

**„Unser Körper ist unser Garten und
unser Wille der Gärtner.“**

- William Shakespeare



© Pixabay

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

„Unser Körper ist unser Garten und unser Wille der Gärtner.“ – Dieses Zitat von William Shakespeare begleitet uns durch die Juni-Ausgabe des DNGfK^{Digest} und erinnert daran, dass Gesundheit gestaltbar ist – durch Wissen, Engagement und gemeinsames Handeln.

In dieser Ausgabe werfen wir einen Blick auf das [zweite Modul unseres BGM-Fortbildungssystems](#), das mit großem Interesse und aktiver Teilnahme aus den Gesundheitseinrichtungen angelaufen ist.

Außerdem stellen wir Ihnen unseren neuen [studentischen Beirat](#) vor – junge, engagierte Student:innen, die mit ihrer Perspektive und

ihrem Fachwissen unsere Arbeit bereichern und neue Impulse für die Zukunft der Gesundheitsförderung setzen.

Ein weiteres Highlight:

Unser [viertes Netzwerktreffen im November](#). Seien Sie dabei, wenn wir gemeinsam mit Ihnen aktuelle Entwicklungen diskutieren, Erfahrungen austauschen und Perspektiven weiterdenken.

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre und freuen uns, wenn Sie auch diesmal wertvolle Impulse für Ihre Arbeit und Ihre persönliche Gesundheit mitnehmen.

[Ihr DNGfK-Team](#)

Gesundheitstipp Juni

Hitzeaktionstag am 4. Juni 2025

™B.Sc. Marco Hedel, B.A. Anna Stecher, M.Sc. Marit Derenthal, B.A. Lia Schumann, Max Zimmermann, Dipl. Med. Olaf Haberecht

Weltweit sterben jährlich rund **490.000 Menschen** an hitzebedingten Ursachen – mehr als durch alle anderen Wetterextreme. Durch den Klimawandel nehmen Hitzewellen an Häufigkeit und Intensität zu. In Deutschland verursachten extreme Hitzejahre wie 2018/19 über **7.000 zusätzliche Todesfälle**, vor allem durch **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**. Hitze belastet die Thermoregulation des Körpers und kann zu Hitzeerschöpfung oder Hitzschlag führen. Bereits ein **Temperaturanstieg um 1 °C** erhöht das Sterberisiko bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen um **2,1 %**. Ohne Anpassungsmaßnahmen könnte sich die hitzebedingte Übersterblichkeit bis 2050 **verdreifachen**. Deshalb fordert der **Hitzeaktionstag 2025**:

1. **Hitzeschutz in Kommunen** verpflichtend umsetzen und finanziell absichern.
2. **Gesundheits- und Pflegesektor** einbinden, um Risikogruppen zu erreichen.
3. **Nationale Hitzeschutzstrategie** entwickeln (u. a. Bau-, Arbeits- und Sozialrecht anpassen).

4. **Hitze im Katastrophenschutz** berücksichtigen (Warnsysteme, Notfallpläne).
5. **Klimaschutzsofortprogramm** beschließen, um die Erderwärmung zu bremsen.

So schützen Sie sich und Ihre Familie vor Hitze:

- Aktivitäten in kühle Tageszeiten verlegen.
- Wohnräume durch Lüften und Beschattung kühl halten.
- Viel trinken (1,5–2 Liter/Tag), leichte Mahlzeiten bevorzugen.
- Sonnenschutz (Kleidung, Cremes) nutzen und direkte Sonne meiden.
- Risikogruppen (Kinder, Ältere, chronisch Kranke) unterstützen.
- Medikamente hitzesicher lagern und Wirkung prüfen lassen.

Sie wollen noch mehr Informationen? Dann klicken Sie [hier!](#)

Unser Studentischer Beirat

Unser studentischer Beirat ist gewachsen – engagierte Mitglieder vernetzen sich im Gesundheitswesen, sammeln Praxiserfahrung und bringen sich flexibel ein. Hier stellen unsere neuen Mitglieder ihre Motivation vor.



Leia Mevius

Das alle dazugehören ist mein großes Ziel. Inklusion und Gesundheitsförderung stehen für mich an oberster Stelle. Es ist **Zeit für ein System, dass die Gesundheit aller fördert** und daher ist der Master in Gesundheitswissenschaften genau das Richtige für mich.



Elaine Böttcher

Das DNGfK verfolgt das Ziel, Gesundheit frühzeitig zu fördern und an den Ursachen anzusetzen - genau das ist auch meine Herangehensweise! Durch mein Studium, eigene Erfahrungen und die Ausbildung zu Ernährungsberaterin weiß ich, **wie wichtig präventive und aktive Gesundheitsförderung in allen Bereichen des Lebens ist.**



Anton Apel

Als Gesundheitswissenschaftler liegt mir besonders am Herzen, **Strukturen zu stärken, die Gesundheit ermöglichen und nicht nur Krankheit behandeln.** Der Beirat bietet mir die Chance, diese Vision gemeinsam weiterzutragen.

Einladung Symposium

Am 25. und 26. November wird das vierte Netzwerktreffen des DNGfK erneut im **Mercurie Hotel Hannover Mitte** stattfinden. Freuen Sie sich auf spannende Vorträge von erfahrenen Referent:innen und interaktive Diskussionen rund um das Thema Gesundheit. Außerdem ist die **Abschlussveranstaltung unseres BGM-Fortbildungssystems mit der IKK classic** im Rahmen des Symposiums geplant.

Gleichzeitig begehen wir das 30jährige Jubiläum des DNGfK

Dazu laden wir Sie recht herzlich ein. Melden Sie sich gerne per Mail an unter: info@dngfk.de **Wir freuen uns auf Sie!**

HERZLICHE EINADUNG

 **DNGfK** Deutsches Netz
Gesundheitsfördernder Krankenhäuser
und Gesundheitseinrichtungen e.V.

Symposium Hannover
4. Netzwerktreffen
Abschlussveranstaltung BGM-Fortbildungsreihe & 30 jähriges Jubiläum

 **Mercure Hotel Hannover Mitte**

 **25. & 26.**
NOVEMBER

Schauen Sie sich **hier** unser spannendes **Programm** an. 

Für unsere **Mitglieder und die Teilnehmenden unserer Fortbildungsreihe** ist die **Teilnahme kostenfrei**. Lediglich eine **Verpflegungs-pauschale i.H.v. 60€** wird erhoben. Für Nicht-Mitglieder beträgt die **Teilnahme-gebühr inkl. der Verpflegungspauschale 260€**. 

Seien Sie dabei - melden Sie sich an! 

Aktueller Stand BGM Fortbildungssystem

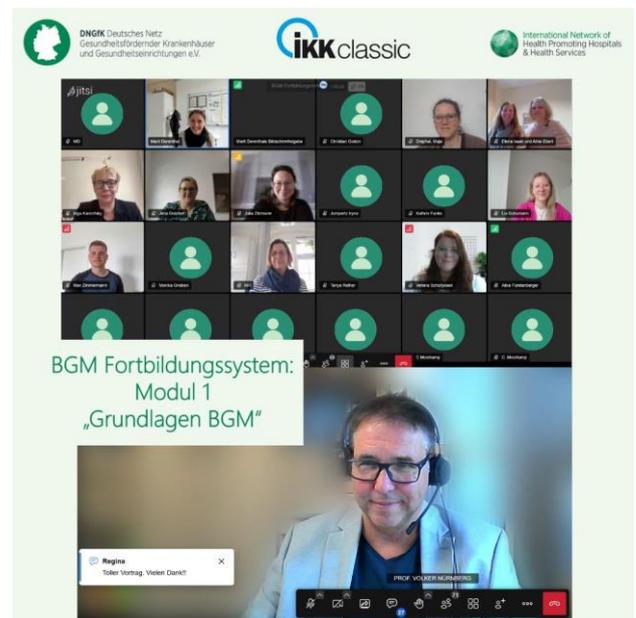
Im März dieses Jahres startete die **zweite Runde des BGM-Fortbildungssystems**. Während im ersten Durchgang vor allem Führungskräfte und Betriebsräte im Fokus standen, richtet sich das Angebot nun in angepasster Form an **Pflegekräfte, medizinisches und therapeutisches Fachpersonal sowie Ärzt:innen**.

Die Fortbildungsreihe vereint theoretische Grundlagen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) mit aktiven Einheiten, die zur Umsetzung individueller Maßnahmen anregen sollen. Zur weiteren Unterstützung erhalten die Teilnehmenden praxisnahe Umsetzungshilfen.

Insgesamt sind wir mit **91 Teilnehmenden aus verschiedenen Gesundheitseinrichtungen** in die Fortbildung gestartet. Die Auftaktveranstaltung sowie die ersten beiden Online-Module wurden bereits erfolgreich durchgeführt.

Das **erste Modul** widmete sich den **Grundlagen des BGM**. Neben einer umfassenden Einführung wurden zentrale Themen wie die Handlungsfelder des BGM, Nutzen und Mehrwert, Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie der PDCA-Zyklus behandelt. Zudem ging es um bestehende Umsetzungsbarrieren und mögliche Maßnahmen zur erfolgreichen Integration im Arbeitsalltag.

Prof. V. Nürnberg bereicherte das Modul mit einem wertvollen Vortrag und trug maßgeblich zur Einführung in das Thema bei.



Im **zweiten Modul** stand ein **gesundheitsförderlicher Arbeits- und Lebensstil** im Mittelpunkt.

Was hindert Sie daran, im Arbeitsalltag gesund zu leben?



Auch hier konnten wir mit **Prof. Dr. Schwabe** einen **renommierten Referenten** gewinnen. Er beleuchtete unter anderem Aspekte der Arbeitswelt 4.0, die Bedeutung einer ausgewogenen Work-Life-Balance, den Wertewandel

Impressum

Deutsches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen gem. e.V. (DNGfK) | Vorstand:
Dipl. Med. Olaf Haberecht (Vorsitzender) | Jens Betker | Michael Dieckmann | Sebastian Lehotzki | Steven Renner
Registernummer- und Gericht: VR 27307 B Amtsgericht Charlottenburg, Berlin

© 2025 Deutsches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen gem. e.V. (DNGfK).
Alle Texte sind urheberrechtlich geschützt. Die Informationen in diesem DNGfK^{Digest} wurden nach bestem Wissen und
Gewissen erstellt. Eine Gewähr für die Richtigkeit der gemachten Angaben können die Autoren dennoch nicht über-
nehmen. Die Nutzung der Informationen erfolgt auf eigene Gefahr.