

Stephanie Gruber & Kim-Nicole Retzlaff

## „Gesundheitsförderung zugänglich machen: Wie erreichen wir erwerbslose Menschen?“

„Aktiv mit Vitamin B ...“ – ein begleitendes Brücken-Angebot zur Gesundheitsförderung arbeitsloser Menschen in Nürnberg

### 1. Gesundheitsorientierung als Präventionsstrategie im Jobcenter Nürnberg-Stadt

Das Jobcenter Nürnberg-Stadt setzt hierfür an drei zentralen Handlungsfeldern an:

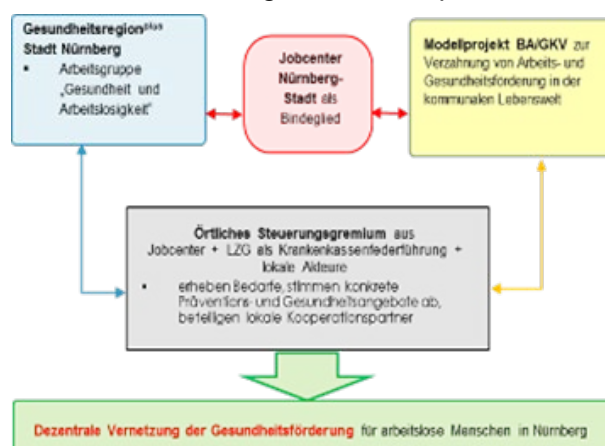
**Mitarbeitende:** Beratungskompetenz rund um das Thema Gesundheit stärken

- Interner Arbeitskreis Gesundheitsorientierung
- Inhouse-Schulung für alle Integrationsfachkräfte
- Freistellung von spezifisch qualifizierten Kolleginnen als Gesundheitsberaterinnen
- Wissensmanagement - Gesundheitsplattform in Media-Wiki

**Kund\*innen:** Aktivierung & Zugangsunterstützung

- Kostenlose und freiwillige Präventions- und Gesundheitsberatung
- AktivA-Training (Aktive Bewältigung von Arbeitslosigkeit)
- Kostenlose Gesundheitstage für alle JC-Kund\*innen
- Gesundheits-Taschenkalender 2019 als „Motivationsimpuls“
- Zielgruppen- und themenspezifische Workshop-Reihen und Gruppen-Informationen

**Netzwerkpartner:** Jobcenter als wichtigen Netzwerkpartner auf lokaler Ebene verankern



- Wahrnehmung als aktiver Gestalter gesundheitsförderlicher Angebote für arbeitslose Menschen
- Zielgruppenspezifische Zusammenarbeit mit einzelnen Trägern, Stadtteilzentren und Projekten
- Bedarfsgerechte Konzeptentwicklung für eine nachhaltige Zugangsförderung in die bestehende Angebotsstruktur

### 2. „Aktiv mit Vitamin B...“: Konzipierung und Erprobung des Brückenangebots

**Ausgangssituation am Standort Nürnberg:**

„In Nürnberg sind bereits viele Angebote zur Gesundheitsförderung vorhanden, aber Menschen in Arbeitslosigkeit finden den Zugang zu diesen Angeboten nicht.“



Motivierende Gesundheitsberatung = Aktivierung & Zugangsunterstützung durch persönliche Ansprache, Begleitung und Anleitung sowie Bedarfsorientierung durch Brückenangebot „Aktiv mit Vitamin B...“

**Zielsetzung:**

- Beschäftigung mit persönlichem Gesundheitsverhalten
- niedrigschwelliger Einstieg in die Gesundheitsförderung
- Aufbau von „Aktiv-Gruppen“
- Ausprobieren im geschützten Rahmen
- Kennenlernen von und aktive Kontaktaufnahme zu bestehenden (wohnnahen) Anlaufstellen
- nachhaltige Überführung der Teilnehmenden in die lokale Angebotsstruktur

**Format:**

- wöchentliche Workshop-Einheiten für 2-3 Stunden
- feste Kleingruppe
- Organisation und Anleitung durch AV-G unter Beteiligung von Externen
- Begleitung durch Gesundheitsregion+ Stadt Nürnberg zum Übergang in die kommunale Lebenswelt

**Gewinnung der Teilnehmenden:** durch die Integrationsfachkräfte und Gesundheitsberaterinnen (AV-G) im Jobcenter

**Erprobung:** vom 9.11. – 14.12.18 + Nachhalte-Workshops am 08.02. + 12.04.2019

Ablauf	
1. Einheit	<b>Ich tue etwas für meine Gesundheit?!</b> Kennenlernen, Interessensabfrage, Erfahrungsaustausch
2. Einheit	Wie gehe ich mit <b>Stress</b> um? Entstehung von Stress und praktische Übungen
3. Einheit	<b>Ernährung</b> – gesund, schnell, einfach und günstig
4. Einheit	„ <b>Das interessiert mich auch...</b> “ Einheit nach Interessenschwerpunkt der Gruppe
5. Einheit	Begegnung durch <b>Bewegung</b> Kennenlernen von lokalen Anlaufstellen & Angeboten
6. Einheit	<b>Wir bleiben weiter aktiv!</b> Informationen/Planungen zur Nachhaltigkeit & Verstetigung

**Ausblick:** nächster Durchführungszeitraum: 06.05. – 03.06.2019

stadteil- und zielgruppenspezifische Ausrichtung

- Zusammenarbeit mit verschiedenen Stadtteilprojekten (z.B. „Gesundheit für alle im Stadtteil“)
- U25-Jährige: Begleitung durch studentische Projekte

**Vision:** Implementierung von Gesundheitsbegleiter\*innen im Rahmen des Teilhabechancengesetzes § 16i SGB II, die als Zugangsunterstützer und „Brückenbauer“ zu lokalen Strukturen sowie vorhandenen Angeboten der Prävention und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt fungieren.

### Literatur- und Quellenangaben:

Kardaus, Daniela (2018): Eigene Darstellung, Jobcenter Nürnberg-Stadt

---

### Kontakt

Jobcenter Nürnberg-Stadt  
Gesundheitsberaterin  
Stephanie Gruber  
Fichtestraße 45  
90489 Nürnberg  
0911/5866-247  
Stephanie.Gruber@jobcenter-ge.de

Gesundheitsamt Nürnberg  
Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Nbg  
Kim-Nicole Retzlaff  
Burgstraße 4  
90403 Nürnberg  
0911/231-14593  
kim-nicole.retzlaff@stadt.nuernberg.de