



## Pressemitteilung

Landesvertretung  
Baden-Württemberg

Frank Winkler  
**Verband der Ersatzkassen e. V.**  
70178 Stuttgart  
[www.vdek.com](http://www.vdek.com)  
X [@vdek\\_BW](https://twitter.com/vdek_BW)  
[in](https://www.linkedin.com/company/vdek) [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/vdek)

30. März 2026

### **Ersatzkassen gemeinsame Prävention und Gesundheitsförderung**

#### **Aktuelle Sonderausgabe 2026 informiert über Projekte in Freiburg, Mannheim, Karlsruhe und vdek-Veranstaltung**

Bei der Umsetzung der Landesrahmenvereinbarung Baden-Württemberg sind die Ersatzkassen mit ihrem Verband „regional stark“ in Baden-Württemberg vertreten und in der Umsetzung stark unterwegs. In der Sonderausgabe März 2026 werden Einblicke in das vergangene Projektjahr der aktuell laufenden und abgeschlossenen Ersatzkassen gemeinsamen Projekte in Freiburg, Mannheim und Karlsruhe gegeben.

#### **Freiburg: Next Balance - Stärkung digitaler Medien- und Gesundheitskompetenz in Familien und bei pädagogischen Fachkräften**

Durch medienpädagogische Workshops soll Kindern und Jugendlichen geholfen werden, eine digitale sowie gesundheitliche Balance zu entwickeln. Das Projekt bezieht sich dabei auf das Thema Schönheits- und Fitnessinfluencer:innen in sozialen Medien und das damit verbundene psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen. Weiterer Schwerpunkt des Projekts sind die Themen Körper und Ernährung sowie ökologische Nachhaltigkeit. Pädagogische Fachkräfte sollen durch Veranstaltungen im Bereich Medienkompetenz befähigt werden, Kinder und Jugendliche bei einem verantwortungsvollen und kritischen Umgang mit Influencer:innen aus den Bereichen Food, Fitness und Schönheit auf sozialen

Netzwerken zu unterstützen und gegebenenfalls anzuleiten. Des Weiteren werden Eltern durch Informationsveranstaltungen dabei unterstützt, die Auswirkungen der Medieninhalte auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu erkennen und Handlungssicherheit in diesem Bereich zu erlangen.

#### **Mannheim: GEKO - Gesundheit. Empowerment. Kompetenz. Offenheit.**

Ziel dieses Projekts ist es, die Gesundheitskompetenz von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre sowie von Erwachsenen und jungen Erwachsenen ab 18 Jahren in Mannheim-Rheinau zu stärken. In den drei Handlungsfeldern Ernährung, Bewegung und Stressmanagement soll Wissen vermittelt und insbesondere die Selbstwirksamkeit gefördert werden. Die Zielgruppe soll befähigt werden, eigenständig gesundheitsförderliche Entscheidungen zu treffen. Die Integration von Bewegung, ausgewogener Ernährung und Stressmanagement soll sich langfristig als gesundheitsförderliche Routine etablieren. Auch die strukturellen Gesundheitsbedingungen sollen durch Angebote, die nah an der Lebensrealität der Menschen gestaltet sind, verbessert werden.

#### **Karlsruhe: Suchtfrei im Alter**

Im Projekt „Suchtfrei im Alter“, welches im Dezember 2025 abgeschlossen wurde, wurden ältere Menschen im Quartier zu den Risiken von Suchtmittelkonsum sensibilisiert. Anhand von mehreren Angebotssäulen wurden Maßnahmen wie bspw. Multiplikator:innenschulungen für Mitarbeiter:innen in ambulanten und stationären Altenhilfeeinrichtungen durchgeführt. Des Weiteren fanden Seminare und Vorträge an und mit den Pflegestützpunkten für ältere Menschen und ihre Angehörigen statt. Trotz positiver Resonanz zeigte sich jedoch zum Teil eine verhaltene Inanspruchnahme der Angebote aufgrund der Stigmatisierung des Themas. Zu den nachhaltigen Outputs des Projekts zählen praxisorientierte Leitfäden und Handreichungen für Altenhilfe und Pflege, Informationsmaterialien für Ältere und Angehörige sowie Schulungsmaterialien für Multiplikator:innen, Fachkräfte und Ehrenamtliche.

### **Gesundheitspolitische Veranstaltung der vdek-Landesvertretung**

Über die Projekte hinaus wird in der Sonderausgabe auch über die Ergebnisse der vdek-Veranstaltung „Zielbild Gesundheit – starke Versorgung, starke Demokratie“ berichtet, welche am 21. Oktober 2025 stattfand.

Tiefergehende Einblicke in die Projekte und weitere Details zur vdek-Veranstaltung finden Sie in der Sonderausgabe März 2026 unter [Veröffentlichungen](#). Sowohl diese als auch die vier vorangegangenen Sonderausgaben sind unter folgendem Link auf der Homepage der vdek-LV Baden-Württemberg abzurufen:

[https://www.vdek.com/LVen/BAW/Service/Gesundheitsfoerderung\\_Praevention/ersatzkassengemeinsame-projekte-und-aktivitaeten-im-rahmen-der-g/sonderausgaben.html](https://www.vdek.com/LVen/BAW/Service/Gesundheitsfoerderung_Praevention/ersatzkassengemeinsame-projekte-und-aktivitaeten-im-rahmen-der-g/sonderausgaben.html)

### **Pressekontakt:**

Frank Winkler, vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

Tel.: 07 11 / 2 39 54-19, E-Mail: [frank.winkler@vdek.com](mailto:frank.winkler@vdek.com)

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen:

[Techniker Krankenkasse \(TK\)](#), [BARMER](#), [DAK-Gesundheit](#), [KKH Kaufmännische Krankenkasse](#), [hkk – Handelskrankenkasse](#) und [HEK – Hanseatische Krankenkasse](#).

Die Ersatzkassen versichern zusammen etwa 29 Millionen Menschen in Deutschland, davon über drei Millionen in Baden-Württemberg. Beim vdek arbeiten bundesweit etwa 800 Beschäftigte. Hauptsitz des Verbandes ist Berlin. Für die regionale Präsenz der Ersatzkassen in Baden-Württemberg sorgt die vdek-Landesvertretung in Stuttgart.