



**Unterwegs
in vielen
Lebenswelten.**

Gesundheitsförderung

Gemeinsam für Ihre Gesundheit



Gesundheit von Anfang an

Unser Motto: **Gesundheit im Gleichgewicht**. Ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, ein gesunder Umgang mit Stress und ein gutes soziales Miteinander sind die Basis für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden.

Wir bieten **Gesundheitsförderung** in den einzelnen Lebenswelten an: Egal ob Kindergarten, (Hoch-) Schule, Verein, Kommune oder Pflegeheim – wir setzen uns dafür ein, dass gesundheitsförderndes Verhalten im Leben etabliert wird!

Wichtige Themenfelder sind dabei insbesondere **Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung, Medienpädagogik, Suchtprävention, Gewaltprävention**, aber auch die Stärkung der **sozialen Kompetenz** und **Resilienz** (seelische Widerstandskraft). Auch Handlungsfelder zum Thema **Nachhaltigkeit, Umwelt und Klima** spielen eine Rolle.

Weniger Fast Food und mehr Gemüse oder weniger Computerspiele und mehr Bewegung – diese Maßnahmen sind nur erfolgreich, wenn die Rahmenbedingungen eine nachhaltige Umsetzung erlauben. Dies ist beispielsweise der Fall, wenn Gemüse in den Familien, Kitas und Schulen angeboten wird oder ausreichend Bewegungsräume geschaffen werden.

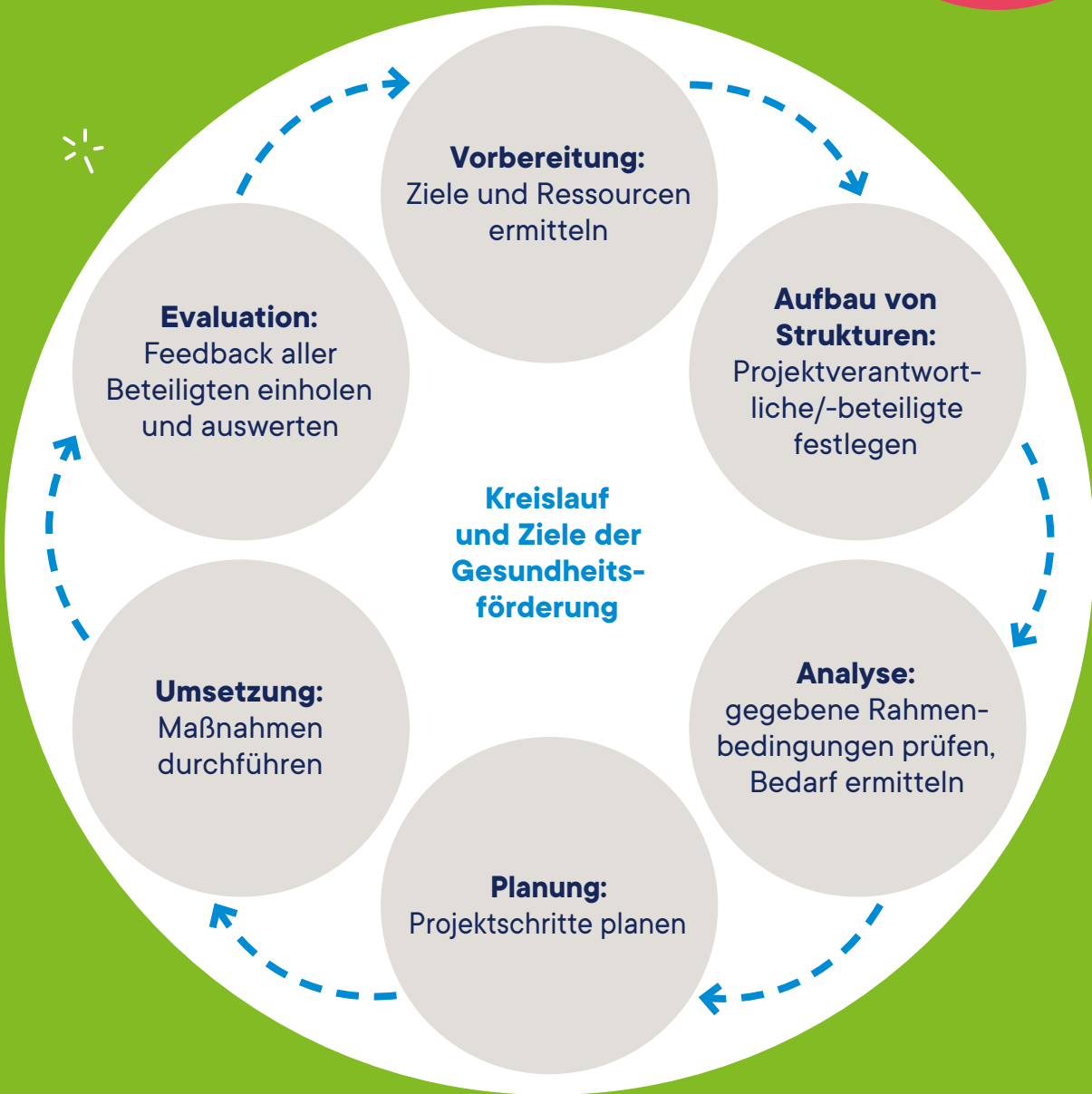
Ein zentrales Ziel dabei ist, dass alle Menschen in der jeweiligen Lebenswelt von den Präventionsprojekten angesprochen werden. Denn nur so können alle von einer **nachhaltigen Gesundheit** profitieren. Außerdem steht jeder Person eine Teilnahme an den Projekten offen, egal wo sie versichert ist.

Sie interessieren sich für ein Projekt? Wir unterstützen Sie gerne in der Projektumsetzung und bieten eine finanzielle Förderung.



Für Gesundheitsförderung ist es nie zu früh und nie zu spät

Wir setzen Ihr Projekt um, sprechen Sie uns an!



Wir unterstützen und begleiten Sie in allen Phasen!



**Für einen
nachhaltig
gesunden
Lebensstil**

Eine Stiftung für eine von Grund auf gesunde Gesellschaft

Die Weichen für einen nachhaltig gesunden Lebensstil werden bereits in jungen Jahren gestellt. Deshalb initiiert und fördert die 2012 gegründete Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“ primär **Projekte für Kinder und Jugendliche**, zum Beispiel in Kitas und Schulen. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Förderung der **Gesundheit am Arbeitsplatz**. Dadurch möchte die Stiftung das Bewusstsein der Öffentlichkeit für eine gesunde Lebensweise stärken, die Eigenverantwortung jedes Einzelnen anregen und Impulse für Initiativen weiterer Akteure im Gesundheitswesen liefern.

Mehr erfahren Sie unter www.stiftung-gesundarbeiter.de



♥ Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit



Erfolgsmodelle der vivida bkk – Gesund aufwachsen

„Fit von klein auf“

Spielen, toben, lecker essen! Die Freude an einer gesunden Lebensweise sollten Kinder so früh wie möglich entdecken, um sich langfristig wohlfühlen zu können und gesund zu bleiben.

Unsere Aufgabe ist es, die Mädchen und Jungen bei diesen Entdeckungen zu unterstützen. „Fit von klein auf“ lautet deshalb die bundesweite Gesundheitsinitiative mit der wir die Erzieherinnen und Erzieher in Kindertageseinrichtungen sowie Eltern praktisch unter-

stützen. Mit dem Ziel, das Leben der Kinder gesünder zu gestalten und ihre gesundheitlichen Kompetenzen deutlich zu stärken.

Das Projekt vermittelt **praxisnah und spielerisch** Wissen und Methoden aus fünf Bereichen der Gesundheitsförderung (Ernährung, Bewegung, Entspannung, Körperbewusstsein und Konfliktbewältigung). Zu jedem Baustein gehören Schulungen für die Erzieherinnen und Erzieher, Informationsveranstaltungen für die Eltern sowie spannende Aktionen für die Kinder.

Alle Projekte
finden Sie hier:
[www.vividabkk.de/
projekte](http://www.vividabkk.de/projekte)



Erfolgsmodelle der vivida bkk – Gesund leben und arbeiten

„Gesunde Familie+“

In diesem Projekt stehen **Schwangere** und **junge Familien** im Fokus. Unter dem Motto „Gesundheit von Anfang an“ bieten wir wechselnde Gesundheitsförderungsangebote, wie Vorträge, Mitmachaktionen oder Kurse an. Diese umfassen die Themen

Bewegung, Ernährung, Stressmanagement aber auch Themen wie Resilienz und Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Die Vorträge und Kurse finden online oder in Präsenz statt, je nach den Bedürfnissen der werdenden und jungen Familien.

Alle Projekte
finden Sie hier:
[www.vividabkk.de/
projekte](http://www.vividabkk.de/projekte)

Erfolgsmodelle der vividabkk – Gesund älter werden

„Clownvisite der ROTEN NASEN“

Humor ist eine Quelle der Lebenskraft, auch in **Pflegeeinrichtungen** für Seniorinnen und Senioren. Menschen, die pflegebedürftig sind, profitieren von der **emotionalen Zuwendung**, die uns Clowns bringen. Ältere Menschen leiden oft unter der Einschränkung ihrer

Mobilität, ihrer Erinnerung und Wahrnehmung. Hier helfen die Künstlerinnen und Künstler mit regelmäßigen Visiten. Die Clowns begegnen den Seniorinnen und Senioren ganz individuell, mit viel Respekt und Einfühlungsvermögen.

Alle Projekte
finden Sie hier:
[www.vividabkk.de/
projekte](http://www.vividabkk.de/projekte)



Haben Sie Fragen?

Ihre Ansprechpartnerin bei der **vivida bkk**

Ich bin für Sie da:

Sina Knöpfle

Team Gesundheitsförderung

Zentrale Villingen-Schwenningen
Spittelstraße 50
78056 Villingen-Schwenningen

Telefon 07720 9727-11278

E-Mail sina.knoepfle@vividabkk.de



vivida bkk

78044 Villingen-Schwenningen

Kundencenter

T 07720 9727-0

F 07720 9727-100

kundencenter@vividabkk.de

www.vividabkk.de

Sie möchten Kunde werden?

Service-Hotline 0800 0104 501

Digital und bundesweit

Ansbach . Arnstadt . Berlin . Bremen . Büdelsdorf . Emden

Fulda . Hamburg . Hannover . Karlsruhe . Koblenz . Mainz

München . Münster . Villingen-Schwenningen . Wächtersbach

Folgen Sie uns

www.facebook.com/vividabkk

www.instagram.com/vividabkk

www.x.com/vividabkk

www.linkedin.com/company/vividabkk

www.xing.com/pages/vividabkk