Substitution“

Intention

Drogen und Suchtmittel verursachen erhebliche gesundheitliche, soziale und volkswirtschaftliche Schäden. Noch nie war es so einfach an Drogen zu kommen wie heute. Die Nutzung von sozialen Medien, Darknet-Marktplätzen und Verschlüsselungstechniken helfen dabei, Menschen für den Drogenhandel und den Drogenkonsum zu gewinnen. Suchtprävention ist ein wichtiger Bestandteil zur Aufklärung und zur Gesunderhaltung der Bevölkerung. Die Substitutionsbehandlung hat sich in den letzten Jahrzehnten von der Überlebenshilfe und Schadensminimierung hin zu einem effektiven Baustein der ambulanten Behandlung von Opiatabhängigen im Drogenhilfenetzwerk weiterentwickelt. Besonders die Entkriminalisierung, der Erhalt der Gesundheit und die Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit der Drogenkonsumenten sind positive Folgen dieser Behandlung. Dennoch befinden sich in Bayern etliche Heroinkonsumenten im Spannungsfeld zwischen Justiz und Medizin. Einerseits werden Suchtkranke immer noch aufgrund vom Konsum strafrechtlich verfolgt. Auf der anderen Seite ist die Substitution noch nicht in der ärztlichen Versorgungslandschaft implementiert.

Mit der 6. Fachtagung zum Thema „gesundes Berufsleben“ möchten wir einen authentischen Einblick in die Suchtprävention und die multiprofessionelle Zusammenarbeit (Ärzte, Apotheker, Sozialarbeiter, medizinisches Fachpersonal, ehrenamtliche Helfer) im Bereich Substitution aufzeigen, um Stigmatisierung entgegenzuwirken. Experten aus der Praxis zeigen Maßnahmen zur Suchtprävention und die Grundlagen der substitions-gestützten Behandlung, Hintergründe der Beschaffungskriminalität, neue Konsumtrends sowie die medizinische Versorgung im Strafvollzug auf. Neben den Beiträgen

besteht zudem die Möglichkeit, direkten Kontakt mit Ansprechpartnern verschiedenster Institutionen und Partnern des Gesundheitsnetzwerk Lebens an Infoständen aufzunehmen und sich individuell zu informieren und auszutauschen.

Termin: Mittwoch, 12.02.2020

ab 13 Uhr: Stehkafee und Gelegenheit zum Netzwerken [Infostände]

Uhrzeit: 14:00 Uhr bis 19:20 Uhr

Ort: Spiegelsaal in der Kolping Akademie Johannesstraße 11 85049 Ingolstadt

Form: Interdisziplinäre Fachtagung mit Fachvorträgen und Austausch

Veranstalter: GOIN & Gesundheitsnetzwerk Leben & Caritas & MARIA HELP e.V.

Gesundheitsorganisation



Region Ingolstadt e.V.

Gesundheitsnetzwerk
Leben



12
FEBRUAR
2020

Referent*innen:

Christiane Fahrmbacher-Lutz

Apothekerin, Vorstand der Bayerischen Akademie für Suchtfragen in Forschung und Praxis BAS e.V.

Vortrag: Grundlagen der substitions-gestützten Behandlung Opiatabhängiger Praxis und gesetzliche Bestimmungen

Dr. med. Jörg Seiler

Niedergelassener Arzt mit eigener Praxis in Nürnberg

Vortrag: Substitution in der Arztpraxis

Daniel Matasic

Diplom Sozialpädagoge (FH), Caritas Suchtambulanz Ingolstadt

Vortrag: Erfahrungen aus 12 Jahre psychosoziale Betreuung (PSB) in Ingolstadt

Matze

Gründungsmitglied Maria Help e.V. und Straßenabitur – Nein Danke!

Vortrag: So war mein Leben als Drogenabhängiger - ein Aussteiger berichtet über seinen Drogenkonsum und seinen Ausstieg

Nicole Brunner

ehrenamtlicher Vorstand Maria Help e.V.

Vortrag: „Straßenabitur – Nein Danke!“ - ein Präventionsprojekt von Maria Help e.V.

Stefan Hagen

Leiter des Kommissariats Drogenfahndung Ingolstadt beim Polizeipräsidium Oberbayern

Vortrag: Legalisierung / Liberalisierung illegaler Drogen – Sichtweise eines Rauschgiftfahnders

Joe Bausch (Hermann-Joseph Bausch-Hölterhoff) – Schirmherr der Fachtagung, Arzt, Schauspieler und Buchautor

Vortrag: Substitution im Hochsicherheitsgefängnis

Mit einem Informationsstand werden vertreten sein:

Agentur für Arbeit, Audi BKK, Caritas-Kreisstelle Ingolstadt Suchtambulanz, Condrobs e.V. Ingolstadt, Deutsche Rentenversicherung Bund, Deutsche Rentenversicherung Bad-Württemberg, GOIN e.V. Integrationsfachdienst München-Freising gGmbH, Krisendienst Psychiatrie, Prop e.V.,

Stadt Ingolstadt Gesundheitsamt Fachbereich Suchtprävention

Die Tagung richtet sich an Ärzte aller Fachrichtungen, Betriebsärzte, Psychotherapeuten, Psychologen, Fachberater und Therapeuten, Mitarbeiter in den Jobcentern, Lehrer, Apotheker, Sozialdienste, Personalreferenten und Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit und alle

Personen, die als Akteure im Betrieb die Gesundheitsfürsorge sichern und entwickeln.

Fortbildungspunkte wurden bei der Bayerischen Landesärztekammer beantragt.

Ab 19.45 Uhr haben Sie die Möglichkeit an der öffentlichen Benefiz-Lesung von Joe Bausch, aus seinem Buch „Knast“, zu Gunsten des Präventionsprojektes „Strassenabitur - Nein Danke!“ - teilzunehmen.

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltung direkt bei GOIN an:

Online: www.goin.info/aktuelles/

E-Mail: manuel.hahn@go-in-ingolstadt.de

Telefon: 0841 88668-13, Fax: 0841 88668-18

Anmeldeschluss: 05.02.2020



ANZEIGE



SPÖRER

Gesund. Aktiv. Sympathisch.

FUSSHEBER SYSTEM

Bioness L300 Go

Hilfe bei Fußheberschwäche nach Schlaganfall oder MS

Die Wahl des richtigen Hilfsmittels richtet sich immer nach dem Grund der Beeinträchtigung und den Aktivitäten des Schlaganfall- oder MS-Patienten.

Das Bioness L300 Go System wurde zur Gangrehabilitation konzipiert und basiert auf dem Prinzip der funktionellen Elektrostimulation (FES).

Wie kann ich das L300 Go kennenlernen?

Um Ihnen einen Überblick über die vielfältigen Versorgungslösungen zu geben, können Sie einfach einen Termin bei uns ausmachen.

Marina Wischermann
Tel: 0841 4911-280
Mail: marina.wischermann@spoerer.de

○ Orthopädietechnik

○ Schuhtechnik

○ Sanitätshaus

○ Reha-technik

○ Home Care

○ Spörer Sports

SPÖRER AG
Friedrichshofener Straße 6-10 | D-85049 Ingolstadt
Telefon +49 841 4911-0 | info@spoerer.de

www.spoerer.de

ANZEIGE



Diagnosticum Bayern Mitte

Radiologie. Nuklearmedizin.

Unsere Leistungen

- Magnetresonanztomographie (MRT), Cardio-MRT
- hochauflösende Computertomographie (CT), Cardio-CT und Koronalkalkbestimmung
- voll-digitale Röntgentechnologie
- voll-digitale Mammasonographie und Screening
- Mammasonographie und Mammabiopsie
- Szintigraphie, Schilddrüsen-sonographie (nur Ingolstadt)



Unsere Standorte

Ingolstadt, Manching, Eichstätt, Neuburg a. D., Roth, Weißenburg und Gunzenhausen

Diagnosticum Bayern Mitte

Levelingstraße 21, 85049 Ingolstadt, Tel.: 0841 49039-0
www.diagnosticum-in.de

Dem Patienten verpflichtet.

Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben übernehmen Verantwortung und handeln

Im Oktober hatte Bernhard Schindler, CEO und Founder von PROFESSION FIT sowie Partner im Gesundheitsnetzwerk Leben, wieder zum mittlerweile etablierten Five-to-Twelve-Talk in den Bürgersaal in Ergolding eingeladen. Mehr als 300 Gäste und Unternehmer kamen zur Veranstaltung und bewiesen damit einmal mehr, welche Bedeutung der Talk inzwischen hat. Das Fazit der Diskussionsrunden war eine ganz klare Botschaft: Es ist fünf vor zwölf!

Die Wirtschaftskrise kommt, beziehungsweise wir stecken schon mitten drin, vor allem laut Prof. Dr. Tobias Kollmann, Gründer von Immobilien- und Autoscout 24. „Wir haben längst eine digitale Wirtschaftskrise“, sagt er. „Deutschland findet im digitalen Weltmarkt nicht statt. Wir sind ein realer Fliegenschiss auf der digitalen Weltkarte.“ Hier stehen Deutschland, aber auch Bayern und Landshut vor einer großen Aufgabe. Einerseits kann und darf der Staat nicht mehr



Hubert Aiwanger stellvertretender Ministerpräsident von Bayern und Bernhard Schindler bei der Übergabe des neuen Einsatzleitwagens

Kontakt:



Foto: PROFESSIONFIT

Bernhard Schindler

PROFESSION FIT
DIGITAL HEALTH MANAGEMENT
Alte Regensburger Straße 26
Profession Fit Business Tower
84030 Ergolding
Tel.: 0871 6600810
bernhard.schindler@profession-fit.de
Internet: www.profession-fit.de

ausgeben, als er hat. Gleichzeitig müssen wir investieren, um auf dem internationalen Markt bestehen zu können. Was wir jetzt brauchen, ist eine saubere Strategie, anstatt im Blindflug irgendwelche Ziele anzustreben, die nicht realistisch sind. „Wir müssen strategische Perspektiven entwickeln und die Sprachlosigkeit überwinden!“ Davon ist Politologe Prof. Dr. Dr. Werner Weidenfeld ebenso überzeugt, wie Dr. Peter Bofinger. „Man ist in Berlin außergewöhnlich passiv, angesichts der Lage“, gibt das ehemalige Mitglied des Sachverständigenrats zur Begutachtung der gesamtwirtschaftlichen Entwicklung der Bundesrepublik Deutschland zu. Außerdem sei die wirtschaftliche Flaute vor allem ein deutsches Problem.

Wir müssen mehr tun und weniger reden

Was also tun? Genau das! „Wir müssen mehr tun und weniger reden“, fasste Moderator Jon Christoph Berndt den Grundtonus der Diskussion treffend zusammen. Hier sei es zum einen wichtig, an die nächste Generation zu denken. Digitale Bildung muss bereits an Schulen und Universitäten

beginnen. Aber auch die soziale Verantwortung können und dürfen wir nicht außer Acht lassen, wie der stellvertretende Ministerpräsident Hubert Aiwanger in seiner Begrüßungsrede betonte: „Automatisieren und Digitalisieren müssen sein. Aber wir dürfen nicht ideologisch davon galoppieren und die letzten Waggons abhängen.“ Was er damit meinte: Wir haben auch eine soziale Verantwortung. Technik muss auch für den Normalbürger erschwinglich bleiben. Dennoch blickt Aiwanger durchaus positiv nach vorne, denn Bayern habe ja Geld, um zu investieren und aktive, engagierte Unternehmer. „Wir brauchen keine Angst vor der Zukunft zu haben“, sagte er deshalb auch und schloss mit einer klaren Aufforderung an das Publikum: „Die bayerische Wirtschaft braucht euch!“

Im Rahmen des Talks hat Bernd Schindler den Einsatzleitwagen, für den er drei Jahre lang gesammelt hat, an das KIT-München übergeben

Eine besondere Herzensangelegenheit war für Bernhard Schindler an dem Tag auch die Übergabe des neuen Einsatzleit-

wagens Mercedes V-Klasse an das KIT Team München. Drei Jahre lang hatte er dafür persönlich insgesamt 60.000 Euro gesammelt. In seiner Begrüßungsrede hatte Schindler die Gäste außerdem zum Spenden für das KIT-Team aufgefordert. Am Ende der Veranstaltung konnte er an Peter Zehentner, Leiter des KIT-München, die stolze Summe von 1.775 Euro übergeben.

Das Krisen Interventions Team München betreut, berät und begleitet jedes Jahr etwa 2.000 Menschen, die unmittelbar nach einem außergewöhnlichen Vorfall unter schweren seelischen Belastungen leiden

oder unter akutem, psychischem Schock stehen. „Wir haben einen Akutdienst, der 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr unterwegs ist“, verrät Peter Zehentner, Leiter des KIT-München. „Und das seit 25 Jahren. Polizei, Feuerwehr oder Rettungsdienst rufen uns dazu, wenn sie vor Ort merken, dass etwas nicht stimmt und Opfer oder Betroffene eine Betreuung brauchen. Bei größeren Schadenslagen, wie das Hochwasser in Niederbayern vor zwei Jahren, setzt uns das Innenministerium auch außerhalb Münchens ein. Und für die Bundesrepublik Deutschland werden wir im In- und Aus-

land tätig. Der letzte große Einsatz war der Germanwings-Absturz.“

Bernhard Schindler, Peter Zehentner und das gesamte PROFESSION FIT-Team bedanken sich ganz herzlich bei allen Spendern. „Wir verlangen keinen Eintritt für die Veranstaltung, obwohl wir immer sehr hochkarätige Teilnehmer begrüßen dürfen“, erklärt Schindler. „Mir ist es lieber, wenn die Gäste für einen guten Zweck spenden.“



Ja hamma denn scho Weihnachten?

Tatsächlich, Weihnachten steht vor der Tür und früh schon stimmt uns die Werbung darauf ein, Handys, Parfum, Kleidung, Spielsachen und und und zu besorgen. Trendig sind derzeit aber auch wieder selbstgemachte Sachen und irgendwie freue ich mich schon auf die gestrickten Socken von Tante Klärchen, das Vogelfutterhäuschen von Opa Rainer, die bunt verzierten Plätzchen von Marie. Es ist wirklich ein schöner Brauch, das Fest der Liebe, die Geburt Christi als Anlass zu nehmen, uns gegenseitig zu beschenken.

Doch mit Geschenken kann „man“ so richtig schief liegen und sich blamieren oder im schlimmsten Fall sogar die Person verletzen, der ich eigentlich gut sein wollte. Gut gemeint ist nicht automatisch gut gemacht und gerade eigene Wünsche und Vorlieben können dabei negativen Einfluss aufs Schenken nehmen. Es lohnt sich also, sich Zeit zu nehmen – Adventszeit, um darüber nachzudenken: Warum und was schenke ich da eigentlich? Schenke ich, weil es Brauch ist, „man“ es so macht? Weil ich muss? Oder, weil ich will?

Manchmal gleicht die Präsentübergabe eher einem Tauschhandel „gibst du mir,

geb ich dir“ oder einer Leihgabe „ich fordere es zurück, wenn unsere Freundschaft zerbricht“, oder auch einem Secondhand- bzw. Trödelmarkt „war übrig, brauch ich nicht mehr bzw. daugt scho“.

Antworten darauf zu finden, warum wir schenken, sind zumeist keine Schwarz-weiß-Malereien, vielmehr prägen graue bzw. bunte Farbtöne und Nuancen unsere Motive. Die Familienschenkerei gerne zu pflegen, wenn's auch lästig ist, zählt hier genauso dazu wie der Gedanke, dass das Nichtschenken peinlich wäre bzw. Ärger bereiten würde oder das Geschenk eigentlich ein „Danke“ sein soll für die gute Leistung.

Das Geschenk ist so gesehen also eine Botschaft – von mir zu dir – und gibt Auskunft über unsere Beziehung. Ich sage mit einem Geschenk, das ICH gerne und freiwillig bzw. von Herzen und unentgeltlich, ganz und vollständig, etwas mir Wertvolles DIR für immer gebe, weil DU mir wichtig bist. Das Geschenk wird zum Ausdruck all dessen und das Geschenk muss sich daran messen lassen, unabhängig seines materiellen Wertes und auch unabhängig davon, wie nah mir die Person steht.

Der Wert des Geschenkes liegt also in der Sache in sich. Wie sonst ließe sich messen, wie teuer das Lachen eines Kindes ist, wie schwer ein Dankeschön wiegt, was ein Gebet kostet, wie kostbar ein Erinnerungsfoto oder das erste Auto, wie groß Weihnachten wohl ist?! Wie viel mehr an Bedeutung haben für uns daher Geschenke, die unabhängig ihres Einkaufspreises vor allem den Dank und Respekt, die Wertschätzung und Beziehung bzw. Lieben und Geliebt werden ausdrücken.

Dass das Geschenk aber letztlich auch zum Geschenk wird, bedarf es hierzu seiner Annahme. Ein aufrichtiges „Danke“, ein bestätigender Blick oder gar leuchtende Augen bzw. ein strahlendes Lächeln signalisieren, dass das Geschenk angenommen wurde und die Botschaft angekommen ist. Der Schenkende wird so zum Beschenkten und das Geschenk entfaltet nun seine volle Wirkung – nicht nur in der Vorfreude, sondern mehr noch in der geteilten Freude. Und so hamma wirklich scho Weihnachten, das Fest der Liebe, ein frohes und gesegnetes Fest!

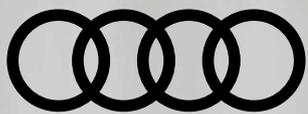
Teresa Loichen

Weihnachten 2019

Audi BKK

„Öfter mal Haltung zeigen.“

Verstanden. Mit unseren
Gesundheitskursen.



Dauernd Stress und ständig Schreibtisch:
eine Kombination, die uns auf den Rücken
schlägt. Mit den Audi BKK Gesundheitskursen
können Sie Ihren Rücken fit machen – und noch
viele mehr. Wir unterstützen Ihre Teilnahme
mit bis zu 180 Euro für zwei Kurse pro Jahr.

audibkk.de/gesundheitskurse



Zuhören ist unsere
stärkste Leistung.