

Pressemitteilung

10. Juli 2023

Gesundheitsziele besser erreichen

Beratungsangebot ausgebaut / GESUNDES KINZIGTAL legt Programm vor

HAUSACH. Gesund leben ist ein Ziel vieler Menschen. Doch die Voraussetzungen, die Ziele und die Gegebenheiten sind für alle Menschen unterschiedlich, weiß Janina Stunder. Sie und ihr Team sind bei GESUNDES KINZIGTAL verantwortlich für das Kursprogramm. „Das Gute ist, dass wir unsere Angebote immer wieder aktualisieren und der Nachfrage anpassen können“, sagt die Leiterin der Abteilung Gesundheitsförderung: „Erfahrungen aus vorhergegangenen Kursen und aktuelle Trends sowie die Rückmeldung aus unserem Ärztenetz sind die Basis für unser Programm.“

Das neue Programm, das jetzt als Broschüre kostenlos verteilt wird, setzt daher vor allem auf Beratung und Unterstützung. „Mit unseren Gesundheitslotsen schaffen wir eine Anlaufstelle im Zusammenspiel mit unseren hausärztlichen Praxen, um Gesundheitsziele nachhaltig und mit Unterstützung besser zu erreichen“, beschreibt Janina Stunder das exklusive Angebot für Plus-Mitglieder von GESUNDES KINZIGTAL. Unterstützung ist auch das Stichwort, wenn es um die Versorgung und Betreuung von Schwangeren geht. Das MEIN HEBAMMENZENTRUM, das vor wenigen Wochen seine Arbeit aufgenommen hat, ist Anlaufstelle für junge und werdende Eltern im Kinzigtal. Das Hebammenteam begleitet Frauen durch die Schwangerschaft, bereitet Schwangere auf die Geburt vor und stärkt Familien für die Zeit danach.

Die individuellen Beratungsangebote stehen mit dem neuen Programmheft im Fokus, doch natürlich werden auch wieder die beliebten und bekannten Kurse angeboten: Vorträge – etwa zu Ernährung und Lebensstil oder anlässlich des Tags der Herzgesundheit – gibt es



genauso wie Aquafitnesskurse oder zu Yoga. Dazu kommen fortlaufende Kurse wie Rückenfit, Functional Training oder Body Forming in enger Zusammenarbeit mit der Trainingswelt. „Zu einem gesunden Training gehören Phasen der körperlichen Aktivität ebenso wie achtsame Pausen und Erholung.“ Daher ist das Angebot bei GESUNDES KINZIGTAL auch so breit gefächert, erläutert Janina Stunder.

Das aktuelle Programmheft liegt kostenlos an vielen Orten im Kinzigtal aus. Alle Termine sind zudem auf der Website (www.gesundes-kinzigtal.de) zu finden und dort online direkt zu buchen.

[Hier geht es zur PDF-Version des Programmhefts](#)

[Ein Pressefoto zum Download finden Sie hier](#)



Über die GESUNDES KINZIGTAL GmbH

Die GESUNDES KINZIGTAL GmbH ist eine Gemeinschaftsgründung des Medizinischen Qualitätsnetzes – Ärzteinitiative Kinzigtal e.V. (MQNK) und der auf Integrierte Versorgung spezialisierten Management- und Beteiligungsgesellschaft OptiMedis AG. Sie koordiniert und steuert die medizinische Gesamtversorgung für alle 32.000 AOK-Versicherten der Region Kinzigtal, für alle medizinischen Diagnosen und über alle Leistungserbringer hinweg – auch außerhalb der Region. Grundlage ist ein Vertrag zur Integrierten Versorgung.

Pressekontakt

Gesundes Kinzigtal GmbH

Patrick Merck

Eisenbahnstraße 17 | 77756 Hausach

Telefon 07831/96 66 72 06 | Fax 07831/96 66 71 99

E-Mail: kommunikation@gesundes-kinzigtal.de | www.gesundes-kinzigtal.de