



## Pressemitteilung

Landesvertretung  
Saarland

**Presse: Angela Legrum**

Verband der Ersatzkassen e. V.

Heinrich-Böcking-Str. 6 – 8

66121 Saarbrücken

Tel.: 06 81 / 9 26 71 – 17

Fax: 06 81 / 9 26 71 – 19

angela.legrum@vdek.com

www.vdek.com

 @vdek\_SL

17. Dezember 2021

### Gesund durch die Coronapandemie aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden: vdek bietet Übungsmaterialien zur Gesundheitsförderung in Pflegeheimen

(Saarbrücken, 17.12.2021) Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) hat ein Maßnahmenpaket entwickelt, mit dem Gesundheitsförderung in Pflegeheimen im Saarland auch in Zeiten der Corona-Kontaktbeschränkungen aufrechterhalten werden kann. „Unser Projekt ‚aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden‘ soll dazu beitragen, dass im Saarland Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeheimen, aber auch die Pflegekräfte, gut durch diese schwere Zeit kommen und die Förderung sowie der Erhalt ihrer Gesundheit nicht zu kurz kommen“, erklärte Martin Schneider, Leiter der vdek-Landesvertretung Saarland.

Das Paket umfasst ein breitgefächertes Angebot an Bewegungs- und Spielanleitungen für das Gedächtnis- und Körpertraining, die speziell an die Pandemiebedingungen angepasst sind: Die Übungen können eigenständig durchgeführt werden; alternativ ist das Training gemeinsam mit einer Pflege- oder Betreuungskraft unter Wahrung der Hygieneregeln möglich. Das Paket enthält zudem ein Informationsbilderbuch, das über Corona und Schutzmaßnahmen aufklärt. Zur Unterstützung der Gesundheit der Beschäftigten beinhaltet das Maßnahmenpaket Poster und Kartensets mit Anregungen für ein gesundheitsförderndes Verhalten im Arbeitsalltag.

#### **500 Druckexemplare liegen zur kostenfreien Bestellung bereit**

Aktuell steht bereits die zweite Auflage von „aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden“ mit erneut 500 Exemplaren zur kostenfreien Bestellung bereit. Interessierte stationäre Pflegeeinrichtungen finden das Bestellformular und sämtliche Materialien zum Herunterladen unter

[https://www.vdek.com/LVen/SAA/fokus/Praevention/Gesunde\\_Lebenswelten.html](https://www.vdek.com/LVen/SAA/fokus/Praevention/Gesunde_Lebenswelten.html).

### **Gesunde Lebenswelten ein Angebot der Ersatzkassen**

„aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden“ gehört zur Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“, unter der die von den Ersatzkassen gemeinsam angebotenen Präventionsaktivitäten für verschiedene Zielgruppen zusammengefasst sind. Weitere Informationen und alle Projekte sind unter <https://www.gesunde-lebenswelten.com> abrufbar.

Der Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen fast 345.000 Menschen im Saarland versichern.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- KKH Kaufmännische Krankenkasse
- hkk - Handelskrankenkasse
- HEK - Hanseatische Krankenkasse