



## 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

1. Juni 2023

Projekt „GESUND!“

### **Gesundheitsförderung: vdek veröffentlicht Lernmaterialien für die Arbeit mit Menschen mit Lernschwierigkeiten**

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) hat in Kooperation mit der Katholischen Hochschule für Sozialwesen Berlin (KHSB) die zweite Praxishilfe zum Projekt „GESUND!“ publiziert. Die Praxishilfe soll dabei unterstützen, die Gesundheitskompetenz von Menschen mit Lernschwierigkeiten zu stärken. Auf 140 Seiten finden interessierte Fachkräfte der Behindertenhilfe vier unterschiedliche Seminare aufbereitet, die für und mit Menschen mit Lernschwierigkeiten umgesetzt werden können. Behandelt werden unter den Überschriften „Was stärkt das Herz?“, „Tschüss Zucker – Tschüss Einwegflasche. Gesund trinken ohne Müll“, „Von Apfel bis Zwiebel: Knackig bleiben – Müll vermeiden“ sowie „Cool bleiben – Stress vermeiden. Energie tanken, richtig entspannen“ relevante Themen zu Bewegungsförderung, gesunder Ernährung, klimafreundlichem Verhalten und Stressmanagement.

### **Wissenserwerb verständlich und interaktiv**

„Wie kann Prävention und Gesundheitsförderung für Menschen mit Lernschwierigkeiten greifbar werden? Die Antwort ist einfach: indem Angebote zur Gesundheitsförderung gemeinsam entwickelt werden“, so Ulrike Pernack, Leiterin des Referats Prävention, Gesundheits- und Selbsthilfeförderung beim vdek. „Nicht über uns ohne uns“ ist auch im „GESUND!“-Projekt die Devise.“

Die Praxishilfe ist wissenschaftlich fundiert und legt großen Wert auf Verständlichkeit und Interaktivität. So wird Gesundheitswissen in leichter Sprache vermittelt und spielerisch in Gruppen erarbeitet. Die zweite Praxishilfe baut auf mehrjährigem Erfahrungswissen seit der ersten Praxishilfe „GESUND!“ auf, [die der vdek 2017 veröffentlichte](#). Die Inhalte

beider Publikationen wurden von einem inklusiven Team aus Beschäftigten einer Werkstatt für behinderte Menschen in Berlin und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hochschule erstellt.

Zusätzlich zur aktuellen Praxishilfe bietet der vdek in Kooperation mit der KHSB Online-Seminare für Fachkräfte der Behindertenhilfe und Inklusion, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus pädagogischen Arbeitsfeldern sowie Interessierte der Gesundheitsbildung an. Die Seminare geben den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Hilfestellung zur Umsetzung der Lerninhalte. Der nächste Seminardurchgang findet ab September 2023 statt.

Die neue Praxishilfe steht unter [www.gesunde-lebenswelten.com](http://www.gesunde-lebenswelten.com) zum Download bereit. Eine Druckfassung wird voraussichtlich ab Juli 2023 verfügbar sein.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen mehr als 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 290 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt. In den einzelnen Bundesländern sorgen 15 Landesvertretungen mit insgesamt rund 380 sowie mehr als 30 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Pflegestützpunkten für die regionale Präsenz der Ersatzkassen.