

**Von:** Psychologe Rieländer <psychologe@rielaender.de>  
**Gesendet:** Dienstag, 3. Juli 2018 12:18  
**An:** 'Wunderlich, Jana'; 'Service'  
**Cc:** 'Julia scharnhorst'; psychologe@rielaender.de; 'Hofmann Annett'  
**Betreff:** AW: Newsletter des Fachbereichs Gesundheitspsychologie

## **Newsletter des Fachbereichs Gesundheitspsychologie in der Sektion GUS im BDP**

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

hiermit übersenden wir wieder einen Newsletter mit Berichten zu Aktivitäten aus der Fachbereichsleitung. Sie erhalten diesen Newsletter als Mitglied des Fachbereichs Gesundheitspsychologie in der Sektion GUS im BDP

über die Mailadresse, die Sie bei der Mitgliederverwaltung des BDP angegeben haben.

Der Versand wird im Auftrag der Fachbereichsleitung Gesundheitspsychologie vom Mitgliederservice des BDP durchgeführt.

Eine Abmeldung ist durch eine Rückmail an [psychologe@rielaender.de](mailto:psychologe@rielaender.de) mit dem Betreff „Abmeldung vom Newsletter“ möglich.

### **1. Neue Webseiten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung**

Maximilian Rieländer hat für die Webseiten des Fachbereichs neue Webseiten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung erstellt:

die Leitseite <http://www.bdp-gus.de/gp/bf-bgf.htm> mit weiteren Unterseiten.

Von der Homepage der Sektion GUS <http://www.bdp-gus.de> verweist auch ein Link auf die Leitseite „Betriebliche Gesundheitsförderung als prägnantes Tätigkeitsfeld“.

Verbesserungs- und Ergänzungsempfehlungen sind willkommen: [psychologe@rielaender.de](mailto:psychologe@rielaender.de)

### **2. Gütesiegel für psychologische Gesundheits-Apps**

Die Arbeitsgruppe zur Entwicklung eines Gütesiegels für Gesundheits-Apps hat unter meiner Leitung ihre Arbeit erfolgreich beendet:

- Ein Kriterienkatalog zur Vergabe von Gütesiegeln an Anbieter von Gesundheits-Apps ist erstellt.
- Ein Zertifizierungsausschuss ist zur Prüfung der Vergabe von Gütesiegeln vom Präsidium auf der letzten Präsidiumssitzung bestellt. Für den Zertifizierungsausschuss sind benannt:  
Prof. Dr. phil. Christiane Eichenberg, Dipl.-Psych. Stephan Wertenbroch und Prof. Dr. Simon Hahnzog.

### **3. Zur Fortbildung „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“**

Allgemeine Informationen: [Fortbildung „Psychologische Gesundheitsförderung BDP“](#)

DPA-Veranstaltungen 2018 [„Curriculum Gesundheitsförderung und Prävention“](#)

DPA-Veranstaltungen 2018 [„Betriebliches Gesundheitsmanagement“](#)

DPA-Veranstaltungen 2018 [„Methoden und Grundlagen“](#)

### **4. Gesundheitstipps**

Die Psychological Society of Ireland (PSI) hat 40 evidenz-basierte Gesundheitstipps herausgegeben:

<http://www.bdp-gus.de/gp/texte/GesundheitsTipps-Irland-PSI.pdf>

Der Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (BÖP) hat daraus eine deutschsprachige Fassung erstellt:

<http://www.bdp-gus.de/gp/texte/GesundheitsTipps-Österreich-BÖP.pdf>

Die Fachbereichsleitung erarbeitet derzeit mit Hilfe dieser Vorlagen eigene Gesundheitstipps.

Folgende Gesundheitstipps seien hier zur freien Nutzung weitergegeben:

1. Treibe morgens etwas **Frühsport**, ca. 10 Min., z.B. spazieren, Gymnastik, Yoga, ...;  
So förderst du deine Energien für den Tag.
2. Spüre oft dein **Atmen**: in der Ruhe, als Begleitung aktiven Tuns, als Durchatmen vor und nach Aktivitäten, als Hilfe zu besserer Konzentration.  
So förderst du Ausgeglichenheit, Gleichgewicht in deinen natürlichen Lebensrhythmen.
3. **Besinne** dich abends darauf, was du am Tage Gutes erlebt und Gutes getan hast.  
So förderst du Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und Selbstwertschätzung.

## 5. Sitzung des Standing Committee Health and Psychology der EFPA am 17.03.2018

Julia ist Mitglied im Standing Committee Health and Psychology der EFPA.

Bei der Sitzung ging es um folgende Themen:

- Eine bessere Anbindung ans EFPA-Präsidium ist geplant; EFPA-Präsidentin ist eine Psychologin aus Zypern; ebenso ist die Leiterin des Standing Committees eine Psychologin aus Zypern.
- Ein „Workplace“ wird für das Standing Committee im Internet als geschlossene Gruppe zum Austausch von Dokumenten eingerichtet.
- Die Frage „Was wollen wir als Komitee?“ wird anhand eines Entwurfs von Julia weiter erörtert.
- Das nächste Treffen ist am 19. – 21. 10.2018 in Nikosia auf Zypern zum Thema „Gesundheit am Arbeitsplatz“ geplant,  
In Verbindung mit einer internationalen Tagung. Julia Scharnhorst will dazu ein Referat halten.

## 6. Weltgesundheitsstag am 7. April 2018

Der diesjährige Weltgesundheitsstag am 7. April 2018 mit dem Thema "Universal Health Coverage" verwies auf die Bedeutung einer flächendeckenden Gesundheitsversorgung.

Zum Weltgesundheitsstag gab für die EFPA der Kollege Jo Hart (Großbritannien) ein Statement ab:

<http://www.efpa.eu/news/world-health-day-april-7universal-health-coverageeveryone-everywhere->

Mit kollegialen Grüßen,  
Julia Scharnhorst

**Dipl.-Psych. Julia Scharnhorst MPH**  
**Leiterin des Fachbereichs Gesundheitspsychologie**  
[julia.scharnhorst@h-p-plus.de](mailto:julia.scharnhorst@h-p-plus.de)

**Rückmeldungen** gehen an:  
Dipl.-Psych. Maximilian Rieländer  
Schriftführung für den Sektionsvorstand  
Müntestraße 5, 33397 Rietberg  
Tel. 05244-9274310  
[Psychologe@Rielaender.de](mailto:Psychologe@Rielaender.de)