

Mit der Fachkräfte-Allianz unterwegs für die Gesundheit

Zahlreiche Unternehmen aus dem Landkreis Mayen-Koblenz nutzen „Bewegtes Treffen“ zum gegenseitigen Austausch über betriebliches Gesundheitsmanagement

Kreis MYK. Nicht immer jubeln alle Mitarbeiter, wenn der Chef sagt, dass Sportkurse und -übungen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) angeboten werden. Dabei lohnt es sich den Fokus darauf zu legen. Denn: Gesunde Mitarbeiter und Chefs sind wichtig für ein gesundes Unternehmen. Zu diesem Thema haben sich jetzt zahlreiche Unternehmen aus dem Landkreis Mayen-Koblenz beim fünften „bewegten“ Netzwerktreffen der Fachkräfte-Allianz Mayen-Koblenz ausgetauscht. Das Besondere: Statt im Seminarraum sitzen sie miteinander zu diskutieren, führten die Teilnehmer bei einer ausgedehnten „Maifeld-Wanderung“ von Ochtendung zum Karmelenberggipfel anregende Gespräche.

„Es ist wichtig, über Gesundheit zu sprechen, noch besser ist es aber, selbst etwas dafür zu tun und das betriebliche Gesundheitsmanagement in Unternehmen stetig weiterzuentwickeln“, sagte Lea Bales, Projektbeauftragte für den Familienfreundlichen Landkreis bei dem Treffen. Mit gutem Beispiel gingen daher 26 Unternehmenschefs und Personalverantwortliche von 14 Firmen voran. Über den Radweg am Ochtendunger Bahnhof vorbei, wanderte die Gruppe entlang der sieben Fußfälle zum Karmelenberggipfel, wo der Besuch der Marienkapelle auf die Teilnehmer wartete. Diese gilt noch heute als die älteste Barockkirche im Mayen-Koblenzer Raum. Auch der Karmelenberg hat eine ganze besondere Geschichte, denn hier treffen Vulkanismus, Naturschutz und Tradition aufeinander. Über die „Allee der Bäume“, deren jahrhundertalte Bäume durch skurrile Formen beeindruckend, ging es zurück zum Ochtendunger Bahnhof. Während der Wanderung ergatterten die Teilnehmer nicht nur weite Aussichten über den Schlackenkegel des Karmelenbergs, sondern auch allherd Interessan-

tes und Wissenswertes rund um die Erfahrungen zum betrieblichen Gesundheitsmanagement in anderen Unternehmen. So berichtete Geno Bleser von der Firma Bleser – Heizung Sanitär in Plaidd, bei einem Zwischenstopp von ihren positiven und negativen Erfahrungen. Bei der Firma Bleser gelten die Mitarbeiter als höchstes Gut. „Die Erhaltung und Förderung der Gesundheit des Teams ist uns sehr wichtig. Deshalb bieten wir unseren Mitarbeitenden ein breites Angebot im Bereich des BGM und passen dieses individuell an die unterschiedlichen Bedürfnisse an“, berichtete Geno Bleser. So bietet die Firma flexible Arbeitszeiten und eine betriebliche Krankenzusatzversicherung, beides wird von den Mitarbeitenden gerne angenommen. Darüber hinaus legt die Firma Bleser ihren Fokus auf die Bewusstseinsförderung im Bereich Ernährung und sensibilisiert mit Infoplakaten, regionalem Obst, kostenfreiem Wasser sowie selbstgemachtem Haferbrei für eine ausgewogene und gesunde Kost. Auch das Angebot eines JobRades sowie Yoga-Stunden sind Maßnahmen des BGM. Beides wird leider nur spärlich angenommen. „Mit den Jahren kann ich sagen, dass es immer schwieriger wird, die Mitarbeitenden für die Sache zu begeistern“, beschreibt Geno Bleser die Kehrseite des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Darüber hinaus machte Geno Bleser deutlich, dass immer mehr junge Menschen unter psychischen Problemen leiden. „Hier müssen wir im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements unbedingt tätig werden.“

Das bestätigt auch Johannes Stein, Geschäftsführer bei S&W Stapler-service Thür, der in diesem Jahr das erste Mal an dem „bewegten“ Treffen teilgenommen hat, um mehr über das betriebliche Gesundheitsmanagement mit Blick auf die psychische Belastung von Mitarbeiten-



Bei einem bewegten „Netzwerktreffen“ der Fachkräfte-Allianz Mayen-Koblenz tauschten sich Unternehmen aus dem Landkreis bei einer Wanderung zur Marienkapelle auf dem Karmelenberg zum Thema betriebliches Gesundheitsmanagement aus. Alle Teilnehmer haben den intensiven Austausch sichtlich genossen.

den zu erfahren und neue Impulse zu sammeln. „Meiner Meinung nach wird der Bereich psychische Belastung häufig vernachlässigt. Für physische Probleme gibt es ein großes Spektrum an Hilfsmitteln, wobei die Angebote für die Psyche kaum bis gar nicht vorhanden sind“, merkte Johannes Stein an. Der Geschäftsführer sieht vor allem auch die Mitarbeiterwertschätzung sowie klare Strukturen im Arbeitsalltag als wichtigen Aspekt im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Zudem vermittelte Anke Altmeyer von der Handwerkskammer Koblenz den Teilnehmenden während eines Zwischenstopps ein paar Informationen und Übungen zu den Themen Aktivierung, Konzentration und Ent-

spannung am Arbeitsplatz. Dabei reicht ein einfaches, aber effektives Training häufig schon aus. „Sich während der Arbeit mal zwei bis drei Minuten zu bewegen, neue Energie zu tanken und emotionalen Stress zu reduzieren ist gut für jedermann“, betonte Anke Altmeyer. Ein Großteil der Teilnehmenden war bereits zum wiederholten Male beim „bewegten“ Treffen dabei. So auch Christina Wald, Assistentin der Geschäftsführung bei der Firma Baldus Medizintechnik in Bendorf. „Ich finde es jedes Mal spannend dabei zu sein, neuen Input zu erhalten und mich mit den anderen Teilnehmern auszutauschen. Bisher war immer die ein oder andere Idee dabei, die man schnell im eigenen Betrieb umgesetzt hat und die einen

Mehrwert für die eigenen Mitarbeitenden hat“, erklärt Christina Wald.

Ein erstes Treffen dieser Art fand bereits im Jahr 2018 statt. Damals traf man sich zum gemeinsamen Spaziergang und vielversprechenden

Gesprächen auf dem Traumpfadchen Riedener Waldsee.

➔ Mehr Infos sowie Termine der Fachkräfte-Allianz gibt es unter www.fachkraefteallianz-myk.de

Hintergrund zur Fachkräfte-Allianz Mayen-Koblenz

Die Fachkräfte-Allianz Mayen-Koblenz unterstützt Unternehmen im Landkreis Mayen-Koblenz bei der Fachkräftegewinnung und -sicherung. Im Rahmen dieses Angebotes tauschen sich die Unternehmen auch zu Maßnahmen einer familienfreundlichen Personalpolitik aus. Die Kooperationspartner der Fachkräfte-Allianz Mayen-Koblenz sind die Agen-

tur für Arbeit Koblenz-Mayen, der Deutsche Gewerkschaftsbund, die Handwerkskammer Koblenz, die Industrie- und Handelskammer Koblenz, das Jobcenter MYK, der Arbeitgeberverband der Metall- und Elektroindustrie vvm.die arbeitgeber e.V. die Kreishandwerkerschaft Mittelrhein und die Wirtschaftsförderungsgesellschaft am Mittelrhein mbH.

WILDES MYK Die Ringeltaube

Eine Ringeltaube hat vermutlich jeder Mayen-Koblenzer schon einmal gesehen. Sie sind in Städten, Dörfern, Wäldern und Gärten des Landkreises zu Hause. Ringeltauben, auch als Waldtauben bekannt, sind

deutlich größer als Straßentauben. Sie haben ein graublaues Gefieder und der türkisfarbene sowie weiße Fleck am Hals der Taube ist charakteristisch für ihre Art. Bekannt ist die Ringeltaube auch für ihren Ruf. Das „GUH-guh-gugu-guh, GUH-guh-gugu-guh“ wird auf der ersten Silbe betont. Der Gesang wird rhythmisch wiederholt und klingt etwas dumpf.



Gesundheitsamt MYK bietet kostenfreie MMR-Impfungen an

Kreis MYK. Eine Masern-Infektion ist keine harmlose Krankheit, denn häufig treten Komplikationen und Folgeerkrankungen auf. Zwar ist die Anzahl von Masern-Erkrankungen durch flächendeckende Impfungen und das seit März 2020 geltende Masernschutzgesetz stark zurückgegangen, dennoch kommt es immer wieder zu Häufungen von Krankheits-

fällen bei ungeimpften Personen. Aus diesem Grund bietet das Gesundheitsamt Mayen-Koblenz am Standort Koblenz, Mainzer Straße 60a, jeden ersten Donnerstag im Monat eine öffentliche, kostenfreie Impfung gegen Masern/Mumps/Röteln für Kinder ab dem zwölften Lebensmonat und Erwachsene an. Der nächste Termin ist Donnerstag, 6. Juni, von

14 bis 15 Uhr. Erforderlich ist lediglich ein Impfausweis. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Kinder unter 18 Jahren benötigen zudem die schriftliche Einverständniserklärung der Eltern. Am Standort Mayen, Bannerberg 6, findet die Impfung jeden ersten Mittwoch im Monat statt. Der nächste Termin ist Mittwoch, 5. Juni, von 14 Uhr bis 15 Uhr.

Fotowettbewerb zum Heimatbuch 2025 schlägt Brücken

Bilder bis zum 30. Juni einsenden und attraktive Geldpreise gewinnen

Kreis MYK. Sie lassen nicht gleichgültig, sie verzaubern, sie versetzen in Staunen, sie verbinden und erinnern – Brücken, ob als funktionale Konstruktion oder Metapher, sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Auch im Landkreis Mayen-Koblenz sind Brücken allgegenwärtig. Unter dem Motto „Brücken schlagen – MYK verbindet Ufer, Menschen und Geschichten“ sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene aufgerufen, als Hobby-Fotografen das Brückenschlagen im Landkreis in ihren Bildern einzufangen. Dabei spielt es keine Rolle, ob das Foto mit einer professionellen Spiegelreflexkamera oder durch die Linse eines simplen Smartphones aufgenommen wird. Denn Fotografieren ist die Kunst, trotz aller Technik, gute Bilder zu machen. Was zählt, ist ganz allein das Ergebnis.

Der Kreativität sind also keine Grenzen gesetzt – einzige Voraussetzung: Das Bild muss in MYK aufgenommen worden sein. Neben der Veröffentlichung der Fotos im Heimatbuch 2025 winken Geldpreise von bis zu 300 Euro.

„Zahlreiche Brücken findet man in unserem schönen Landkreis. Sie verbinden nicht nur Orte und Ufer miteinander, sondern auch Menschen und Kulturen. Zudem sind sie ein Sinnbild für neue Möglichkeiten und beeindruckende Baukunst. Sie erzählen traurige, aber auch schöne Geschichten und sind durch ihre ungeweinte Symbolkraft weit mehr als nur ein Bauwerk. Die außergewöhnlichen Konstruktionen erinnern uns daran, aufeinander zuzugehen und ‚eine Brücke zu schlagen‘. In Mayen-Koblenz gelingt uns dies, aufgrund des ungeweinten Zusammenhalts, sehr gut. Jeden Tag schlagen wir Brücken, sei es kultureller, sprachlicher oder mobilitätsbezogener Art“, sagt Landrat Dr. Alexander Saftig, der sich bereits darauf freut, dass sich ebendiese vielfältigen Brücken, die das Zusammenleben in MYK auszeichnen, im diesjährigen Heimatbuch widerspiegeln werden.

„Ich bin gespannt, wie die Hobby-

fotografen ihr verbindendes Mayen-Koblenz sehen und was sie sich so alles einfallen lassen, um es mit der Kamera einzufangen. Ich jedenfalls bin stolz auf meine Heimat – mit ihren zahlreichen Brücken, Geschichten, Ufern und den freundlichen und hilfsbereiten Menschen“, betont der Landrat, der nicht nur allzu gut um das facettenreiche Brückenschlagen in MYK weiß, sondern auch wie wichtig dieses für den Landkreis sowie dessen Bewohner ist.

➔ TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Digitale Fotos, farbig oder schwarz-weiß, vorzugsweise im Hochformat können gemailt werden an photowettbewerb@kvmyk.de. Alle Einsendungen sind mit einer kurzen Bild- und Ortsbeschreibung, Name des Fotografen, Absenderanschrift mit Telefonnummer und Altersangabe zu versehen. Das Foto muss im Kreis MYK entstanden sein, bei Nahaufnahmen bitte zusätzlich ein zweites Foto der Umgebung einsenden. Teilnehmen dürfen Kinder sowie jugendliche und erwachsene Hobby-Fotografen. Einsendeschluss ist der 30. Juni. Mehr Informationen zum Wettbewerb unter www.kvmyk.de oder per E-Mail an die Adresse photowettbewerb@kvmyk.de



Der Fotowettbewerb ist seit Langem fester Bestandteil des Heimatbuches.

Demenzkranken Menschen in MYK mit Wertschätzung begegnen

Sozialpsychiatrischer Dienst des Gesundheitsamtes lädt zu Vortragsabend am 4. Juli

Kreis MYK. Der Umgang mit Menschen mit Demenz stellt häufig große Herausforderungen im Leben dar. Die gewohnte Sprache hilft nicht weiter, sondern führt eher noch zu mehr Auseinandersetzung und Unverständnis. Den Menschen in der Demenz zu begleiten bedeutet, die eigene Kommunikation, das eigene Verhalten zu verändern und dabei sich selbst nicht zu verlieren. Aus diesem Grund findet am 4. Juli um 17.30 Uhr ein kostenfreier Vortrag unter dem Titel „Wertschätzende Kommunikation und Umgang mit Menschen mit Demenz“ im Evangelischen Gemeindezentrum Mallendarer Berg, Jahnstraße 123, 56179 Vallendar, statt.

Aufgrund ihrer langjährigen, praktischen Erfahrungen wird die Referentin Maria Theresia Schmitz, examinierte Krankenschwester und

Validationstrainerin, das Thema Demenz näher beleuchten und Angehörige sowie Interessierte mit auf den Weg nehmen, an Demenz erkrankte Menschen besser zu verstehen. Darüber hinaus gibt sie nützliche Hinweise für einen einfühlsamen und verständnisvollen Umgang mit Betroffenen. Bei der Veranstaltung handelt es sich um eine Kooperation zwischen dem Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes Mayen-Koblenz, des Pflegestützpunkts Bendorf/Vallendar und des Netzwerks Demenz Mayen-Koblenz. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

➔ Interessierte können sich bis Freitag, 28. Juni, per Mail beim Pflegestützpunkt Bendorf/Vallendar, Christina Schmidt, Tel. 02622/8847-047, christina.schmidt@pflagestuetzpunkte-rlp.de oder beim Sozialpsychiatrischen Dienst Mayen-Koblenz, Fabian Schmidt, Tel. 02632/2516-17, fabian.schmidt@kvmyk.de anmelden.

