

Servicematerial für Ihre Veranstaltung

Nutzen Sie kostenfrei das aktuelle Informationsmaterial der Deutschen Herzstiftung:

Aktionspaket

mit Ratgebern, Broschüren, Flyern und Sonderdrucken, Gesundheits-Pass für Messaktionen, Notfallkarten, Aktionsplakat

Pressemappe

mit Presstexten und Vorlagen zur Ankündigung Ihrer Veranstaltung und für Ihre Öffentlichkeitsarbeit.

Ankündigungsmaterial

zum Eindruck Ihrer Veranstaltungsdaten:

- ♥ Leer-Plakate im A3-Format
- ♥ Leer-Programme im A4-Format, kann auf Lang-DIN (2 Falze) zum Flyer gefalzt werden
- ♥ Handzettel im A4-Format, einseitig bedruckbar für Einzelvorträge

Vortrags-Präsentation

speziell auf Laienpublikum ausgerichtet zu den Themenbereichen:

- ♥ Prävention von Herzerkrankungen
- ♥ Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt
- ♥ Bluthochdruck
- ♥ hohes Cholesterin
- ♥ Herz-Lungen-Wiederbelebung/Frühdefibrillation

Informationsmaterial und Lieferung kostenfrei!



Ihre Aktion/Zeitplan

- ♥ die Veranstaltung planen
- ♥ Räumlichkeiten suchen
- ♥ das Programm und die Referentenliste zusammenstellen
- ♥ rechtzeitig die Veranstaltungsdaten in das Anmeldeformular eintragen
- ♥ Programme auslegen und Interessierte einladen
- ♥ auf Ihrer Homepage für Ihre Veranstaltung werben
- ♥ die örtliche Presse informieren und Ihre Veranstaltung rechtzeitig ankündigen (Tageszeitungen, Wochenzeitung, Anzeigenblätter, Stadtmagazine etc.)
- ♥ in Ankündigungen und bei der Durchführung darauf hinweisen, dass es sich um eine Veranstaltung im Rahmen des Projekts „Initiative Herzgesundheit in Sachsen-Anhalt“ handelt

Das Anmelde- und Bestellformular erhalten Sie hier:
www.dein-herz-und-du.de



MAI

Sie tragen Ihre Veranstaltungsdaten ein (Anmeldeformular) und schicken uns Ihre Materialbestellung (Bestellformular)/Wir liefern die Vordrucke für Plakate und Programme / Sie veranlassen den Eindruck Ihrer Veranstaltungsdaten / Wir mailen Ihnen die Links zum Herunterladen der Präsentationen

MAI/JUNI

Wir liefern das Aktionsmaterial und die Pressemappen / Sie werben für Ihre Aktion / Sie verschicken Einladungen an Patienten, Kunden, Versicherte etc. / Sie informieren die regionale Presse über Ihre Veranstaltung

19. bis 24. Juni

Sie führen Ihre Veranstaltung durch

Initiative Herzgesundheit in Sachsen-Anhalt

Eine Initiative des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung in Zusammenarbeit mit:
 ■ DAK-Gesundheit Sachsen-Anhalt ■ AOK Sachsen-Anhalt ■ Apothekerkammer Sachsen-Anhalt ■ Ärztekammer Sachsen-Anhalt ■ BARMER Landesvertretung Sachsen-Anhalt ■ Krankenhausgesellschaft Sachsen-Anhalt e. V. ■ Kassenärztliche Vereinigung Sachsen-Anhalt ■ Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ■ Otto von Guericke Universität Magdeburg, Klinik für Kardiologie und Angiologie ■ Universitätsklinikum Halle (Saale) Klinik und Poliklinik für Innere Medizin III ■ Landesverband der Ärztinnen und Ärzte des öffentlichen Gesundheitsdienstes ■ Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen ■ Landesverband der Ärztlichen Leiter Rettungsdienst Sachsen-Anhalt ■ LandesSportBund Sachsen-Anhalt e. V. ■ Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt

mit freundlicher Unterstützung:

Deutsche Herzstiftung e. V.,
 Frankfurt am Main



Ansprechpartner:

Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung Sachsen-Anhalt

Referat Prävention, umweltbezogener Gesundheitsschutz, Pharmazie, Bestattungsrecht, sozialer und medizinischer Arbeitsschutz
 Frank Teichert, M.A.

Turmschanzenstraße 25, 39114 Magdeburg

Tel.: 0391/567 4527, Fax: 0391/567 6962

E-Mail: herz-gesundheit@ms.sachsen-anhalt.de

ORGANISATIONS-LEITFADEN

4. Herzwoche Sachsen-Anhalt

19. bis 24. Juni 2023

#herzenssache
 Mach Deinem Herzen Beine



#moderndenken



Initiative Herzgesundheit Sachsen-Anhalt



Sehr geehrte Aktionspartner,

mit dem diesjährigen Motto **#herzenssache – Mach' Deinem Herzen Beine!** wollen wir während der „4. Herzwoche Sachsen-Anhalt“ erneut dazu anregen, der Herzgesundheit im Alltag mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Ziel der diesjährigen Herzwoche, die vom **19. bis 24. Juni 2023** stattfindet, soll es sein, die Menschen in unserem Bundesland darüber zu informieren, wie sie Herz-Kreislauf-Erkrankungen besser vorbeugen können, denn diese sind immer noch die Todesursache Nummer eins. Das muss nicht sein! Gesundheitsbewusstes Verhalten verbunden mit Änderungen des Lebensstils verringern die Risikofaktoren fürs Herz deutlich. So reduziert beispielsweise ein täglicher flotter Spaziergang von nur zehn Minuten das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bereits um 20 Prozent. Und wenn Sie stark fett- und zuckerhaltige Lebensmittel durch frisches Obst und Gemüse sowie hochwertige Vollkornprodukte ersetzen, sind Sie auf dem richtigen Weg zu mehr Gesundheit. Lassen Sie uns daher gemeinsam im Rahmen der „4. Herzwoche Sachsen-Anhalt“ mit gesunder Bewegung und gesunder Ernährung gegen die hohe Zahl an Herzerkrankungen in unserem Land weiter angehen. Dazu laden wir Sie hiermit herzlich ein.

Mit herzlichen Grüßen

Petra Grimm-Benne
Ministerin für Arbeit,
Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Prof. Dr. Thomas Voigtländer
Vorstandsvorsitzender der
Deutschen Herzstiftung e. V.

Was können Sie tun?

- ♥ Durchführung von Vortragsveranstaltungen, Gesundheitstagen, digitalen Informationsangeboten
- ♥ Auslegen von Informationsmaterialien
- ♥ Berichte, Artikel in Ihren Veröffentlichungen, z. B. in Firmen- und Kundenmagazinen, sozialen Medien
- ♥ Anbieten von kostenlosen Bewegungsangeboten und Messaktionen (Blutdruck, Cholesterin, Blutzucker)
- ♥ Informationen, Verlinkungen auf Ihrer Homepage oder in Ihrem Intranet
- ♥ Projekttag/-woche, z. B. in Firmen, Schulen
- ♥ Einbindung der Thematik in Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement (mit der Mittelmeerküche in der Kantine)
- ♥ Durchführung von Schulungen in der Herz-Lungen-Wiederbelebung (Herzdruckmassage und Einsatz des automatisierten externen Defibrillators)



Beispiel für eine Vortragsveranstaltung

Begrüßung

Die häufigsten Herzerkrankungen: wie gefährlich sind sie?

- ♥ Koronare Herzkrankheit (KHK)
 - ♥ Herzinfarkt
 - ♥ Herzrhythmusstörungen
- Referent (15 Min.)
Diskussion (15 Min.)



Was kann ich dagegen tun?

Wie können mir andere helfen?

- ♥ Vorbeugung, Ernährung
 - ♥ Medikamente
 - ♥ operative Eingriffe
- Referent (15 Min.)
Diskussion (15 Min.)



Dem Herzen Beine machen – werden Sie Bewegungssammler!

Referent (15 Min.)
Diskussion (15 Min.)

Wie wirkt das „Medikament“ Bewegung?

Ist Bewegung die beste Therapie?
Referent (15 Min.)
Diskussion (15 Min.)



Zusammenfassung / Schlusswort

Ende der Veranstaltung

Weitere Themenvorschläge:

- ♥ Leben mit Koronarer Herzkrankheit: Reisen, Klima, Sexualität
- ♥ Warum ist Bluthochdruck gefährlich? Behandlungsmöglichkeiten und Lebensführung
- ♥ Cholesterin: Wann mit Medikamenten behandeln?
- ♥ Frauen und Koronare Herzkrankheit: Was ist anders? Wo liegen die Probleme?
- ♥ Nach dem Herzinfarkt: Rehabilitation, Lebensstiländerung, Herzsportgruppen
- ♥ Hilfe für das Herz und für die Seele

Beispiel für einen Gesundheitstag

- ♥ Vorträge mit Diskussion
- ♥ Bewegungsangebote
- ♥ Herz-Sprechstunde
- ♥ Beratungsangebote, z. B. zu Diätfragen
- ♥ Ernährungstipps: Herzgesunde Pausensnacks, Ernährungspyramide
- ♥ Messaktionen (Blutdruck, Cholesterin, Blutzucker, etc.)
- ♥ Risikofaktoren-Check-up/ Herzinfarkt-Risiko-Test
- ♥ Klinikführungen / Besichtigungen
- ♥ Vorsorgeuntersuchungen, Gefäß-Testung, Herz-Ultraschall
- ♥ Demonstration von Herz-Lungen-Wiederbelebung, Frühdefibrillation
- ♥ Informationsstände / Ausstellungen

