



# Gesunder Schwalm-Eder-Kreis+

Hintergrund, Angebot  
und regionaler Mehrwert

# Gesunder Schwalm-Eder-Kreis+ GmbH

---

- › **Gesundheitsnetzwerk**, gegründet im November **2020** von OptiMedis
- › **Ziel**: Abgestimmtes Gesundheits- und Versorgungsmanagement und der Aufbau neuer innovativer Angebote, „regionaler Kümmerer“
- › Kooperation mit zwei regionalen Krankenkassen: **BKK B. Braun Aesculap** und **BKK Werra-Meißner** basierend auf einem Vertrag nach § 140a SGB V
- › Aktuell 6 Mitarbeitende + 6 Gemeindepflegerinnen
- › **740** eingeschriebene Mitglieder (Stand: 31.07.2024)
- › **71 Netzwerkpartner** (Stand: 31.07.2024)
  - Apotheken
  - Ärztinnen und Ärzte
  - Physiotherapie
  - Ernährungs-, Schlaf-, Pflegeberatung, uvm.
- › Mehr Informationen unter: [www.gesunder-sek-plus.de](http://www.gesunder-sek-plus.de)



# Hintergrund

---

- › Schwache Versorgungsstrukturen (ländliche Region mit zunehmend **mangelnder ärztlicher Versorgung**)
- › Der Schwalm-Eder-Kreis ist ein Landkreis mit auffällig hohen AU-Zahlen (vgl. Gesundheitsreport BKK Dachverband)
- › Überdurchschnittlich hohe Morbidität im Schwalm-Eder-Kreis (vgl. Barmer Morbiditätsreport)



# Angebote des GSEK+

---

## › Vielfältiges und wechselndes **Präventionsangebot**

- Online- und Präsenzkurse zu den Themen Bewegung, Entspannung und Ernährung
- vom Früh-Aufsteher-Yoga über Brötchen-Backkurse bis hin zu Kreativ-Workshops

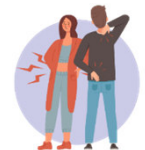


## › Aktuell 5 **Versorgungsprogramme**

- Durchatmen, trotz COPD
- Mehr Tagkraft – Psychologisches Coaching bei hoher Belastung und kritischen Lebenslagen
- Unterstützung bei Post-Covid und chronischer Erschöpfung
- Gesunder Schlaf inklusive Screening
- ZusammenRücken



## › **Gesundheitslotsinnen / Gesundheitslotsen**



## › **Gemeindepflegerinnen**

- › Digitale Unterstützung mit dem digitalen Gesundheitslotsen „**DIGILO**“ zur regionalen Suche nach medizinischen und sozialen Angeboten



# Gesundheitslotsinnen / Gesundheitslotsen

---

**Gesundheitslotsinnen / Gesundheitslotsen** sind Ansprechpersonen innerhalb des Gesundheitsnetzwerks. Jede/r von ihnen ist in einem gesundheitsbezogenen Beruf tätig und hat eine spezielle Weiterbildung durchlaufen.

Gesundheitslotsinnen / Gesundheitslotsen...

- › informieren und beraten ausführlich rund um das Thema Gesundheit und das Netzwerk.
- › finden heraus, welche Unterstützung benötigt wird.
- › vereinbaren Gesundheitsziele mit Teilnehmenden und vermitteln passende Angebote.
- › unterstützen bei der Umsetzung von gesundheitsbewussten Alltagsroutinen.



Aktuell sind 16 Gesundheitslotsinnen / Gesundheitslotsen im Schwalm-Eder-Kreis aktiv.

Die Lotsengespräche sind für Mitglieder des GSEK+ kostenlos.

# Gemeindepflege

---



## Kümmern und vernetzen.

### Die Gemeindepflegerinnen...

- › beraten, begleiten und unterstützen Menschen im Schwalm-Eder-Kreis.
- › kümmern sich darum, dass die Menschen in der Region möglichst lange mobil bleiben und gut versorgt zu Hause leben können.
- › schließen die Lücke zwischen medizinischer und psychosozialer Versorgung.
- › machen Hausbesuche und kommen auch in Pflege- und Altenheime.
- › übernehmen selbst keine Pflegeleistungen.
- › haben seit Beginn des Projekts im Oktober 2021 bereits über 700 Klientinnen und Klienten betreut (Stand: August 2024).

# Gemeindepflegerinnen

- › Möglich macht dies das Land Hessen im Rahmen der Offensive „Land hat Zukunft – Heimat Hessen“.
- › Die Gemeindepflege wird zu **80 Prozent vom Land Hessen** und mit **20 Prozent vom Schwalm-Eder-Kreis** gefördert.



# ZusammenRücken

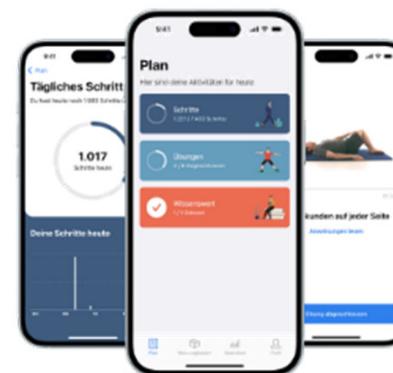
---

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten Diagnosen im Schwalm-Eder-Kreis.

- › Das Versorgungsprogramm **ZusammenRücken** soll Teilnehmenden mit gezielten Übungen und Aktivitäten helfen, die Rückmuskulatur zu stärken.
- › Mit der App „SelfBack“ werden die Teilnehmenden **digital unterstützt** und von einer Rückenlotsin **individuell begleitet**.
- › Die Dauer der Begleitung beträgt **3 bis 6 Monate**.
- › Enge Zusammenarbeit mit dem BGM und der Arbeitsmedizin des Trägerunternehmens zur „Vermarktung“ des Programms bei Mitarbeitenden



SelfBack





# Unterstützung bei Post-Covid

---

- › Über einen Zeitraum von **bis zu 12 Monaten** werden Teilnehmende mit **individueller Beratung** und **abgestimmten Interventionen** begleitet.
- › Das Programm beinhaltet...
  - das Führen eines Energietagebuchs
  - Beratung zu passenden Angeboten (Entspannung und Stressregulation)
  - Informationen rund um die Erkrankung, Schlafberatung, Fingerschweißtests u.v.m.
- › **Finanziert** wird das Programm vom **Landkreis**
- › Aktuell ca. **90 Teilnehmende**



# Regionaler Mehrwert

- › **Vielfältige, niederschwellige Angebote** und Veranstaltungen in der Region
- › Implementierung und Förderung von **regionalen Projekten**, z.B.
  - Schaffung eines Naturlehr- und Aktiv-Pfads,
  - Etablierung der Gemeindepflege
  - Aktiv- und Gesundheitswochenenden
- › **Zusammenarbeit** und Einbindung der Angebote bei B. Braun
- › Schaffung von **gesundheitsförderlichen Strukturen**
- › Etablierung von neuen, **digitalen Versorgungsangeboten**
- › enge **Zusammenarbeit** mit dem **Landkreis**
- › **GSEK+** kann **Grundlage** für eine mögliche **Gesundheitsregion** werden (GVSG)



---

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

