

Pressemitteilung

Presse: Michaela Gottfried

Verband der Ersatzkassen e. V.

Askanischer Platz 1

10963 Berlin

Tel.: 0 30 / 2 69 31 – 12 00

Fax: 0 30 / 2 69 31 – 29 15

michaela.gottfried@vdek.com

www.vdek.com

 @vdek_presse

14. Dezember 2021

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

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) hat ein Maßnahmenpaket entwickelt, mit dem Gesundheitsförderung in Pflegeheimen auch in Zeiten der Corona-Kontaktbeschränkungen aufrechterhalten werden kann. „Unser Projekt ‚aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden‘ soll dazu beitragen, dass die 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 Ulrike Elsner, Vorstandsvorsitzende des vdek.

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 schreiben bitte eine Mail unter Angabe der Bestellmenge an gesund-im-pflegeheim@vdek.com oder nutzen das Bestellformular unter <https://www.gesunde-lebenswelten.com/gesund-im-pflegeheim/aktiviert-gestaerkt-zufrieden/>. Dort können zudem sämtliche Materialien heruntergeladen werden.

„aktiviert.GESTÄRKT.zufrieden“ gehört zur Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“, unter der die von den Ersatzkassen gemeinsam angebotenen Präventionsaktivitäten für verschiedene Zielgruppen zusammengefasst sind.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen rund 28 Millionen Menschen in Deutschland versichern:

- Techniker Krankenkasse (TK), Twitter: @TK_Presse
- BARMER, Twitter: @BARMER_Presse
- DAK-Gesundheit, Twitter: @DAKGesundheit
- KKH Kaufmännische Krankenkasse, Twitter: @KKH_Politik
- hkk - Handelskrankenkasse, Twitter: @hkk_Presse
- HEK - Hanseatische Krankenkasse, Twitter: @HEKonline

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) wurde am 20. Mai 1912 unter dem Namen „Verband kaufmännischer eingeschriebener Hilfskassen (Ersatzkassen)“ in Eisenach gegründet. Bis 2009 firmierte der Verband unter dem Namen „Verband der Angestellten-Krankenkassen e. V.“ (VdAK).

In der vdek-Zentrale in Berlin sind mehr als 280 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt. In den einzelnen Bundesländern sorgen 15 Landesvertretungen mit insgesamt rund 380 sowie mehr als 40 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Pflegestützpunkten für die regionale Präsenz der Ersatzkassen.