

Protokoll zum 8. Treffen des Gesundheitszirkels am Montag, 30.07.2018 um 19:00 Uhr

Teilnehmer: Aribert Amon, Edeltrud Amon, Marion Hartmann, Oxana Mayer,
Sigrid Reinfelder, Claudia Seubert, Joachim Trompeter,
Herbert Schramm, Karin Schneiderbanger-Vogt

Begrüßung durch Marion Hartmann.

Schwerpunkte:

- Verlängerung Gesunde Kommune
- Anstehende Termine
- Broschüre der gesundheitsfördernden Angebote
- Trimm-Dich Pfad Resilienz
- VHS-Angebote zum Thema Resilienz

Verlängerung Gesunde Kommune

Die Projektförderung wäre am 31.08.2018 ausgelaufen. Um aktuelle Projekte fertig stellen zu können und dem GZ eine bessere Chance auf Nachhaltigkeit zu geben wurde eine Projektverlängerung beantragt und sowohl von der AOK als auch von der Gemeinde Breitengüßbach befürwortet. Wegen Sommerpause wird die Zusage der AOK erst Ende August erwartet.

Anstehende Termine

- **Nächster Gesundheitszirkel am 13.09.2018 um 18:30 Uhr**
 - Weiterarbeit an Projekten
 - Planung des Beitrags zur Abschlussveranstaltung am 19.10.2018 (da soll vorgestellt werden, was in den Jahren 2016 – 2018 in der Gesunde Kommune in der Gemeinde Breitengüßbach geleistet wurde)
- **Abschlussveranstaltung der Gesunden Kommune**
am 19.10.018, 15-18 Uhr im Foyer Sitzungsgebäude, LRA
- **Termin Evaluierung am 19.11.2018 um 18:00 Uhr**
Unser Projekt wird abschließend extern evaluiert. Die Moderation übernimmt Michael Hübler (Moderator Feedbackrunde). Jeder Gemeinde wird anschließend ihr Evaluations-ergebnis schriftlich mitgeteilt.

Broschüre der gesundheitsfördernden Angebote

Wie schon aus den anderen GZ bekannt, arbeiten wir weiter an der Broschüre mit den gesundheitsfördernden Angeboten.

Nun liegen zwei Entwürfe (Titel- und Innenseite) von dem Grafiker vor. In unserer Sitzung wurde entschieden, die Titelseite mit den Kreisen zu nehmen, die Rückseite soll zweifarbig rot-grün (wie der Flyer der Gesundheitsmesse) und nicht bunt gestaltet werden. Die Innenseite Nummer 2 hat den Teilnehmern am Besten gefallen, allerdings sollen ein paar Änderungen vorgenommen werden:

- Die Überschrift (z.B. Obst- und Gartenbauverein) soll mit einem farbigen Balken hinterlegt werden.
- Der Ansprechpartner soll im Adressenfeld und nicht direkt unter der Überschrift genannt werden.
- Die Adressfelder sollen nicht umrahmt werden.
- Die Trennpunkte sollen entfallen.

Auf den ersten Seiten der Broschüre sollen ein Vorwort, ein einleitender Spruch und ein Bild der GZ erscheinen. Der GZ formulierte gemeinsam ein Vorwort. Frau Hölzlein hatte wie verabredet drei Sprüche vorgeschlagen, daraus wählte der GZ einen aus. Ein gemeinsames Foto wird im nächsten Gesundheitszirkel aufgenommen.

Eine Seite mit wichtige Ruf- und Notfallnummern dient als Platzfüller, d.h. sie wird aufgenommen, falls es Freiflächen gibt.

Die Gemeinde wird die Rolle des Herausgebers übernehmen und für die Verteilung sorgen.

Finanzierung: Im Projektbudget der Gesunden Kommune stehen 4.000 Euro für die Broschüre Breitengüßbach bereit. Frau Hartmann klärt, ob es noch weitere Mittel aus anderen Töpfen gibt. Die Gemeinde Breitengüßbach ist bereit, einen Teil der Kosten zu übernehmen.

Trimm-Dich Pfad Resilienz

Erste Bürgermeisterin Sigrid Reinfelder hat eine Projektskizze an die AOK Bayern, gesendet. Die AOK Bayern hat sich positiv geäußert. Leider kam am 20.06.18 ein Besprechungstermin mit Frau Hilgert von der AOK Bamberg nicht zustande. Es wird ein neuer Termin vereinbart.

Die Gemeinde ist auf der Suche nach potenziellen Anbietern für das Konzept "Trimm Dich Pfad Resilienz".

Ein potenzieller Auftragnehmer ist die Firma Metatrain, Ansprechpartner ist Johann Beck. Metatrain hat zwei Gelassenheitswege für den Markt Neumarkt konzipiert, die u.a. in zwei Broschüren dargestellt werden, die der GZ gemeinsam ansieht. Die Wege verbinden die Natur, Bewegung und meditative Übungen. Man tankt die Gelassenheit vor Ort und nimmt sie mit nach Hause. Der Gesundheitszirkel möchte in sein Projekt zusätzlich ein paar sportliche Elemente einbinden, außerdem sollen die örtlichen Gegebenheiten. Z.B. die Quelle, berücksichtigt werden. Die Gemeinde hat zu Herrn Beck von der Firma Metatrain Kontakt aufgenommen. Der GZ schlägt vor, eine Exkursion nach Neumarkt zu machen.

Die Bevölkerung soll im Mitteilungsblatt über den Trimm-Dich-Pfad informiert werden.

VHS-Kurse zum Thema Resilienz

Herr Trompeter wird Resilienz-fördernde Kurse in der VHS Außenstelle Breitengüßbach im WS 2018/19 anbieten:

- Rückenyoga
- Klangschalen
- Innere Balance durch Meditation
- Achtsamkeit
- Entspannungsmethoden

Er schlägt vor, dass ein einleitender Vortrag angeboten wird, in dem über die verschiedenen Angebote informiert wird. Der Referent könnte von der AOK Bamberg kommen.

Oxana Mayer
Protokollführerin

Sigrid Reinfelder
Erste Bürgermeisterin