

## **Gemeinsame Pressemitteilung**

Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) – Landesvertretung Sachsen  
Deutsches Rotes Kreuz, Landesverband Sachsen e. V.

---

### **„BEWUSST GESUND“**

## **DRK Sachsen und Ersatzkassen starten Präventionsprojekt für Menschen mit Behinderungen**

Dresden, 4.12.2018 – Gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung sollten selbstverständlich sein, auch für Menschen mit Behinderungen. Mit diesem Anliegen starteten das DRK Sachsen und die Ersatzkassen (Techniker Krankenkasse (TK), BARMER, DAK-Gesundheit, KKH Kaufmännische Krankenkasse, hkk – Handelskrankenkasse, HEK – Hanseatische Krankenkasse) das Projekt „Bewusst gesund“. An dem auf zwei Jahre angelegtem Vorhaben der Gesundheitsförderung im ländlichen Raum sind DRK Werkstätten in Geithain und Meißen beteiligt. Neben Wissensvermittlung stehen besonders alltagsbezogene Abläufe und Rituale im Blick. Wie viel Zucker etwa steckt in einer Laugenbrezel? Wie kann im Tagesablauf Zeit für Sport eingebaut werden? Das Arbeitsumfeld mit Pausenzeiten und Mittagsversorgung wird dabei genauso wie das Freizeitverhalten unter die Lupe genommen. Gemeinsam mit den Beschäftigten in den Werkstätten erarbeiten Fachleute, worauf es bei der Zielgruppe ankommt und wie das Wissen nachhaltig vermittelt werden kann.

Rüdiger Unger, Vorstandsvorsitzender des DRK Landesverbandes Sachsen e. V., freut sich über die Impulse für ein gesünderes Leben. „Gesunde Ernährung und Bewegungsförderung sollen in unseren beiden Werkstatteinrichtungen eine viel größere Rolle spielen als bisher“, betont er. „Wir wollen Gesundheitsförderung und Prävention als Querschnittsaufgaben stärker in den Abläufen und Rahmen-

bedingungen einbauen.“

Silke Heinke, Leiterin der Landesvertretung Sachsen des Verbandes der Ersatzkassen e.V. (vdek), ergänzt: „Das neue Projekt schafft ein weiteres Angebot der Gesundheitsförderung für sozial Benachteiligte. Erstmals werden wir Menschen mit Behinderungen in Werkstätten Vorschläge unterbreiten können, wie sie ihre Gesundheit stärken und das Risiko zu erkranken minimieren.“

Das Projekt mit dem DRK Sachsen ist Teil der Initiative „Gesunde Lebenswelten“ der Ersatzkassen. Damit unterstützen die Ersatzkassen Bemühungen, die Chancen auf ein gesundes Leben für schwer erreichbare, sozial benachteiligte Menschen zu erhöhen. Die Ausrichtung auf Lebenswelten wie etwa Stadtteile oder Einrichtungen hat zum Ziel, das Umfeld der Menschen, in denen sie leben und arbeiten, gesundheitsförderlich zu gestalten.

**Ansprechpartner:**

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek)  
Landesvertretung Sachsen  
Dirk Bunzel  
Telefon: 0351 /876 55 37  
Mail: dirk.bunzel@vdek.com

DRK Landesverband Sachsen e. V.  
Franziska Weiß  
Telefon: 0351 / 4678 103  
Mail: f.weiss@drksachsen.de