

Kreisausschuss Marburg-Biedenkopf

Geschäftsstelle

Initiative Gesundheit fördern – Versorgung stärken

„Seele in Bewegung“

Erstes kassenübergreifend gefördertes Projekt in Hessen

Plenarveranstaltung 2 „Gewusst wie: von anderen
lernen – Good Practice im Kontext des
Präventionsgesetzes“

am 05.04.2019

BVÖGD Kongress in Kassel

R. Reul, B. Fiedler und M. Heuer
Gesundheitsamt Landkreis Marburg-Biedenkopf



Erklärung zu Interessenkonflikten

**Hiermit erkläre wir, dass zu den Inhalten der
Veranstaltung**

- kein Interessenkonflikt vorliegt.
- ein materieller Interessenkonflikt vorliegt.
- ein immaterieller Interessenkonflikt vorliegt.

Ausgangslage - einige Eckdaten

(Stand 09.2017)

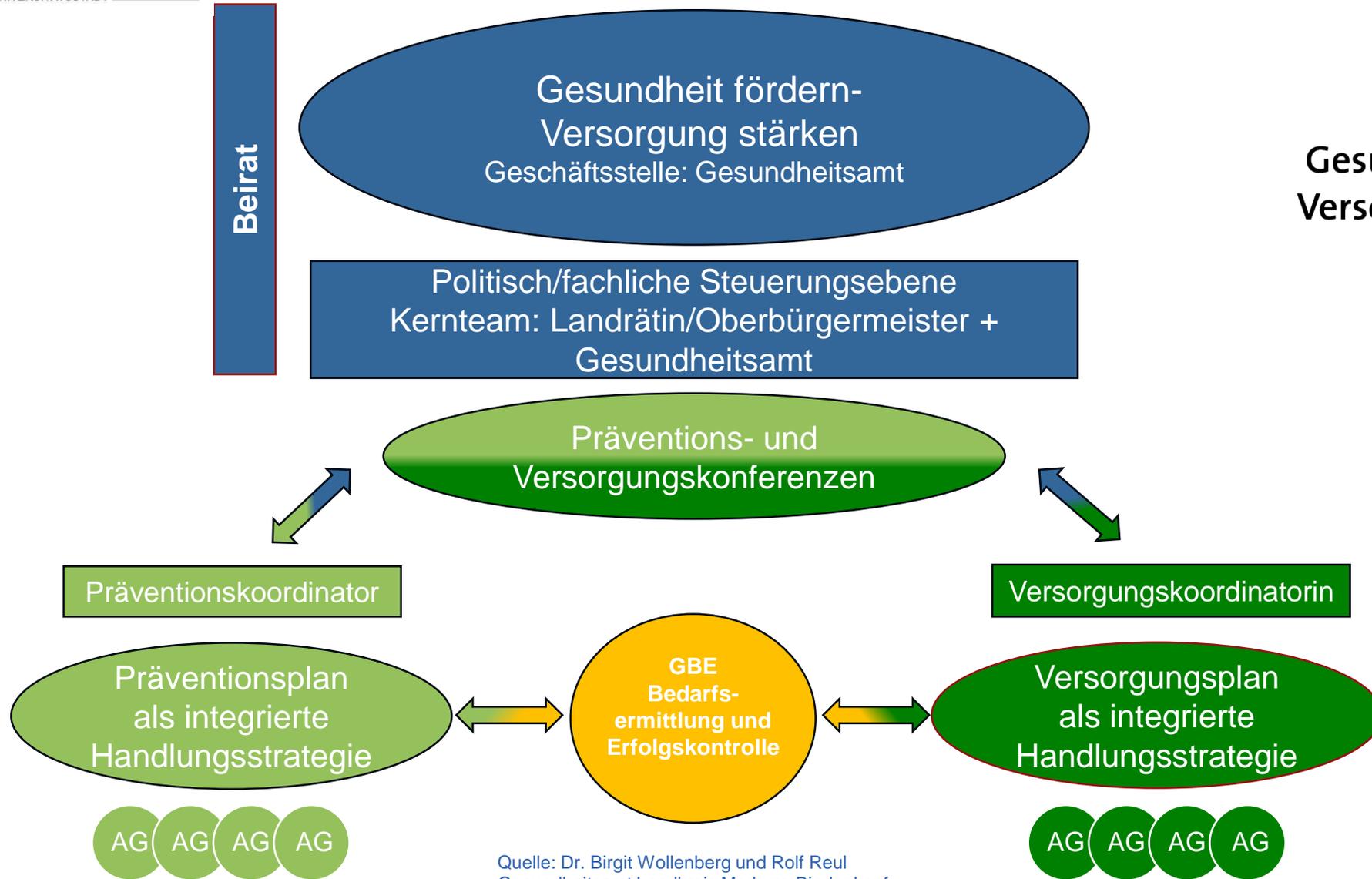
Im Landkreis Marburg-Biedenkopf leben:

- 1790 geflüchtete Menschen mit einer Aufenthaltserlaubnis,
 - hiervon: 412 Frauen ab 18 Jahren und 497 Minderjährige

- 962 geflüchtete Menschen mit einer Aufenthaltsgestattung,
 - hiervon: 164 Frauen ab 18 Jahren

- in der Universitätsstadt Marburg wohnen zusätzlich 1914 geflüchtete Menschen

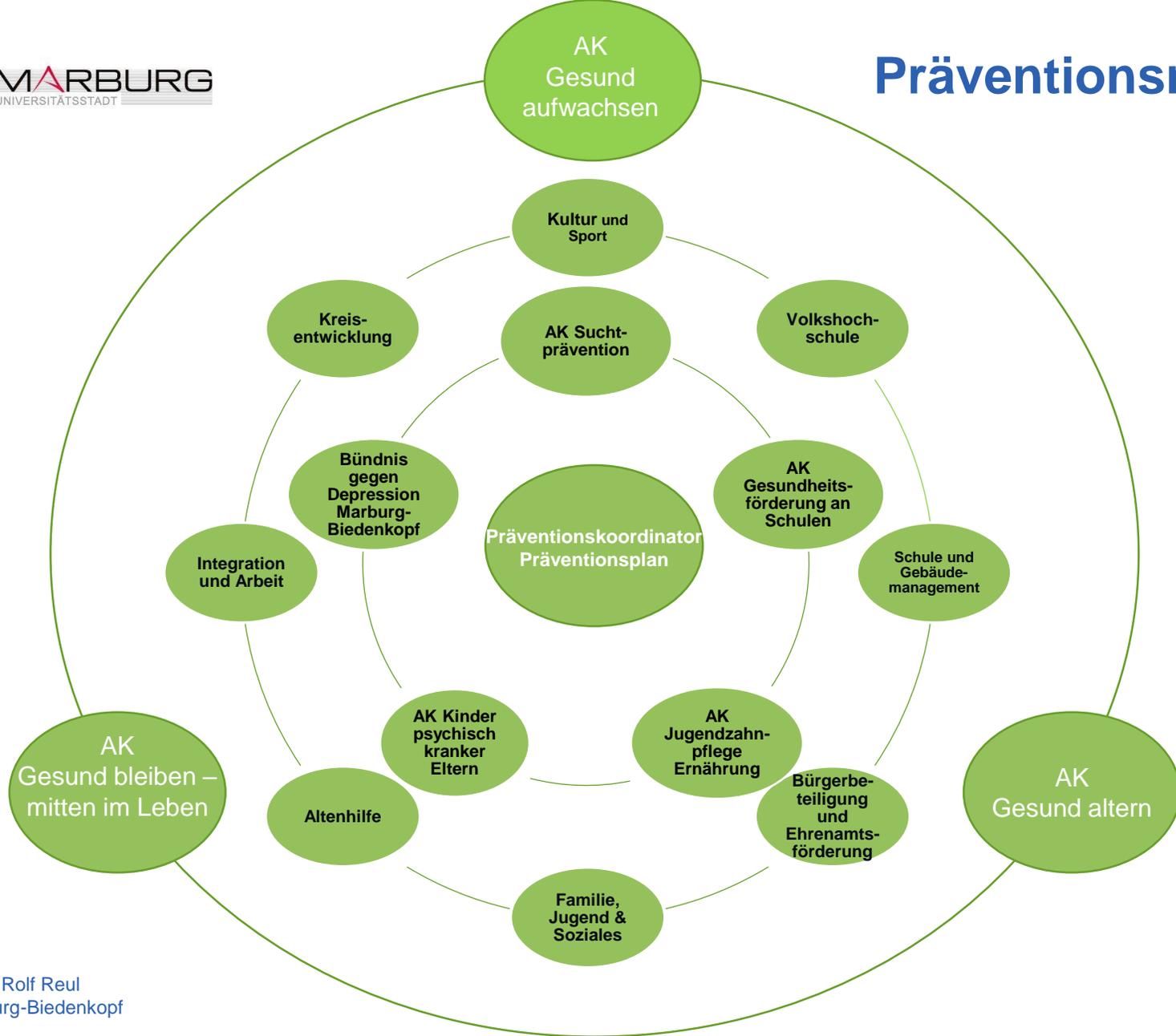
Prozessbeschreibung



Gesundheit fördern
Versorgung stärken

Quelle: Dr. Birgit Wollenberg und Rolf Reul
Gesundheitsamt Landkreis Marburg-Biedenkopf

Gesundheit fördern
 Versorgung stärken



Quelle: Dr. Birgit Wollenberg und Rolf Reul
 Gesundheitsamt Landkreis Marburg-Biedenkopf

Präventionsplan „Gemeinsam für Gesundheit und Lebensqualität“

Klares Wasser statt Zuckergetränke

Erster von sieben Trinkbrunnen für Grundschulen im Landkreis in Betrieb genommen

Leitungswasser auf Knopfdruck: In der Amönauer Grundschule können sich die Grundschüler ab sofort ihre Flaschen und Becher einfach auffüllen. Kindern sollen so ganz leicht ein gesundes Trinkverhalten entwickeln.

von Manfred Schubert

Amönau. „Was kennt ihr denn Gesundes zum Essen?“, fragte Landrätin Kirsten Fründt. „Salat“, lautete eine Antwort aus den Reihen der Schüler. „Und zum Trinken?“ – „Wasser“, waren sich die Kinder einig. „Und was ist ungesund?“ „Eistee“, kamen die Antworten wie aus der Pistole geschossen.

Seit zwei Wochen steht den 61 Amönauer Grundschulern im Eingangsbereich ein Trinkbrunnen zur Verfügung, aus dem sie direkt trinken oder auch Wasser in Becher und Flaschen abfüllen können. Daraus kommt ganz simples, unbehandeltes Leitungswasser – der natürlichste Durstlöcher überhaupt.

Am ersten Morgen haben die Schüler den Brunnen erst mal ausprobiert. Die Viertklässler haben ihren Patenkindern aus der ersten Klasse gezeigt, wie es funktioniert, die Dritt- und Zweitklässler. „Inzwischen gibt es keine Riesenplützen mehr am Boden wie zu Beginn. Der Brunnen wird gut angenommen und oft genutzt“, berichtete Schulleiter Christian Dörbecker. „Wir sind eine ‚bewegte Schule‘ und achten auf gesunde Ernährung. Die Kinder haben vermerkt, wenn sie sich beispielsweise in



Ein „Wasserlied“ und einen „Gesundheitsrock“ sangen und tanzten die Grundschüler in Amönau. Bild rechts: Landrätin Kirsten Fründt half den Schülern beim Wasserzapfen. Fotos: Manfred Schubert



einer der beiden Bewegungspausen angestrengt haben, dann trinken sie einen Schluck daraus“, führt er fort. An zehn Schulen im Landkreis gab es bereits Trinkbrunnen. In Amönau wurde der erste von insgesamt sieben neuen Trinkbrunnen in Betrieb genommen, als Teil der vom Kreis und der Stadt Marburg getragenen Initiative „Gesundheit fördern – Versorgung stärken“. Sechs weitere sollen an den Grundschulen in Wallau, Biedenkopf, Kirchhain, Weidenhausen und Wetter folgen.

Für die Anschaffung der Brunnen hat „Marburg hilft“, der Zusammenschluss der Lions Mar-

burg, Lions Marburg Elisabeth von Thüringen, Rotary, Rotary Marburg-Schloss, der Kiwanis, Soroptimisten und Sonia, mit weiterer Unterstützung durch den Rotary Club Wetter, die Marburger Rotary Stiftung Landgraf Philipp von Hessen und den Rotary-Distrikt 1820 insgesamt 10.500 Euro eingeworben. Für die Installation der Brunnen investiert die Kreisverwaltung weitere 2.000 Euro pro Schule.

Die Wichtigkeit des Themas unterstrich der für die Grundschule Amönau zuständige Schularzt im Kreisgesundheitsamt, Dr. Nils Ludwig. Laut einer aktuellen Studie des Robert-Koch-Instituts nehmen 16,9

Prozent der Mädchen und 22,2 Prozent der Jungen bis zu dreimal täglich mit Zucker gesüßte Erfrischungsgetränke wie Energy Drinks und Limonaden zu sich. „Getränke mit einem erheblichen Risikofaktor im Hinblick auf zahlreiche Erkrankungen wie Übergewicht und Zuckerkrankheit“, erklärte Ludwig. Als „gemeinsames Zeichen für eine gesunde Ernährung und gesunde Trinkgewohnheiten“, bezeichnete Professor Dr. Bern-

hard Maisch, der Koordinator von Marburg hilft, die Brunnen. Die Schüler ließen sich schätzen, wie viel Wasser sie wohl im Körper hätten. Von vier bis fünf Litern bis zu 80 Prozent reichten die Antworten. Ein Kleinkind habe etwa 75 Prozent Wasseranteil im Körper, im Alter sinke dieser, bei ihm seien es etwa 60 Prozent, klärte er die Schüler auf.



Gesundheit fördern
Versorgung stärken



Präventionsplan
„Gemeinsam für Gesundheit und Lebensqualität“
-
Eine integrierte Handlungsstrategie für den
Landkreis Marburg-Biedenkopf und die
Universitätsstadt Marburg



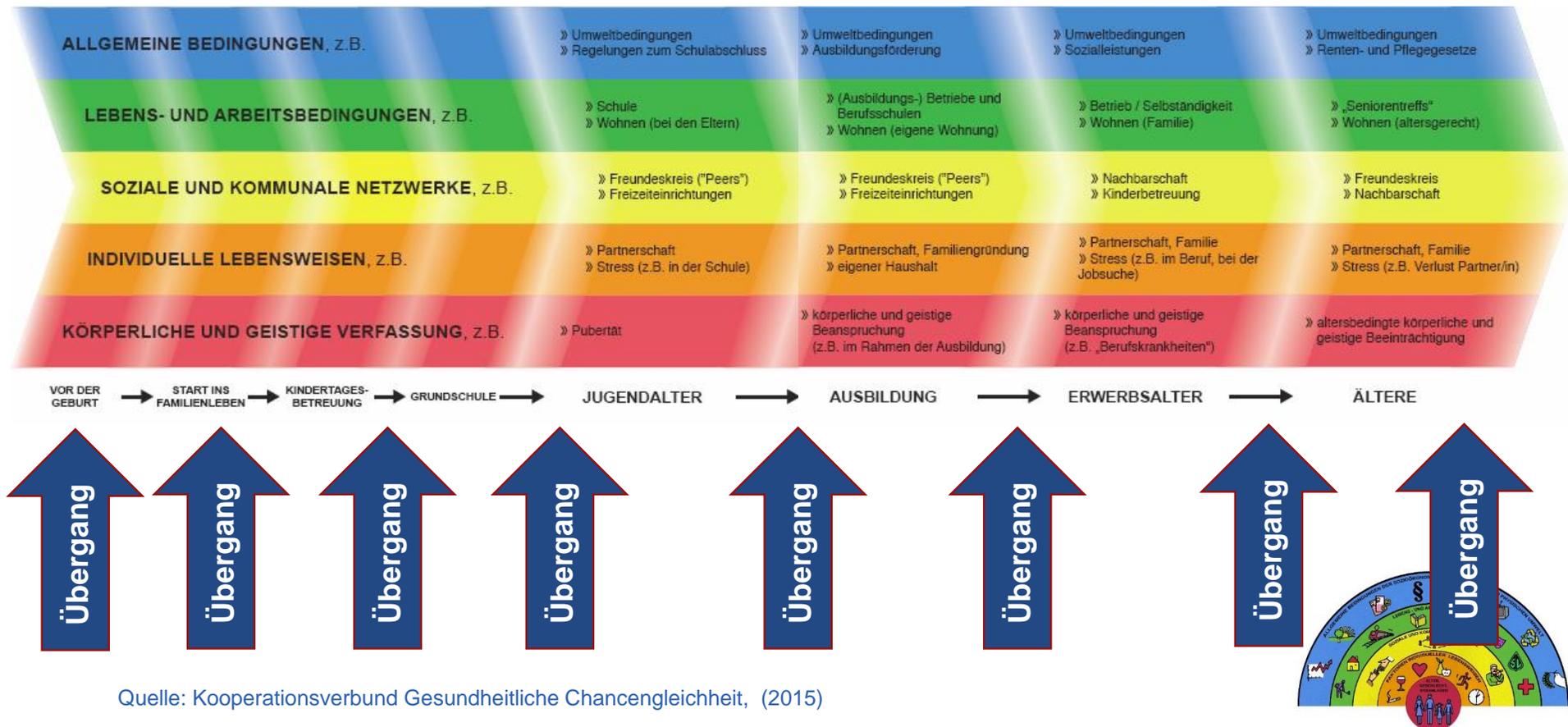
ANSICHTSEXEMPLAR

Unterstützt durch:



5 Jahre Förderung des Prozesse durch die Techniker Krankenkasse

Präventionskette als Leitmodell



Praxisbeispiel - Zusammenarbeit mit Kindertageseinrichtungen/Familienzentren

Beratung und Unterstützung bei der Entwicklung von gesundheitsfördernden Modulen



Interner Ergebnisbericht zur Bedürfnisanalyse am 26. Juli 2017 bei Besucher(inne)n des Familienzentrums Regenbogen i

Gesundheit *fördern*
 Versorgung *stärken*



Gesamtdarstellung der zentralen Ergebnisse bei den Bedürfnisanalysen in Neustadt/Hessen / Quartier „Stadtkern“

im Rahmen der Umsetzung des Präventionsplans „Gemeinsam für Gesundheit und Lebensqualität“



Gesundheit *fördern*
 Versorgung *stärken*



Sehr geehrte Damen und Herren,

im Rahmen der Initiative „Gesundheit fördern – Versorgung stärken“ möchte der Landkreis Marburg-Biedenkopf gerne gemeinsam mit dem Ev. Familienzentrum VIERWÄNDE mit Ihnen eine Befragung in Form eines Fragebogens durchführen.

In diesem Fragebogen geht es um das Thema Gesundheit und Ihre persönliche Einschätzung dazu.

Zusätzlich werden Sie zu persönlichen Angaben befragt. **Alle Angaben werden namenlos gemacht.**

Mit der Beantwortung der Fragen können Sie dazu beitragen, dass Ihre Wünsche bei der weiteren Arbeit der Initiative berücksichtigt werden.

Weiterhin liefern Sie dabei einen wichtigen Beitrag für zukünftige Angebote, die sich positiv auf Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität auswirken können.

Bitte beantworten Sie die nachfolgenden Fragen.

Sie können entweder eine Antwort oder mehrere Antworten ankreuzen und/oder Ihre Antwort in die vorgesehenen Kästchen schreiben.

Für Fragen während der Beantwortung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Vielen Dank!

Kassenübergreifender Förderantrag - Prozessbeschreibung

Erster interner Austausch bezüglich eines möglichen Förderantrags (Anfang 2017)

Beschluss des Kernteams der Initiative zur Vorbereitung eines Antrags mit dem Schwerpunkt „Gesundheitsförderung bei geflüchteten Frauen und deren Kinder“ (Juni 2017)

Interdisziplinäre Vorbereitungsgruppe ab Sommer 2017:

- Fachdienst Sozialpsychiatrischer Dienst
- Geschäftsstelle Initiative Gesundheit fördern – Versorgung stärken
- Büro für Integration
- Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik e.V. Marburg
- Deutscher Kinderschutzbund Marburg-Biedenkopf e.V.

Anzahl der Treffen ca. 7 bis Frühjahr 2018

Abstimmungen mit dem vdek ab Oktober 2017

Offizielle Antragstellung im März 2018

Gemeinsame Nachbearbeitungen mit dem vdek bis Juni 2018

Einrichtung der Gemeinsame Stelle der Krankenkassen für Prävention und Gesundheitsförderung in Hessen im Sommer 2018

Förderzusage durch die Gemeinsame Stelle der Krankenkassen am 30.08.2018

Offizieller Beginn des Projektes „Seele in Bewegung“ zum 01.10.2018, Start der ersten Gruppen zum 01.11.2018

„Seele in Bewegung“

Selbstwirksamkeit erleben – Empowermentprozesse anstoßen Ein präventives Angebot für Frauen und Kinder mit Migrationshintergrund

Ausgangspunkt:

Zielgruppe:

- geflüchtete Menschen sind einer Vielzahl von psychosozialen Belastungen ausgesetzt
- Beispiele in diesem Kontext:
- unsichere Bleibe- und Zukunftsperspektive
- die sozial schwierigen Lebenslagen hinsichtlich des fehlenden Zugangs zum Arbeitsmarkt
- nicht vorhandene Kenntnisse des Gesundheitssystems
- fehlendes soziales Netzwerk
- geschlechtsspezifisch für die Gruppe der Frauen gilt: sie sind häufiger als Männer von Unterdrückung und Missbrauch betroffen
- Frauen flüchten häufiger gemeinsam mit ihren Kindern und tragen dementsprechend die Verantwortung

Quelle: Dr. U. Lingen-Ali, J. M. Ullmann; Geflüchtete Frauen in Deutschland; unter (letzter Zugriff: 29.03.2019):
<http://www.bpb.de/gesellschaft/migration/kurz dossiers/280382/gefluechtete-frauen-in-deutschland>

„Seele in Bewegung“

Konzeptionelle Grundlage:

Sozialpsychiatrische Flüchtlingshilfe Marburg-Biedenkopf (SoFhi):

- Psychiatrisch-psychotherapeutische und psychosoziale Versorgung der dem Landkreis Marburg-Biedenkopf und der Universitätsstadt Marburg zugewiesenen Geflüchteten
- Im Konzept vorgesehen: psychoedukatives Gruppenangebot:
 - ab April 2017 „Gesundheits-Teergarten“, entwickelt und evaluiert durch die Philipps-Universität Marburg (FB Psychologie)
 - „Gesundheits-Teergarten“: Gruppenangebot zur niedrigschwelligen, psychologischen Erstbetreuung von geflüchteten Menschen

Quelle: S. Demir (2015): Beratung nach Flucht und Migration, Ein Handbuch zur psychologischen Erstbetreuung von Geflüchteten. Potsdam.

„Seele in Bewegung“

Konzeptionelle Grundlage:

Modifikation des Manuals „Gesundheits-Teergarten“: Fokussierung auf die Prävention möglicher psychischer Beeinträchtigungen und präventiv orientiertes Angebot für die Kinder der teilnehmenden Frauen

- Grundlage des Angebots für die Kinder:
 - „TIPI“ (Training, Prävention, Integration - Initiative für Psychomotorik & Integration):
 - Konzipiert, umgesetzt und evaluiert durch:
„Verein für Psychomotorik und Bewegungsförderung e.V. Marburg“ und
„Kinderschutzbund Marburg-Biedenkopf e.V.“
 - Umsetzung von „TIPI“ an einer Marburger Schule
 - Im Fokus : Entwicklung der Persönlichkeit durch das Medium „Bewegung“

**Konzepterstellung und Weiterentwicklung im fortlaufenden, partizipativen Prozess
(„Steuerungsgruppe“)**

„Seele in Bewegung“

Ziele und methodisches Vorgehen:

Zielgruppe:

- Frauen und Kinder mit Fluchterfahrung bzw. Migrationshintergrund, die bereits eine Aufenthaltserlaubnis bzw. eine Aufenthaltsgestattung haben und/oder sich länger als 15 Monate im Landkreis Marburg-Biedenkopf aufhalten

Methodischer Rahmen:

- „Seele in Bewegung“ ist niedrigschwellig bzw. ressourcenorientiert
- Besteht aus zwei Modulen:
 - ⇒ „Gruppenangebot für Frauen mit Fluchterfahrung bzw. Migrationshintergrund als Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention“
 - ⇒ „Bewegungs- und Resilienzförderung für Kinder mit Fluchterfahrung bzw. Migrationshintergrund“

„Seele in Bewegung“

Ziele und methodisches Vorgehen:

Ziele:

- Stärkung und Aktivierung von Widerstandskräften, Ressourcen und Bewältigungsstrategien
- Förderung von Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit und Selbstregulation
- Förderung der psychischen und somatischen Gesundheit
- Teilnehmende fungieren als Multiplikator*innen in ihrem sozialen Umfeld, dies gelingt durch:
 - Förderung und Stärkung vorhandener Kompetenzen und Ressourcen
 - mögliche Verhaltensänderungen im Alltag bzw. im Umgang mit Konfliktsituationen können die positiven Aspekte der Angebote auch für die Familienmitglieder, Freunde etc., die nicht an dem Angebot teilnehmen, sichtbar und erlebbar werden

„Seele in Bewegung“

Ziele und methodisches Vorgehen:

Standort und Teilnehmer*innen:

- zwei Standorte: lebensweltbezogen in Familienzentren
- 2 Zeitstunden pro Termin
- Maximal pro Gruppe 13 Frauen und 13 Kinder
- Ein- und Ausstieg in der Gruppe jederzeit möglich



„Seele in Bewegung“

Ziele und methodisches Vorgehen:

„Gruppenangebot für Frauen mit Fluchterfahrung bzw. Migrationshintergrund als Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention“

„Bewegungs- und Resilienzförderung für Kinder mit Migrationshintergrund“

Start und Ende jedes Termins durch gemeinsame „psychomotorische“ Sequenzen mit Frauen und Kindern
 Beispiel: Alle anwesenden Personen stehen im Kreis und halten sich während der gesamten Übung an den Händen. Ein Reifen soll ohne Benutzung der Hände an die jeweils nebenstehende Person weitergegeben werden.

Gruppenleitung:

- Honorarkraft in Abstimmung und Kooperation mit der Projektleitung, Sozialpsychiatrischer Dienst am Gesundheitsamt des Landkreises Marburg-Biedenkopf von „Seele in Bewegung“

Dolmetscherinnen:

- Dolmetscherinnen aktuell für kurdisch, türkisch und dari/farsi

Kultursensibler Ansatz in Anlehnung an das Manual „Gesundheits-Teergarten“² :

- einfache Schaubilder, Symbole, Metaphern (Beispiel: „Baum der Wünsche“²), Tieranalogien (Beispiel: Angst wird beschrieben durch das Bild: „wie das Kaninchen vor der Schlange“²)

Ziele:

- Vermittlung von:
- Hilfe zur Selbsthilfe, es gilt die Annahme: „Jede Frau ist die Expertin für ihre eigene Situation“
- gesundheitsfördernde Techniken zur Stressbewältigung, Kenntnisse über psychische Beschwerden, Informationen über weiterführende Angebote wie Gesundheitskurse, Ernährung, Entspannung, Sportvereine

Gruppenleitung:

- „Verein für Psychomotorik und Bewegungsförderung e.V. Marburg“

Zielgruppe:

- Kinder im Alter von 2- 10 Jahren

Ziele:

- durch Bewegung, Spiel, Bauen und Gestalten Stärkung der Selbstwirksamkeit und Achtsamkeit
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbstregulation
- Vermittlung von effektiven, kindgemäßen Entspannungstechniken
- gleichberechtigter Umgang zwischen Jungen und Mädchen zur Überwindung von stereotypen Geschlechterrollen

Teil des Konzeptes:

- Erzählkreis: jedes einzelne Kind wird nach seiner aktuellen Befindlichkeit gefragt
- Lerneffekt: „Ich werde mit meinen Anliegen und Bedürfnissen wahr- und ernst genommen“

Ein besonderes Merkmal des Angebots „Seele in Bewegung“ ist, dass die Frauen ihre Situation innerhalb eines geschützten Rahmens, in direkter Nähe zu ihren Kindern reflektieren und bewältigen können.

„Seele in Bewegung“

In der Praxis:

Erste Eindrücke aus der Startphase des Projekts:

Frauen und Kinder:

- Raum, um sich von „Frau zu Frau“ austauschen zu können
- Mütter erleben ihre teilnehmenden Kinder ausgeglichener
- Kinder als Impulsgeber für die Teilnahme: „Ich möchte heute wieder hingehen!“

Rückmeldungen der Gruppenleitungen:

- Frauen und Kinder nehmen wiederholt und regelmäßig teil
- Mütter und Kinder sind in der direkten Interaktion erlebbar
 - Verhaltensmuster können beobachtet und direkt zum Thema gemacht werden

„Seele in Bewegung“

Nachhaltigkeit:

- Es wird angestrebt, die Maßnahme nach Auslaufen der Förderung durch Mittelakquise und/oder mit kommunalen Mitteln in den Einrichtungen fortzuführen
- „Multiplikator*innenschulung“ werden konzipiert und durchgeführt:
 - Ziele, konzeptionelle Grundlagen und Vorgehensweisen des Angebots „Seele in Bewegung“ sollen vermittelt werden
 - Zielgruppe: Mitarbeiter*innen der Familienzentren, weitere Personen (z.B. Lehrer*innen, Sozialarbeiter*innen), die mit der Zielgruppe von „Seele in Bewegung“ hauptamtlich arbeiten
 - Konzipierung und Umsetzung durch „Kinderschutzbund Marburg-Biedenkopf e.V.“
 - Erste „Multiplikator*innen-Schulung“ geplant für August 2019



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!