

# Aktiv für die Gesundheit von Familien

Viel geboten ist bei einem Aktionstag in Sulzbach-Rosenberg. Basis ist das Projekt „Bewegung als Investition in Gesundheit“.



Foto: Holleder

## Landrat Richard Reisinger dankte bei der Vorstellung allen Akteuren, die sich am Aktionstag „Gesundheit für die Familie“ am 14. November im LCC in Sulzbach-Rosenberg beteiligen

**Amberg-Sulzbach.** Guten Gewissens könnte man den Aktionstag „Gesundheit für die Familie“ am Freitag, 14. November, im Landkreis-Cultur-Centrum (LCC) in Sulzbach-Rosenberg als kleinen Bruder des alljährlich im September im Landratsamt Amberg-Sulzbach stattfindenden Gesundheitstages bezeichnen. Ist er doch ein weiterer Mosaikstein im präventiven Netzwerk des Landkreises Amberg-Sulzbach. Ins Leben gerufen hat den Aktionstag die Volkshochschule um Leiter Manfred Lehner und das Organisationsteam Irmgard Axt und Maria Bogner. Gemeinsam mit Landrat Richard Reisinger stellten sie nun das Programm für 14. November offiziell vor.

Der Aktionstag basiert auf dem Projekt Bewegung als Investition in Gesundheit (BIG), das im Februar dieses Jahres gestartet worden ist und sich vor allem an Frauen mit Migrationshintergrund, Alleinerziehende oder Empfängerinnen von staatlichen Transferleistungen richtet. Willkommen sind aber ausdrücklich auch Männer, betonte Landrat Richard Reisinger bei der Vorstellung.

Demnach werden am Freitag, 14. November, beim Gesundheitstag für die Familie im LCC den Besuchern unzählige Möglichkeiten vorgestellt, sowohl für die eigene Gesundheit als auch für die der Familie etwas zu tun. Neben kostenlosen Gesundheitschecks, Vorträgen über Diabetes, psychische Probleme und häusliche Gewalt präsentieren sich außerdem zahlreiche Akteure aus den unterschiedlichsten Bereichen, zum Beispiel Apotheken, Krankenkassen, Sportvereine, mit ihren Angeboten und Produkten rund um das Thema „Gesundheit für die Familie“.

„Wir wollen vor allem die gewinnen, die es auf der einen Seite am nötigsten haben, aber gleichzeitig am schwierigsten zu erreichen sind“, bekräftigten sowohl Dr. Roland Brey vom Gesundheitsamt als auch VHS-Leiter Manfred Lehner. Der Aktionstag am 14. November von 14 bis 19 Uhr im LCC in Sulzbach-Rosenberg sei somit eine Zielgruppenerweiterung gegenüber seinem großen Bruder, dem Gesundheitstag im September.

## Das Projekt BIG

**Standorte** Der Landkreis Amberg-Sulzbach ist neben Großostheim, Dillingen, Marktredwitz und Straubing einer von bayernweit bislang zwölf BIG-Standorten. Ziel des Projekts „Bewegung als Investition in Gesundheit“ ist, die körperliche Aktivität von Frauen in schwierigen Lebenslagen zu fördern und einen wichtigen Beitrag zu deren Gesundheit zu leisten.

**Beteiligte** Die VHS koordiniert das Projekt BIG, das mit dem Institut für Sportwissenschaften der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg durchgeführt wird. Kooperationspartner sind die AOK und die Barmer GEK. Mit BIG sollen Frauen nicht nur in Bewegung kommen, sondern auch Selbstvertrauen entwickeln, soziale Kontakte knüpfen und politische Prozesse auf kommunaler Ebene kennen lernen.