



Gesundheitsförderung durch Freie Gesundheitsberufe und Sportvereine ist systemrelevant.

Allein im Bereich der Bewegung macht jeder 2. Bundesbürger regelmäßig etwas für seine Gesundheit, doch mit dem Schließen sämtlicher Sport- und Übungsstätten sinkt die Zahl der gesundheitlich Aktiven von Woche zu Woche während des Lockdowns. Viele schaffen die Hürde in die Digitale Teilnahme nicht und viele Effekte des gemeinsamen Übens lassen sich nicht in Online Formate übertragen.

Laut aktuellem Bericht vom 30.11.2020 des ZDF [zur Lage der 90.000 Vereine im Corona Shutdown](#) äußern sich Ärzte sehr besorgt und erwarten als Langzeit-Effekt eine Zunahme an koronaren Herzerkrankungen, Diabetes und anderen Zivilisationskrankheiten.

Auch die stimmungsaufhellende Wirkung von Bewegung, sowie der Abbau von Stress, Angst und Aggression können gerade jetzt im Shutdown den Bürgern unseres Landes sehr helfen. Stress und Angst schwächen das Immunsystem und erhöhen das Risiko an Corona zu erkranken.

Bewegungs- und Entspannungsangebote sind aber auch unter Coronabedingungen möglich. Unsere Mitgliedsverbände und ihre Mitglieder haben investiert und tragfähige Hygienekonzepte entwickelt. Zum Beispiel wurden Filteranlagen installiert, dadurch konnten viele Institute sehr verantwortungsbewusst im Sommer wieder in Betrieb gehen.

Ähnlich wie die Politik anerkannt hat, wie wichtig Rehasport für die Gesundheit ist und ihn in festen Gruppen bis zu 10 Personen wieder erlaubt hat, sollten nun auch die Gesundheit fördernden und präventiven Angebote der Freien Gesundheitsberufe wieder ermöglicht werden; wir bieten nicht nur im Bereich Bewegung wirksame Methoden an, sondern auch in den Bereichen Entspannung und Gesundheitskompetenz.

Unsere Verbände haben in der Corona-Krise viel Flexibilität und Innovationswillen bewiesen.

Durch neue Formate wie Online- und Livestream-Angebote, wie auch z.B. Atem-Spaziergänge, Yoga, Taiji- und Qigong im Freien, sowie weitere Kurse im Freien, konnten wertvolle Angebote aufrechterhalten werden. Wir sind davon überzeugt, dass viel mehr möglich ist, wenn wir uns nicht nur von der Angst leiten lassen, sondern gemeinsam auf das schauen, was jetzt und in naher Zukunft möglich und verantwortbar ist.

Wir freuen uns mit den Angeboten der Freien Gesundheitsberufe unseren Mitbürgern die Möglichkeit zu geben ihre Gesundheit durch die Stärkung ihres Immunsystems und den Ausgleich ihres Stresspegels zu verbessern. Dadurch wird auch die Angst schwächer und daraus resultierend das Immunsystem gestärkt.

Wir benötigen Hoffnung, Zuversicht und Achtsamkeit in unserer Gesellschaft; die Angebote der Freien Gesundheitsberufe e.V. können hier einen wichtigen Beitrag leisten.