

# GESUNDHEITSREGION RHEIN-NECKAR

Versorgung verbessern – Gesundheit fördern – kooperativ handeln

4te regionale Gesundheitskonferenz Rhein-Neckar

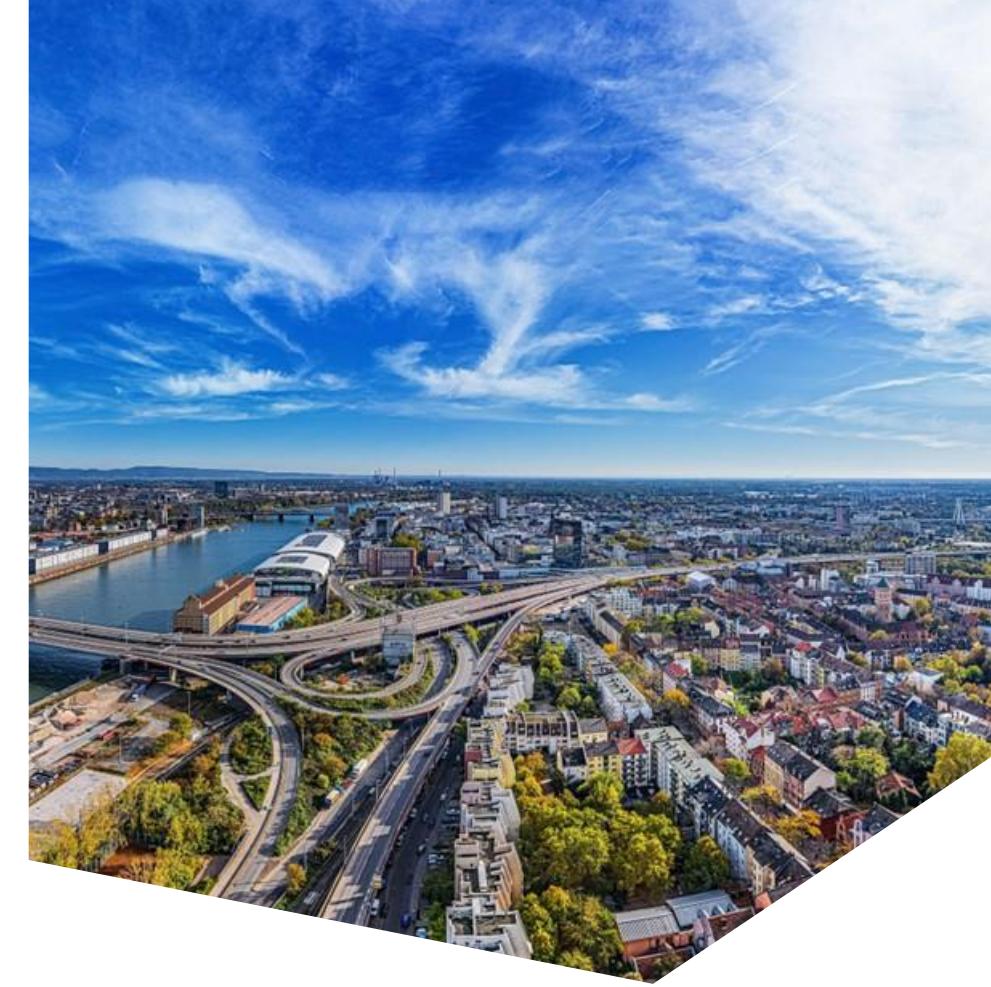
Digital | 05.12.2025



Metropolegion  
Rhein-Neckar

# Agenda

- 1. Begrüßung**
- 2. Initiativen zur Gewinnung von Ärzt:innen im Kreis Herford**  
*Markus Altenhöner, Kreisdirektor Kreis Herford*
- 3. Konzept multiprofessioneller Versorgungsteams**  
*Linus Drop, Lillian Care GmbH Mannheim*
- 4. Konzept HÄPPI – Weiterentwicklung hausärztlicher Versorgung**  
*Hamad Butt, AOK Rhein-Neckar-Odenwald*
- 5. Physician Assistants in der MRN – Ausbildung, Einsatz, Erfahrungen**  
*Prof. Dr. Herbert Zeuner, ISBA Heidelberg  
entfällt krankheitsbedingt*



# **BEWEG DICH, BEWEG WAS!**

Gemeinsam aktiv in der  
Metropolregion Rhein-Neckar

15. April – 20. Mai 2026



Metropolregion  
Rhein-Neckar

# Bewegung – Schlüssel für ein gesundes Leben



## Regelmäßige körperliche Aktivität fördert und stärkt:

- Herz-Kreislauf-Gesundheit
- Blutdruck und Stoffwechsel
- Krebsprävention
- Psychisches Wohlbefinden
- Soziale Gesundheit
- Kognitive Leistungsfähigkeit
- Immunsystem

## Die Realität

- Die Deutschen sitzen durchschnittlich **mehr als 10 Stunden** am Tag.
- Nur 32 Prozent erreichen die kombinierte WHO-Empfehlung von Ausdauer- & Muskelaktivität.
- **Fast jeder Fünfte** geht weder im Arbeitsalltag noch in der Freizeit einer mehr als 10 min andauernden Bewegung nach.



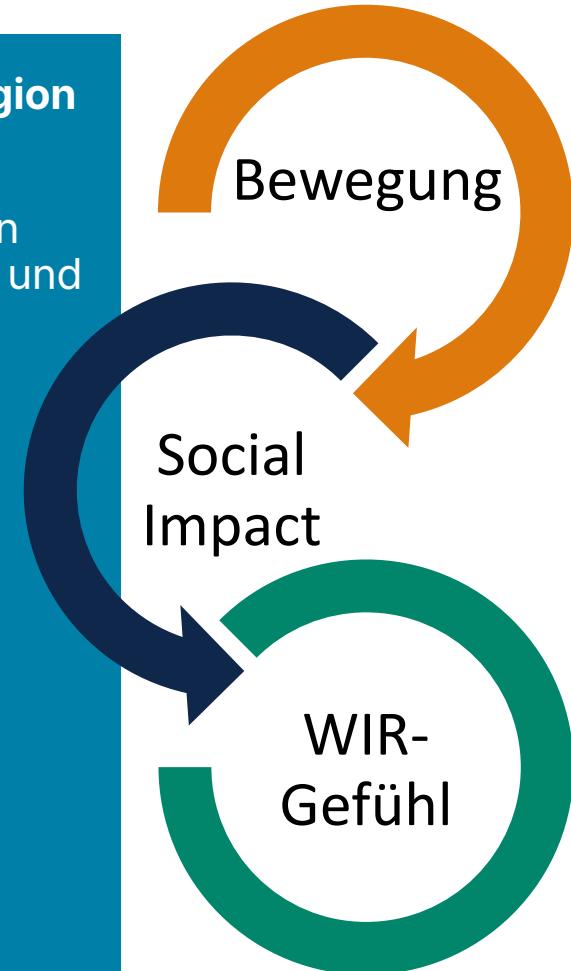
Quelle: DKV-Report 2025

# Beweg dich, beweg was!

## Gemeinsam aktiv in der Metropolregion Rhein-Neckar



- **Vom 15. April - 20. Mai 2026 bringen wir die Region in Bewegung – für einen guten Zweck!**
  - Unternehmen und Organisationen in der gesamten Region fördern **gemeinschaftlich** die Gesundheit und den Teamgeist ihrer Beschäftigten.
  - Beschäftigte der teilnehmenden Unternehmen:
    - ❖ erhalten Zugang zur **Beweg was-App**
    - ❖ bekommen täglich wechselnde **Impulse**, mit denen sich Bewegung ganz einfach in den Arbeitsalltag integrieren lässt
    - ❖ sammeln **Punkte** für jede Aktivität!
  - Die Punkte werden am Ende der Aktion in eine **Spende** zur Förderung von Kinder- und Jugendprojekten in der Region umgewandelt.



# Was ist das Besondere an der App?

Es geht um mehr als Schritte zählen!



Powered by:  
**MOVEVO**

Im Fokus stehen konkrete Empfehlungen und Anreize zur Aktivierung und Bewegung im Arbeitsalltag.

# Warum es sich lohnt, dabei zu sein!



Fördert die Gesundheit eurer Mitarbeiteren!



Stärkt das WIR-Gefühl in der Organisation



Setzt ein Zeichen für soziale Nachhaltigkeit



Zeigt euch als attraktiver Arbeitgeber



Seid Teil einer regionalen Bewegung!



Im Verbund ist es günstiger als alleine!

# Was Sie erwartet

- ✓ **Zugriff aller Beschäftigten auf die *Beweg was*-App während des Aktionszeitraums**
  - u.a. Tageschallenges, gesunde Routinen, Aktivitätstracking & Schnittstellen zu Fitnesstrackern
  - Inhalte auf Deutsch & Englisch verfügbar
  - Unternehmensinternes Einzelranking
  - Listung im Unternehmens-/Organisationsranking
- ✓ **Kommunikationspaket zur internen Bewerbung**
  - u.a. Plakat-, Text-, Flyervorlagen & Social Media Posting
  - Vorbereitende Webinare mit Tipps & Tricks
- ✓ **Kurzauswertung – anonymisiert & aggregiert**
- ✓ **Technischer Support durch MOVEVO**
- ✓ **Vernetzung mit anderen Organisationen**
  - u.a. gemeinsames Abschlussevent im Juni 2026



# Kostensparnis durch Gemeinschaftsaktion



Anzahl der Beschäftigten	Teilnahmegebühr für Unternehmen*	Reduzierte Gebühr für Kommunen & gemeinnützige Einrichtungen*
Bis 10	250 €	190 €
bis 25	585 €	440 €
bis 50	755 €	570 €
bis 100	1.120 €	840 €
bis 250	1.550 €	1.165 €
bis 500	2.055 €	1.545 €
bis 1.000	2.730 €	1.985 €
bis 2.000	3.610 €	1.985 €
bis 5.000	4.550 €	1.985 €
5.000 +	6.500 €	1.985 €

\*zzgl. Mehrwertsteuer

# Seid mit eurem Team dabei!



Wir freuen uns darauf, die Region mit Ihnen zu bewegen!

**Jetzt unverbindlich informieren.**

## Info-Webinare zur Aktion

- 09.12., 11:15-12:00 Uhr
- 15.01., 11:15-12:00 Uhr

**Anmeldung und weitere Infos unter:**

[www.m-r-n.com/bewegwas](http://www.m-r-n.com/bewegwas)

## Kontakt für ein persönliches Infogespräch

Anika Dornieden: [anika.dornieden@m-r-n.com](mailto:anika.dornieden@m-r-n.com)

Charlotte Gera: [charlotte.gera@m-r-n.com](mailto:charlotte.gera@m-r-n.com)

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

## Ihre Ansprechpersonen:

Anika Dornieden

0621/ 10708-454

[anika.dornieden@m-r-n.com](mailto:anika.dornieden@m-r-n.com)

Charlotte Gera

0152 21303132

[charlotte.gera@m-r-n.com](mailto:charlotte.gera@m-r-n.com)

**Metropolregion Rhein-Neckar GmbH  
Verband Region Rhein-Neckar  
Zukunft Metropolregion Rhein-Neckar e.V.**

M 1, 4-5  
68161 Mannheim  
Tel.: 0621 10708-0  
E-Mail: [info@m-r-n.com](mailto:info@m-r-n.com)  
[www.m-r-n.com](http://www.m-r-n.com)

Bildquellen:  
MOVEVO/ Martin Hoffmann  
Adobe Stock  
MRN

