



SEESTADT  
BREMERHAVEN

Der Magistrat

# BGF-PROJEKT FÜR DAS EHRENAMT

Bsp. Freiwillige Feuerwehr BHV



Werksarztzentrum  
Fischereihafen

---

# ANFORDERUNGEN UND PROBLEME FÜR DIE FREIWILLIGE FEUERWEHR

Anforderungen hinsichtlich körperlicher Leistungsfähigkeit entsprechen denen der Berufsfeuerwehr

→ Erhalt/ Aufbau der körperlichen Fitness muss neben Beruf und Ehrenamt in der Freizeit erfolgen (vgl. Dienstsport bei der BF)

Ausbildung und Spezialtraining (wie Tunnelbrandbekämpfung) auch für die Freiwillige Feuerwehr notwendig

→ Konflikte mit Arbeitgebern durch Freistellungen

# ANFORDERUNGEN UND PROBLEME FÜR DIE FREIWILLIGE FEUERWEHR

Psychische Belastungssituationen werden nicht so häufig erlebt wie bei der BF, dafür aber weniger Erfahrung beim Umgang mit psych. Problemen

→ Zugang zu Erstkontakt KBR möglich (?). Weitere Anbindung z.B. bei PTBS unklar (PSNV im Aufbau?)

„Volkskrankheiten“ wie Diabetes mellitus, KHK, Adipositas entsprechend der Verteilung in der Bevölkerung auch bei Jüngeren zunehmend.

→ Einsatzfähigkeit als Atemschutzgeräteträger gefährdet bzw. nicht gegeben

# **GESUNDHEITSTHEMEN**

**Fitness**

**Stress**

**Ernährung/Gewicht**

Rauchen

Schlaf

# EINGESCHRÄNKTER RAHMEN FÜR BGF-PROJEKTE

## Ehrenamt neben beruflichem Alltag

- Angebote müssen abends oder am Wochenende stattfinden
- Projekte/ Seminare etc. nehmen weitere Freizeit in Anspruch
- Erreichbarkeit für Gruppenveranstaltungen schwierig durch versch. Arbeitszeitmodelle (z.B. Schichtarbeit).

→ **Weniger Gruppentermine zugunsten individueller Angebote**

# VORSCHLÄGE FITNESS

- Zuschuss für Vereinssport
- Zugang zu Firmenfitness wie z.B. Qualitrain/Hansefit
- Angebot Fitnessstand vor Ort (Ergometrie unabh. von G26)
- Zugang zu Physiotherapie wie bei der Berufsfeuerwehr
- Sporttest vor erstmaliger G26
- Zuschuss bei Teilnahme an Feuerwehr-Sportwettbewerben

# VORSCHLÄGE STRESS

- Zugang zu Akutbetreuung durch das KBR
- Zugang zu Sozialberatung WAZ
- Seminarangebot durch WAZ

# VORSCHLÄGE ERNÄHRUNG/GEWICHT

- Zugang zu Ernährungssprechstd. WAZ
- Kochkursangebot durch WAZ