



Der 1. Vorsitzende von PuGiS, Michael Keck (Mitte), stellte zusammen mit dem Vorstandsmitglied Prof. Dr. Jörg Loth (rechts) und Geschäftsführer Dirk Mathis die Ziele und Aufgaben von PuGiS vor. Foto: Bastian

Gesundheitsförderung und Prävention

Der Verein PuGiS e.V. entwickelte altersbezogene Konzepte in der Pandemie-Zeit

SAARBRÜCKEN Der Verein für Prävention und Gesundheit im Saarland (PuGiS e.V.) wurde 2017 gegründet und koordiniert seither die Projekte „Das Saarland lebt gesund!“, „Koordinstationsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit“ sowie „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“. Die Auswirkungen der Corona-Pandemie haben die Menschen dazu gezwungen, gewohnte Handlungsmuster aufzubrechen und einen neuen Rhythmus zu finden. Bereits bestehende Probleme, wie beispielsweise allgemeiner Bewegungsmangel oder die Vereinsamung im Alter, wurden verstärkt.

Sensibilisierung für den Gesundheitsschutz

Die gegenwärtige Sensibilisierung für den Schutz der eigenen Gesundheit scheint jedoch dazu zu führen, dass die Bevölkerung offener für gesundheitsfördernde Maßnahmen ist und sich gezielter mit dem Themenfeld Prävention auseinandersetzt. Auf Grundlage der Nationalen Gesundheitsziele des Bundesministeriums für Gesundheit beschäftigt sich PuGiS e.V. mit den Lebensphasen „gesund aufwachsen“, „gesund leben und arbeiten“ sowie „gesund älter werden“. Besonders das Kindes- und Jugendalter ist ausschlaggebend für die langfristige Implementierung eines Gesundheitsverständnisses und das Umsetzen eines gesunden Lebensstils. Aus der KiGGS-Studie des Robert Koch-Institutes zur gesundheitlichen Lage der Kinder und Jugendlichen in Deutschland geht beispielsweise hervor, dass ein Viertel aller drei- bis zehnjährigen

Kinder selten oder nie Sport treiben. Diese zunehmende „Bewegungskrise“, die bereits seit längerem alle Lebensbereiche betrifft, wird durch die Corona-Pandemie verstärkt. Es bedarf hierbei an alternativen Bewegungsangeboten in den kommunalen und pädagogischen Strukturen, um Kinder und Jugendliche systematisch in Bewegung zu bringen und nachhaltige Effekte zu erzielen. Die Kinder müssen in unterschiedlichen Settings bereits frühzeitig durch niederschwellige Gesundheitsangebote sensibilisiert werden. Durch die Unterstützung von kommunalen Lenkungsgruppen sowie Vereinen muss es gelingen, Bewegung als selbstverständliches Element in den Alltag zu integrieren (z.B. durch altbewährte Schulhofspiele, die innovativ erneuert werden).

„Leben und arbeiten“: Änderung der Arbeitswelt

Im Bereich „leben und arbeiten“ hat die Form des „Homeoffice“ bzw. des mobilen Arbeitens, der (Corona bedingten) Kurzarbeit oder sogar Arbeitslosigkeit gesundheitliche Bedarfe herauskristallisiert: Viele Arbeitnehmer bzw. Arbeitslose leiden zum Beispiel zuhause unter Rückenschmerzen und psychischem Stress. Digitale Angebote rücken zunehmend in den Fokus. Aus diesem Grund thematisiert das Präventionsforum 2020, das Ende dieses Jahres stattfinden wird, die zunehmende Digitalisierung sowie die Veränderung der Arbeitswelt und eröffnet in Fachvorträgen und Workshops innovative Maßnahmen und Methoden, um die eigene Gesundheit sowie die Gesundheit der Kollegen/Arbeitnehmer

präventiv zu schützen. Darüber hinaus bietet das Projekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“ Online-Kurse zu den Themenfeldern Bewegung, Ernährung und Entspannung an. Für den Urlaub 2020 benötigen die Familien im Saarland einen „Plan B“. Um viele Eltern in ihrem „Heimurlaub“ zu entlasten und Kindern eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung zu bieten, unterstützt „Das Saarland lebt gesund!“ im Rahmen von kommunalen Ferienprogrammen mit einer Gesundheitslandschaft. Neben der spielerischen Vermittlung von Wissen aus den Bereichen klassischer Interventionsmaßnahmen zur Prävention, Gesundheit, Ernährung und Bewegung wird auch praktisch einiges geboten. In Bezug auf die Bedarfe und Gegebenheiten vor Ort werden Anregungen für mögliche Freizeitbeschäftigungen entwickelt.

Größere Bedeutung von „gesund älter werden“

Der demographische Wandel sowie die derzeitige Pandemie zeigen, dass dem Bereich „gesund älter werden“ eine immer größere Bedeutung zukommt. Einsamkeit im Alter durch fehlende Sozialkontakte oder eine eingeschränkte Mobilität stellen Herausforderungen dar, die auf allen Ebenen angegangen werden müssen. PuGiS e.V. schafft in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern konkrete Angebote, welche die soziale Teilhabe und die Selbstständigkeit im Alter stärken. Informationen zu den konkreten Angeboten und Konzeptionen gibt es unter: www.pugis.de

Auch im Alter genussvoll essen

SAARBRÜCKEN Die Verbraucherzentrale bietet zwei Online-Vorträge zum Thema „Genussvoll essen – auch im Alter“ an. Termine sind der 21. Juli um 17 Uhr und 23. Juli um 10 Uhr. Der Vortrag ist kostenlos und dauert eine Stunde. Anmelden kann man sich unter www.verbraucherzentrale-saarland.de unter Online-Vorträge. red./tt

Floh- und Trödelmarkt

ST. INGBERT Das ist die Gelegenheit, Sammlerstücke und Antiquitäten aufzustoßern! Der nächste Floh- und Trödelmarkt findet am Samstag, 18. Juli, von 8 bis 16 Uhr, auf dem Parkplatz an der Einfahrt zur Alten Schmelz statt. Aufbau der Stände ist von 6 bis 8.30 Uhr.

Teilnahme für Standbetreiber nur mit Anmeldung! Es gelten die Hygiene- und Abstandsregeln sowie Maskenpflicht. Info: Tel. (06 81) 3 83 97 94. red./jj

Dankeschönfest fällt aus

HOMBURG Das Dankeschönfest der LAG Pro Ehrenamt, das am 7. Dezember im Homburger Saalbau stattfinden sollte, ist aufgrund der Corona-Einschränkungen abgesagt. Das Fest soll nächstes Jahr nachgeholt werden und im Saarpfalz-Kreis stattfinden. red./tt

Kapazität für Studiengang erhöht

SAARBRÜCKEN Um den gestiegenen Anforderungen im Pflegebereich gerecht zu werden und dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken, hat die Hochschule für Technik und Wirtschaft des Saarlandes (htw saar) ihre Aufnahmekapazität für den sechssemestrigen Bachelor-Studiengang „Management und Expertise im Pflege- und Gesundheitswesen“ deutlich erhöht.

Die Absolventen können Krankenhäuser, Altenheime und Reha-Einrichtungen managen. Offen stehen auch Tätigkeiten als Referent oder als Sachverständiger bei Kranken- und Pflegeversicherungen, dem Medizinischen Dienst oder der öffentlichen Gesundheitsverwaltung. Ein weiteres mögliches Arbeitsfeld ist die Ausbildung im Gesundheitswesen oder auch die pflege- und gesundheitsbezogene Forschungstätigkeit. Der Bachelor-Abschluss qualifiziert zudem für einen weiterführenden Master-Studiengang. Voraussetzung ist eine abgeschlossene Ausbildung in einem der folgenden Pflege- und Gesundheitsfachberufe: Pharmazeutische Assistenten, Ergotherapeuten, Logopäden, Orthoptisten, MTA's, Diätassistenten, Masseur, Physiotherapeuten, Podologen, Kranken-/ Kinderkrankenpflege, Altenpflege, Heilerziehungspflege, Heilpädagogen, Heilpraktiker, Medizinische Fachangestellte, Zahnmedizinische Fachangestellte, Rettungsassistenten.

Bewerbungen sind bis zum 22. August möglich. Infos unter www.htwsaar.de/bame. red./tt



Bei der Vertragsunterzeichnung (von links) die 200. Auszubildende Amelia Czulkowska, Michelle Koch (Personalabteilung) und Personaldirektor Thomas Hesse. Foto: Klinikum

60 Prozent mehr Pflege-Ausbildungsplätze

Klinikum Saarbrücken bildet 200 statt bisher 125 Pflege-Azubis aus

SAARBRÜCKEN Das Klinikum Saarbrücken auf dem Winterberg bietet ab Oktober 75 Pflege-Ausbildungsplätze mehr an. Damit können statt wie bisher 125 nun 200 Pflege-Azubis gleichzeitig ausgebildet werden. Nun wurde der 200. Vertrag unterschrieben. Altenpflegehelferin Amelia Czulkowska möchte sich im Rahmen der Winterberg-Qualifizierungsoffensive mit der generalistischen Ausbildung zur Pflegefachkraft weiterentwickeln. Im Rahmen des Krankenhausplans hatte das Klinikum Saarbrücken zugesichert, von 125 Pflege-Ausbildungsplätzen auf

200 aufzustocken. Die Zahl beinhaltet sowohl die Starter im Oktober 2020 als auch den jetzigen Absolventenkurs. „Wir haben das dem Ministerium zugesagt und verlässlich eingehalten“, sagt Personaldirektor Thomas Hesse und freut sich über ein Plus von 60 Prozent an Ausbildungsplätzen – und damit über 75 Menschen mehr, die den Pflegeberuf erlernen möchten. Dabei ging das Team Winterberg neue Wege in der Pflege. Ein zentraler Aspekt war beispielsweise die Qualifizierungsoffensive des Klinikums. „Wir haben gezielt Pflegehelfer angesprochen, um diese zur

Pflegefachkraft weiter zu qualifizieren“, berichtet Thomas Hesse. Mit Erfolg: Amelia Czulkowska hat nun genau deshalb den 200. Ausbildungsvertrag unterschrieben. Sie arbeitet zurzeit als Altenpflegehelferin im Altenheim am Schloss und ihr hat das Angebot des Klinikums gut gefallen, sich von der Pflegehelferin zur Pflegefachkraft weiterzuentwickeln. Die 39-jährige Mama von zwei Kindern (17 und elf Jahre alt) startet im Oktober mit der generalistischen Ausbildung in der Schule für Gesundheitsfachberufe auf dem Winterberg. red./tt

NOTFALL-DIENSTE

+ ÄRZTE

Sie erreichen den ärztlichen Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung kostenlos unter der bundesweit einheitlichen Rufnummer **116117**. Zusätzlich sind die Bereitschaftsdienstpraxen geöffnet **von Samstag, 8 Uhr, bis Montag, 8 Uhr**, an Feiertagen sowie an Brückentagen.

+ ZAHNÄRZTE

Nur in dringenden Fällen und nach telefonischer Vereinbarung! **Samstag, 18.7./Sonntag, 19.7.:** Vieira, M., Saarbrücken/St. Johann, Tel. (0681) 9273842; Peters, P., Saarbrücken/Klarenthal, Tel. (06898) 32482 oder (06898) 32440; Hassanzadeh, K., Saarlouis/Beaumarais, Tel. (06831) 62339; Schwindling, Dr. F., Merzig, Tel. (06861) 72922; Dreit, A., St. Wendel, Tel. (06851) 7607; Weimer, P., Eppelborn/Wiesbach, Tel. (06806) 81642; Albrecht, Dr. H., Homburg, Tel. (06841) 2204; Gottschall, Dr. R., Saarbrücken/Jägersfreude, Tel. (0681) 33837.

+ AUGENÄRZTE

Telefonische Anmeldung notwendig! **Der augenärztliche Bereitschaftsdienst ist über die Rufnummer 116117 zu erfragen.**

ANZEIGE

WWW.BRILLENMAHL-DE
 Tel. 06881-3789

+ HNO-ÄRZTE

Telefonische Anmeldung notwendig! **Der HNO-ärztliche Bereitschaftsdienst ist über die Rufnummer 116117 zu erfragen.**

+ KINDERÄRZTE

Sie erreichen den kinderärztlichen Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung kostenlos unter der bundesweit einheitlichen Rufnummer **116117**. Zusätzlich sind die Bereitschaftsdienstpraxen geöffnet von Samstag, 8 Uhr, bis Montag, 8 Uhr, an Feiertagen sowie an Brückentagen.

Wartungsarbeiten im Parkhaus

SAARBRÜCKEN Am Samstag, 18. Juli, sind das SB-Center des FinanzCenters Neumarkt und das Parkhaus der Sparkasse Saarbrücken in der Hohenzollernstraße wegen Wartungsarbeiten bis 14 Uhr geschlossen. red./tt

ANZEIGE

SCHLOSSBERG-APOTHEKE
 Eckhard Kiefer, Apotheker
 Talstraße 49 • Arzthaus, 66424 Homburg
 Tel. (0 68 41) 55 44 • Fax 6 44 42
 – Autoschalter-Service –

Kinderärztliche Bereitschaftsdienstpraxis im Klinikum Saarbrücken, Winterberg 1, 66119 Saarbrücken.
Kinderärztliche Bereitschaftsdienstpraxis im Marienhaus Klinikum Saarlouis, Kapuzinerstraße 4, 66740 Saarlouis
Kinderärztliche Bereitschaftsdienstpraxis in der Marienhaus-Klinik St. Josef Kohlhof, Klinikweg 1-5, 66539 Neunkirchen.

+ APOTHEKENDIENST

Apotheken-Notdienst-Hotline der ABDA: Die nächstgelegene dienstbereite Apotheke sind zu erfragen unter **Tel. (0800) 0022833** (kostenfrei aus dem deutschen Festnetz) oder von jedem Handy, **Kurzwahl 22833** (Mobilfunknetze/69 Cent/Min.) oder im Internet unter <https://apothekennotdienste-saarland.de/> oder www.aponet.de.

+ TIERÄRZTE

Falls der Haustierarzt nicht erreichbar ist – nur nach telefonischer Anmeldung!
Samstag, 18.7.: Jung, Dr. Martina, Neunkirchen, Keplerstr. 53, Tel. (06821) 952780; Michel, Marion, Neunkirchen, Am Felswäldchen 17, Tel. (06874) 172477; Scholz, Thomas, St. Ingbert, Oststr. 74, Tel. (06894) 8950501; Waschbüsch, Dr. Jörg, Saarwellingen, Tel. (06838) 81242.

Sonntag, 19.7.: Jung, Dr. Martina, Neunkirchen, Keplerstr. 53, Tel. (06821) 952780; Tierärztin Dr. Just, Sulzbachtalstr. 268, Sulzbach, Tel. (06897) 7964070; Scholz, Thomas, St. Ingbert, Oststr. 74, Tel. (06894) 8950501; Tierärztin Otto, Provinzialstraße 106, Emsdorf, Tel. (06831) 5053307.

+ VERGIFTUNGSZENTRALE

Das Informations- und Behandlungszentrum für Vergiftungen in der Uni-Klinik Homburg ist unter **Tel. (06841) 19240** jederzeit, auch an Sonn- und Feiertagen, zu erreichen.

+ BW-SANITÄTSDIENST

Der Bereitschaftsdienst der Bundeswehr ist zuständig für den Stadtverband Saarbrücken, Kreis Saarlouis sowie Kreis Merzig-Wadern im Sanitätszentrum Cochem, Fliegerkaserne, Kreisstraße 19, 56809 Cochem. **Tel. (02671) 9186-24305.**

Das Frauenhaus der AWO: Zu erreichen unter **Tel. (0681) 991800.**

Weisser Ring e.V., Opferhilfeverein, Tel. (0681) 67319.

Notfalltelefon für unheilbar erkrankte Menschen: Paul-Marien-Hospiz am Evangelischen Krankenhaus Saarbrücken, **Tel. (0681) 3886-601.**

Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst für unheilbar erkrankte Menschen: St. Jakobus Hospiz, Montag bis Donnerstag, 8 bis 16 Uhr, Freitag, 8 bis 14 Uhr, **Tel. (0681) 92700-0**, in der übrigen Zeit läuft ein Anrufbeantworter.

Elisabeth-Ziilken-Haus, Frauenaufnahmeheim: Rund um die Uhr erreichbar unter **Tel. (0681) 91027-0.**

Telefonseelsorge für Menschen in seelischen Krisen: Täglich, 0 bis 24 Uhr, kostenfrei, **Tel. (0800) 1110111.**

Frauennotruf Saarland, Beratung für vergewaltigte und misshandelte Frauen: Montag und Donnerstag, 14 bis 17 Uhr, Dienstag und Freitag, 9 bis 12 Uhr, **Tel. (0681) 36767**, in der übrigen Zeit läuft ein Anrufbeantworter.

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“, 24-Stunden-Beratungsangebot, vertraulich und kostenfrei, **Tel. (0800) 116016.**

Für die Richtigkeit dieser Angaben übernimmt der Verlag keine Gewähr!

+ NOTARZT RETTUNGSWAGEN 112

+ FEUERWEHR 112

+ POLIZEI 110

TAG UND NACHT ERREICHBAR



von Do., 16.07.2020 bis Mi., 22.07.2020

HOMBURG

► Cinemas Homburg

Info-Hotline: Tel. (06841) 2387

DIESE WOCHE NEU:
 Rollenwechsel/Sehenswert
DIE PERFEKTE KANDIDATIN
 FR 20:15 SA 16:45 SO 11:45, 19:00

Event-Cinema
PAW PATROL: MIGHTY PUPS
 SO 11:45, 13:30, 15:00

INTO THE BEAT - DEIN HERZ TANZT
 FR, SA, DI 16:30, 20:00 SO 15:00, 18:30

UNHINGED - AUSSER KONTROLLE
 FR, SA, DI 20:15 SO 19:00

KOMPLETTES PROGRAMM
 UNTER 0 68 41/12 01 20
www.cinemas-group.de

NEUNKIRCHEN

► Cinemas Neunkirchen

Info-Hotline: Tel. (06821) 923410

DIESE WOCHE NEU:
 Rollenwechsel/Sehenswert
DIE PERFEKTE KANDIDATIN
 FR 16:30 SA 20:00 SO 11:30

Event-Cinema
PAW PATROL: MIGHTY PUPS
 SO 11:45, 13:30, 15:00

INTO THE BEAT - DEIN HERZ TANZT
 FR, SA, DI 16:30, 20:00 SO 15:15, 19:00

UNHINGED - AUSSER KONTROLLE
 FR, SA, DI 20:15 SO 19:00

KOMPLETTES PROGRAMM
 UNTER 0 68 21/92 34 20
www.cinemas-group.de

SCHMELZ

► Schmelzer Lichtspiele

Maxi + Mini
 Trierer Straße 55
 Telefon (06887) 4189

Neu im Bundesstart
UNHINGED
 FR bis SO 20:00 Uhr (ab 16 J.)

GUNS AKIMBO
 FR bis SO 20:30 Uhr (ab 16 J.)

SCOOBY! 2D
 FR bis SO 17:00 Uhr (ab 6 J.)

MINA & DIE TRAUMZAUBERER
 FR bis SO 16:30 Uhr (ab 0 J.)

Infos zu unseren Schutz- und Hygienemaßnahmen, Ticketkauf und Reservierung finden Sie auf www.schmelzer-lichtspiele.de

