

Besuchen Sie hier die [Webversion](#).



Newsletter März 2026



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Präventologinnen und Präventologen,

was könnte schöner ausdrücken, was uns draußen in der Natur gerade besonders erfreut, als die bunten Blumen auf unserem Titelbild: endlich Frühling! Auch Präventologinnen und Präventologen freuen sich auf die wärmere Jahreszeit, die uns das Erleben der Natur noch vielfältiger genießen lässt. Trotzdem sind wir uns bewusst, dass das Gleichgewicht durch den Klimawandel bedroht ist. Deshalb beteiligt sich der Berufsverband auch am diesjährigen Hitzeaktionstag im Juni. Außerdem startet am 11. April der Online-Teil unseres neuen Seminars "Klima und Gesundheit". Schnuppern Sie mal rein!

Unsere Themen

- Gesundheitskompetenz in Deutschland - neue Studie
- Berufsverband: Vielfältiges Bildungsangebot zur Gesundheitskompetenz
- NEU: Seminar Klima und Gesundheit
- Präventologin in den Medien: Katia Steilemann
- Freie Gesundheitsberufe (FG): Angebot für PräventologInnen
- Buchtipps von/für Präventologinnen und Präventologen

- Hitzeaktionstag - informieren und mitmachen
- Vormerken: Feier 25 Jahre Berufsverband am 19. September
- Termine

One Health - One World

Berufsverband der Präventologen e.V.

Gesundheitskompetenz in Deutschland steigt leicht - soziale Kluft bleibt

Eine aktuelle repräsentative Studie der Universität Bielefeld zeigt: Mehr Menschen in Deutschland können besser mit Gesundheitsinformationen umgehen, doch die Kluft zwischen verschiedenen Bevölkerungsgruppen wächst. Laut den Ergebnissen verfügen 44 Prozent der Befragten ab 18 Jahren über eine hohe Gesundheitskompetenz – drei Prozentpunkte mehr als vor fünf Jahren. Studienleiterin **Professorin Dr. Doris Schaeffer** sieht darin „einen vorsichtigen Grund zur Hoffnung“. Sie erklärt: „Die Steigerung mag klein erscheinen. Angesichts von Pandemie, Kriegs- und Klimakrise sowie wirtschaftlicher Unsicherheit ist es bemerkenswert, dass sich die Gesundheitskompetenz verbessert hat.“ Dennoch haben 56 Prozent weiterhin eine geringe Gesundheitskompetenz und teilweise erhebliche Schwierigkeiten, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen oder für sich zu nutzen – mehr also als die Hälfte der Bevölkerung. (Quelle: Pressemitteilung der Universität Bielefeld)

[mehr erfahren](#)

Berufsverband der Präventologen mit vielfältigem Bildungsangebot zur Gesundheitskompetenz



Gesundheitskompetenz beschreibt die Fähigkeit von Menschen im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die eigene Gesundheit auswirken. Dazu zählen neben den persönlichen Gesundheitskompetenzen und der Orientierung im Gesundheitswesen auch das Konsumverhalten, die Gesundheitspolitik und die Gesundheit in der Arbeitswelt.

Der Berufsverband der Präventologen hat dazu vielfältige Bildungsangebote. Dazu gehören unter anderem der neue Einsteiger-Kurs "[Wohlfühlkompetenz und Resilienz im Alltag](#)" (Start 14.4. Online) und unser Angebot für Multiplikatoren, die [Ausbildung zum Trainer / zur Trainerin für Gesundheit und Lebenskompetenz \(GLK\)](#) am Wochenende 24.-26.4. in Hannover

[mehr erfahren](#)

NEU: Seminar Klima und Gesundheit startet am 11. April



Auswirkungen der Klimakrise sehen wir nicht nur in unserer alltäglichen Umwelt. Die Klimaveränderungen und ihre Auswirkungen betreffen uns alle mittelbar und unmittelbar – und insbesondere unsere körperliche und seelische Gesundheit. Hitzewellen, veränderte Infektionsrisiken, Zustand von Luft, Wasser, Wald und Boden stellen uns vor immense Herausforderungen und erinnern uns mit Nachdruck an unsere gemeinschaftliche Verantwortung für eine lebenswerte Zukunft.

Wir brauchen Fachwissen, Sachkenntnis und Ideen – für neue gemeinsame und nachhaltige Wege im Klima- und Gesundheitsschutz. Unser neues Seminar **"Klima und Gesundheit"** mit Dozentin **Dipl. med. Sabine Walter** ist eine fachkundige Qualifizierung durch ein wissensbasiertes und lösungsorientiertes Seminar zum Thema Klima und Gesundheitsschutz. Es bietet Orientierung, Unterstützung und Anleitung, um Menschen in ihrer Selbstwirksamkeit kompetent beraten zu können.

[mehr erfahren](#)

Präventologin in den Medien: Raumexpertin Katia Steilemann



Die Präventologin **Katia Steilemann** (**Foto**) hat jüngst der Zeitschrift "BUNTE Gesundheit" ein Interview gegeben, das in der aktuellen Ausgabe erschienen ist. Sie wurde dazu befragt, warum und wie Räume Einfluss auf unser Wohlbefinden haben – und weshalb selbst kleine Details Stress auslösen können. Katia Steilemann berichtet: "Menschen kommen zu mir und sagen: Eigentlich habe ich alles schön eingerichtet – aber ich fühle mich einfach nicht richtig wohl." Auch in ihrem eigenen Blog beschreibt sie, wie Räume die innere Stabilität beeinflussen.

[mehr erfahren](#)

Workshops zur Selbstständigkeit

Sonderkonditionen für Präventologinnen und Präventologen

Mitglieder des Berufsverbandes der Präventologen können auch von Angeboten anderer Fachverbände profitieren, die im Dachverband "Freie Gesundheitsberufe" organisiert sind: Der Internationale Fachverband Klang bietet in den nächsten Monaten mehrere Workshops rund um das Thema Selbstständigkeit an, wie z.B. Angebotserstellung, Marketing und Social Media. Bei der Anmeldung muss die Mitgliedschaft im Berufsverband der Präventologen und die Angabe "Freie Gesundheitsberufe (FG)" gemacht werden.

Programm Fachverband Klang

Buchtipps von und für Präventologinnen und Präventologen



Wie gelingt es eigentlich Spitzensportlern, regelmäßig über sich selbst hinauszuwachsen? Warum sind einige Menschen so erfolgreich in ihrem Job? In ihrem gemeinsamen Buch „Die Magie des Flows“ setzen sich die Ex-Skirennläuferin Lizz Görgl und Mentaltrainer und Dozent des Berufsverbandes **Michael von Kunhardt** mit diesem Phänomen auseinander und beschreiben, wie es Menschen gelingen kann, ganz bei sich zu sein. Gerade in einer Zeit, in der Ablenkungen allgegenwärtig sind und die Aufmerksamkeitsspanne rapide abnimmt, wird es zunehmend schwierig, einen Zustand der vollständigen Konzentration zu erlangen.

Weitere Buchtipps:

Die vorgestellten Bücher sind Einzelvorschläge unserer Präventologen und Präventologinnen und stellen verschiedene Facetten der Gesundheitspolitik und Gesundheitsbranche dar. Sie stellen keine Empfehlungen des Berufsverbandes der Präventologen dar.

Daniel Schreiber: **Liebe! Ein Aufruf**

Dr. Matthias Riedl: **Das Psyche Darm Paradox**

Jens-Uwe Martens: **Die Facetten des Glücks**

Dr. Sucharit Bhagdi **Der Weg der Wahrheit**

Barbara Bleisch: **Besser um die Zukunft streiten**

René Borbonus: **Über die Kunst ein freundlicher Mensch zu sein**

Hitzeaktionstag am 11. Juni 2026: MitmacherInnen gesucht



Im Fokus des diesjährigen Hitzeaktionstag steht das Kernthema „Extremhitzeereignisse“. Wir Präventologen und Präventologinnen wollen uns als Berufsverband mit unserer Gesundheitskompetenz und Expertise aktiv einbringen. Themen sind die Aufklärung über gesundheitliche Risiken durch Hitze, Aktivitäten zur Hitzevorsorge und die gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit mit anderen Partnerorganisationen und Netzwerken. Unsere Aktion wird im Veranstaltungskalender des Hitzeaktionstages verzeichnet. Damit tragen wir auch zur Sichtbarkeit unseres Verbandes bei und erreichen neue Interessierte.

Zeigen wir unsere Kompetenz auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und Prävention. Auf www.hitzeaktionstag.de sind viele Ideen und Aktionen früherer Jahre einzusehen. Beteiligt euch - entwickelt eigene Ideen zur Umsetzung und Mitgestaltung!

Ansprechpartnerin und Koordinatorin im Berufsverband ist Sabine Walter:
sw@praeventologe.de

Bitte vormerken: 25 Jahre Berufsverband am 19. September



In diesem Jahr feiert der Berufsverband der Präventologen sein 25-jähriges Bestehen. Wir nehmen dieses Jubiläum zum Anlass einen besonderen Tag für alle Präventologinnen und Präventologen, für unsere Mitglieder und Freunde zu gestalten. Am 19. September wird es in einem Live-Online-Kongress den ganzen Tag um präventologische Themen gehen. Wir wollen allen die Möglichkeit geben, an diesem besonderen Tag mit dabei zu sein

und deshalb wird die Teilnahme kostenfrei sein. Weitere Informationen folgen in einem unserer nächsten Newsletter. Save the date und seien Sie mit dabei!

Termine & Seminare im Frühjahr

- 11.04. Seminar Klima und Gesundheit (Online)
 - 14.04.- 08.05. Kurs Wohlfühlkompetenz und Resilienz im Alltag
 - 25.04. Seminar Klima und Gesundheit (Präsenz)
 - 24.-26.04. GLK-Trainerausbildung (Präsenz)
 - 09.05. Seminar Salutogenese - Gesundheitskompetenz (Online)
 - 09.05. GLK-Trainer Refresher (Online)
 - 10.05. Workshop Prüfungsvorbereitung
 - 12.05. GLK-Community
 - 23.05. Seminar Salutogenese - Gesundheitskompetenz (Präsenz)
 - 06.06. Seminar Schlaf und Schlafberatung (Online)
 - 20.06. Seminar Schlaf und Schlafberatung (Präsenz)
 - 06.-10.07. Grundstudium kompakt (Bad Füssing)
 - 05.07. GLK kompakt / Refresher (Online)
 - 11./12.07. Seminar Ernährung und Ernährungsberatung (Online)
-

Berufsverband der Präventologen e.V.

Gneisenaustraße 42 · 10961 Berlin · Telefon: +49 30 212 34 193

E-Mail: info@praeventologe.de · www.praeventologe.de

Klicken Sie [hier](#), wenn Sie sich von unserem Newsletter abmelden möchten.