



PRESSEINFORMATION

Dresden, 29. Juni 2022

**PRÄVENTION AUF
DEN PUNKT**
GEMEINSAM FÜR GESUNDHEIT

4. Sächsische Fachkonferenz Prävention und Gesundheitsförderung „Resilienz – widerstandsfähig, selbstwirksam, voranbringend.“ *Warum Resilienz wichtig ist und wir sie brauchen.*

Vor reichlich zwei Jahren brach die Corona-Pandemie aus: Homeoffice und Homeschooling, Monate des Lockdowns und vieler Einschränkungen wirken nach, zusammen mit der Frage, was uns in diesem Herbst erwarten wird. Und seit Februar 2022 ist auch in der politischen Lage vieles nicht mehr so, wie es lange selbstverständlich war. Hinzu kommt oft auch die individuelle Situation mit Veränderungen im eigenen Lebenslauf, die herausfordernd und beängstigend sein können.

Resilienz scheint das „Zauberwort“ dieser Zeiten zu sein. Daher widmete sich die 4. Sächsische Fachkonferenz am 28. Juni, die nach vier Jahren endlich wieder im Präsenz-Format stattfand, diesem Thema unter dem Titel „Resilienz – widerstandsfähig, selbstwirksam, voranbringend. Warum Resilienz wichtig ist und wir sie brauchen“. Organisiert wurde die Veranstaltung unter dem Dach von P. SACHSEN von maßgeblichen Akteuren für Prävention und Gesundheitsförderung in Sachsen.

Petra Köpping, Sächsische Staatsministerin für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt, sowie Silke Heinke, Vorsitzende des Steuerungsgremiums P. SACHSEN und Leiterin der vdek-Landesvertretung, eröffneten die diesjährige Fachkonferenz mit einem Grußwort. „Lassen Sie uns zusammen darüber nachdenken, wie wir gemeinsam Resilienz stärken können, um gut durch herausfordernde Zeiten zu kommen – und dabei gesund zu bleiben“, betonte Silke Heinke in ihrem Eröffnungsstatement.

In zwei abwechslungsreichen Impulsvorträgen wurden verschiedene Formen der Resilienz beleuchtet. Stefan Heinig vom Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung widmete sich den Bausteinen urbaner Resilienz und Dr. Miranka Wirth vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE) dem Themenfeld Gehirn und Resilienz. Die anschließende Gesprächsrunde wurde durch beide Impulsgeber*innen und durch Dr. Peggy Looks vom Amt Gesundheitsförderung/Prävention der Landeshauptstadt Dresden sowie Ute Genderjahn vom A/S Verein für Arbeitsförderung und Selbsthilfe e. V. Freital gestaltet. Moderiert von Jens Hoffsommer, Deutsche Kinder- und Jugendstiftung, wurde gemeinsam überlegt, wie beide Bereiche zueinander in Beziehung stehen, welche Schlussfolgerungen für die Praxis daraus gezogen werden können und welche Voraussetzungen für eine erfolgreiche Resilienzförderung nötig sind. Am Nachmittag kamen die fast 100 Teilnehmenden in kleineren Gruppen ins Gespräch. Im Vordergrund der fünf Fachforen stand das Meistern von Lebensphasenübergängen mit Hilfe von Resilienz. Das Angebot der Begleitung durch Familiengesundheitspaten in den ersten Lebensjahren wurde dabei ebenso vorgestellt wie Programme zur Stärkung von Kindern und Jugendlichen vom Schulbeginn bis zum Übergang ins Berufsleben. Auch der Berufsausstieg wurde als wichtiger „Umstiegspunkt“ im Leben beleuchtet. Ein Praxisvortrag lieferte tiefgehende fachliche Informationen zur Stärkung individueller Resilienz durch Tagebuchschreiben. Zudem kamen in einer offenen Runde Teilnehmende mit dem Leitungsteam der AG Betrieb ins Gespräch, um Ideen zu sammeln, wie Menschen im mittleren Lebensalter, der „Rushhour des Lebens“, mit gesundheitsförderlichen und präventiven Maßnahmen v. a. im Setting der Arbeit erreichbar sein können.

„Das Herzstück von P. SACHSEN – ganz im Sinne unseres Claims ‚Prävention auf den Punkt. Gemeinsam für Gesundheit‘ – ist es, Akteure verschiedener Professionen und Arbeitsfelder zu vernetzen sowie im intensiven Austausch zu sein. Das ist uns ein großes Anliegen und mit dieser Fachkonferenz – endlich wieder in Präsenz – umso besser gelungen. Lassen Sie uns miteinander Themen und Projekte voranbringen – denn unser aller Ziel sollte es sein, weitere, neue Aktivitäten sowie Partnerschaften aufleben zu lassen, um die Präventionsarbeit in Sachsen stetig weiterzuentwickeln“, bekräftigte Heinke.

Steuerungsgremium Landesrahmenvereinbarung Präventionsgesetz im Freistaat Sachsen | www.p-sachsen.de

AOK PLUS · BARMER · Techniker Krankenkasse · DAK-Gesundheit · Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) · IKK classic · BKK Landesverband Mitte · KNAPPSCHAFT Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau · Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland · Deutsche Rentenversicherung Bund · Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See · Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, Landesverband Südost · Bundesagentur für Arbeit, Regionaldirektion Sachsen · Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Gesellschaftlichen Zusammenhalt · Sächsisches Staatsministerium des Innern · Sächsisches Staatsministerium für Kultus · Sächsisches Staatsministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr · Sächsischer Landkreistag e. V. · Sächsischer Städte- und Gemeindetag e. V.



Hintergrundinformation

P. SACHSEN ist eine Initiative für Prävention und Gesundheitsförderung der gesetzlichen Kranken-, Unfall- und Rentenversicherung, der zuständigen sächsischen Staatsministerien, der kommunalen Spitzenverbände im Freistaat und der Bundesagentur für Arbeit, Regionaldirektion Sachsen. Dadurch wird das Präventionsgesetz - PräVG gemäß § 20f SGB V im Freistaat Sachsen umgesetzt.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) – Landesvertretung Sachsen hat derzeit den Vorsitz des Steuerungsgremiums P. SACHSEN inne.

Die Sächsische Fachkonferenz Prävention und Gesundheitsförderung wird im Auftrag des Steuerungsgremiums P. SACHSEN durch die Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. (SLfG) veranstaltet.

weiterführende Infos unter www.p-sachsen.de

Pressekontakt:

Ines Borchert | Tel.: 0351 501936-22 | E-Mail: presse@p-sachsen.de

Geschäftsstelle P. SACHSEN:

Micaela Frister | Tel.: 0351 501936-51 | E-Mail: gs@p-sachsen.de

**PRÄVENTION AUF
DEN PUNKT**

GEMEINSAM FÜR GESUNDHEIT