

Gesundheitsdialog, Rümmelsheim, 11. März 2025

Dr. Oliver Schumann

GESUNDHEIT: WAS IST DAS?

Gesundheit: Was ist das?

„Gesundheit ist die Summe aller Krankheiten, die man nicht hat.“

Gerhard Uhlenbruck, dt. Aphoristiker, Immunbiologe

Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung, und sie gedeiht mit der Freude am Leben.

Thomas von Aquin, 1225-1274, ital. Theologe)

„Gesundheit ist nicht alles. Aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“

Arthur Schopenhauer, dt. Philosoph, 1788-1860

Das Gefühl für Gesundheit erwirbt man durch Krankheit.

Georg Christoph Lichtenberg, 1742-1799, dt. Aphoristiker und Physiker

Gesundheit: Was ist das?

„Denn eine Gesundheit an sich gibt es nicht und alle Versuche ein Ding derart zu definieren sind kläglich missraten. Es kommt auf dein Ziel, deinen Horizont, deine Antriebe, deine Irrtümer und namentlich auf die Idealen und Phantasmen deiner Seele an, um zu bestimmen, was selbst für deinen Leib Gesundheit zu bedeuten habe. Somit gibt es unzählige Gesundheitsen deines Lebens“

Friedrich Wilhelm Nietzsche, 1844-1900

Verantwortliche und Gesundheit

Wie **Verantwortliche** Gesundheit und Krankheit verstehen und welche Konzepte sie damit verbinden, hat Auswirkung auf das gelebte Gesundheitsverständnis in der **Stadt und Kommune**.

**Was ist
Gesundheit?**

**Was ist
Krankheit?**

**Wie entsteht
Gesundheit?**

**Wie entsteht
Krankheit?**

Wie wird Gesundheit als Wert in Deutschland gelebt?



Gesundheit: Was ist das?

„Gesund kann man nur bleiben, wenn man isst und trinkt, was man nicht mag, und tut, wozu man keine Lust hat.“

Mark Twain, 1835-1910

Gesundheit, was bedeutet das für Sie: Aussagen der Teilnehmenden (1)

„Nachdem, was ich jetzt alles gehört hab, ist es nicht mehr nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern tatsächlich, dass ich das tun kann, was mir Spaß macht, was ich anpacken kann, was ich vielleicht auch noch Leuten helfen kann. Die, die es nicht so gut haben...“

„Die Dinge tun können, die man tun möchte“

„Für mich wäre Gesundheit, die die Anzahl der Möglichkeiten, die ich mit meinem Körper hab und das Wohlbefinden...“

„Wie gut fühle ich mich in meinem Körper? Ja, was kann ich und was kann ich vielleicht nicht“

Gesundheit, was bedeutet das für Sie: Aussagen der Teilnehmenden (2)

„Gesundheit ist nicht selbstverständlich. Und ich kann auch persönlich was dafür tun, dass es nicht soweit kommt, dass ich krank werde. Es gibt Krankheiten, da kann man nichts dafür“

„Glück zu haben. Stark eingeschränkt ist Krankheit...“

„Gesundheit ist die Anwesenheit von Haustieren, das hat nichts mit Krankheit zu tun“

„Gesundheit ist für mich, dass ich das, was ich heute erlebe und tun kann, auch in 30, 40 Jahren noch tun kann“

„Gesundheit ist für mich eigenverantwortlich zu handeln, mich nicht auf andere verlassen – auch nicht auf den Arzt“

Gesundheit, was bedeutet das für Sie: Aussagen der Teilnehmenden(3)

„Gesundheit für mich, den Hintern hochlegen und wenn ich darüber nachdenke, mich zu bewegen. Eine Krankheit: Nicht jede Krankheit ist nicht gesund, des Lebens heilbar. Das muss man auch bedenken...Es gibt bestimmte Krankheiten, die genetisch bedingt sind, die sie nicht durch fasten oder gesundes leben, laufen, beeinflussen können“

„Ja, Gesundheit ist Freude am Leben“

„Ja, Gesundheit ist das höchste Gut und umfasst einmal die körperliche erlaubte seelische Zufriedenheit. Und da habe ich einen großen Einfluss selbst drauf“

Gesundheit, was bedeutet das für Sie: Aussagen der Teilnehmenden (4)

„Gesundheit ist für mich, dass ich mich so verhalten kann, wie ich es bisher immer gewohnt bin, dass ich keine Einschränkungen habe, die das verhindert. Die Gesundheit aber ich finde, es ist ganz enorm, was unsere Einschätzung, unser Wohlbefinden und die psychische Belastung durch Dritte mit der Gesundheit ausmacht. Denn man kann genauso objektiv gesund sein, aber weil die Psyche so unter Belastung ist, fühlt man sich reichlich bescheiden. Ja, als wenn das Rundherum glücklich ist. Ich glaube, dass die Gesundheit, stark subjektiv und eine starke mentale Komponente hat. Also ich kann auch viel mental damit ausrichten“

„Gesundheit ist für mich ohne Stress zu nehmen, Stressfrei, stressfrei, Stressfrei“

„Wenn man mal spazieren geht, lebt man Gesund, wir leben im Wohlstand....“

Gesundheit: Biopsychosozialer Ansatz

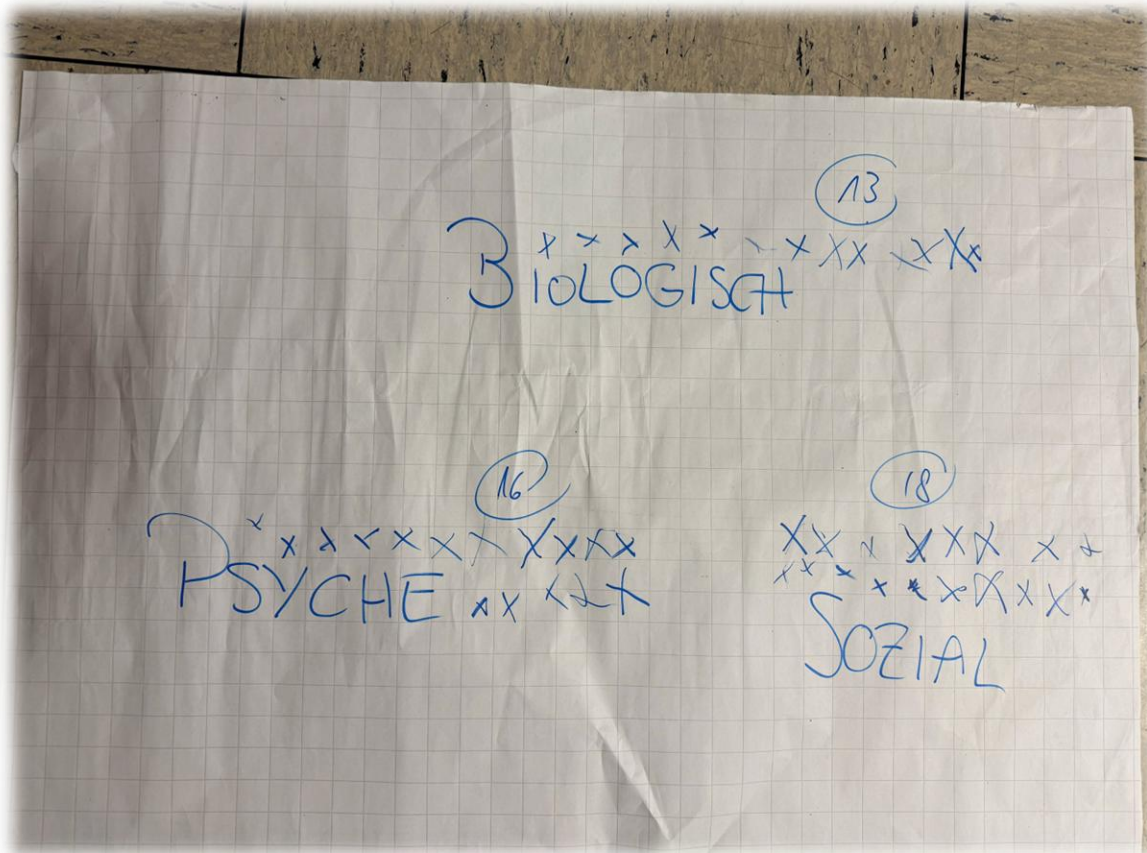
Biologisch

Psyche

Sozial

Gesundheit: Biopsychosozialer Ansatz in Rummelsheim

Biologisch



Psyche

Sozial

Auswahl der Werte der Rümmelsheimer

Solidarität

Rückgrat

Soziales Verhalten

Höflichkeit

Kommunikation

Fröhlichkeit

...und: Gesundheit?!

Gesundheit: Was ist das? Fazit!

- **Ausgangslage:** Gesundheitsgefühl so facettenreich wie unklar
- **Theorien, Modelle und Werte:** Helfen das komplexe Thema Gesundheit zu verstehen!
- **Ziel:** Gesundheitsverständnis entwickeln und in Rummelsheim leben

Ausblick!

- **Ideenwerkstatt: Samstag, 29. März, in Rümmelsheim, von 14:00-17:00 Uhr**

**Mit außer-gewöhnlichen
Wünschen**

www.schumann-acc.de