



Gesundheit im Quartier

Zur Verzahnung von
Gesundheitsförderung
und Quartiersentwicklung
in Niedersachsen



Vorwort

AOK Die Gesundheitskasse für Niedersachsen

Gesundheit ist Teamarbeit. Es ist eine gesamtgesellschaftliche aber auch partnerschaftliche Aufgabe, den Menschen den bestmöglichen Zugang zur Gesundheit näherzubringen.

Ein gesundes Wir-Gefühl stärkt das Wohlergehen, die Kraft und das Klima im Quartier. Gutes Quartiersmanagement denkt immer auch die Verbesserung der Gesundheit mit. Gesundheitsförderung und Prävention sind in der Kommune aber auch abhängig von den Akteur:innen, Strukturen und Angeboten.

Am Anfang der Projektförderung "Gesundheit im Quartier" (GiQ) stand die Veranstaltung der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachen Bremen e. V. (LVG & AFS) und der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Soziale Brennpunkte Niedersachsen e. V. Das war am 18. Juni 2019 im hannoverschen Stadtteil Sahlkamp.

Unter Einbindung der niedersächsischen Ministerien für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung (MS) und Umwelt, Energie und Klimaschutz (MU) wurde abgestimmt, welche Kooperation die Beteiligten zusammenbringt – und was es für eine gelungene Verzahnung von Gesund-

heitsförderung und Quartiersentwicklung braucht. Die These war, dass städtebaulich und gemeinwesenorientiert geförderte Orte eine hohe Anschlussfähigkeit zu Angeboten und Strukturmaßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention haben. Diese Annahme hat sich als richtig und wirkungsvoll erwiesen.

Wir freuen uns, Teil dieser Entwicklung zu sein. Als größter Gesundheitsversorger in Niedersachsen ist es uns ein wichtiges Anliegen, lebenswerte und gesunde Wohnquartiere aktiv mitzugestalten.

Wir haben in den vergangenen viereinhalb Jahren viele engagierte Menschen von der ersten Idee bis hin zu förderfähigen Projekten begleitet und freuen uns auf viele weitere.

Sandra Kuwatsch

Mitglied des Vorstands

AOK - Die Gesundheitskasse für Niedersachsen

Sandra Kuwatsch Mitglied des Vorstands AOK – Die Gesundheitskasse für Niedersachsen





Vorwort

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

Gesundheitsförderung auf Quartiersebene wird zunehmend zentraler. Im Setting Quartier können die Menschen in ihrer Lebenswelt erreicht und bereits bestehende Angebote, Strukturen und Netzwerkpartner:innen berücksichtigt werden.

Der gesellschaftliche Zusammenhalt stellt dabei eine wichtige Ressource dar. Um Zusammenhalt und Gemeinschaft zu gestalten, braucht es Rahmenbedingungen und Angebote, die die Menschen stark machen, resilienzfördernd wirken und damit auch die Gesundheit fördern. Die Ziele und Strategien der Gesundheitsförderung und der Gemeinwesenarbeit beziehungsweise des Quartiersmanagements gehen an dieser Stelle Hand in Hand.

In Kooperation mit der AOK Niedersachsen möchten wir Quartiersakteur:innen dabei unterstützen, Prozesse anzustoßen, die das Setting Quartier gesundheitsförderlich gestalten. Die vielfältigen Projektbeispiele aus den bislang geförderten Quartieren zeigen, dass durch eine niedrigschwellige Arbeitsweise, die Schaffung von Beteiligungsmöglichkeiten und dem Aufbau von ineinandergreifenden Netzwerkstrukturen es gelingen kann, die Gesundheit von Anwohner:innen und damit auch teils vulnerablen Personengruppen zu fördern.

Wir danken der AOK Niedersachsen für die Programmförderung sowie für die vertrauensvolle und stets konstruktive Zusammenarbeit. Darüber hinaus bedanken wir uns auch bei allen geförderten und mitwirkenden Quartieren für ihr Engagement bei der Entwicklung und Umsetzung von Gesundheitsförderungsprojekten. Wir hoffen, dass diese Broschüre anderen Quartiersakteur:innen und Gesundheitsförder:innen wertvolle Impulse für die eigene Praxis liefern kann und die dargestellten Projektansätze aus den Quartieren weitere Verbreitung finden.

Thomas Altgeld

Geschäftsführung

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachen Bremen e. V.

Thomas Altgeld
Geschäftsführung
Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für
Sozialmedizin Niedersachen Bremen e. V.





Impressum

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

Schillerstraße 32 30159 Hannover

Tel.: 0511 / 388 11 89 - 0

E-Mail: info@gesundheit-nds-hb.de
Internet: www.gesundheit-nds-hb.de

REDAKTION

Britta Kenter und Sabrina Weitemeier Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS)

GESTALTUNG

Tamara Nuñez Cuquejo Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

BILDNACHWEIS

Die Bilder wurden von den geförderten Einrichtungen zur Verfügung gestellt.

STAND

März 2025

Inhaltsverzeichnis

```
Vorwort
Gesundheit im Quartier – Programmvorstellung s. 8
Im Gespräch mit der AOK Niedersachsen s. 12
Im Gespräch mit der LAG Soziale Brennpunkte Niedersachsen e. V. s. 14
Projektsteckbriefe | Geförderte Quartiere stellen sich vor S. 16
   Förderjahr 2021
       Göttingen – Zietenterrassen s. 20
       Hannover - Vahrenheide-Sahlkamp s. 22
       Hannover - Stöcken s. 24
      Hildesheim - Nordstadt s. 26
      Leer - Weststadt s. 28
      Oldenburg - Kennedyviertel s. 30
   Förderjahr 2022
       Braunschweig – Schwarzer Berg S. 34
      Braunschweig - Westliches Ringgebiet s. 36
      Ronnenberg - Empelde s. 38
      Hannover - Oberricklingen-Nordost s. 40
   Förderjahr 2023
       Braunschweig - Schwarzer Berg S. 44
       Hildesheim - Nordstadt S. 46
      Langenhagen – Wiesenau S. 48
      Liebenau - Waldsiedlung s. 50
   Förderjahr 2024
       Garbsen - Auf der Horst S. 54
      Hannover - Kronsberg-Süd s. 56
       Osnabrück - Schinkel s. 58
       Braunschweig - Westliches Ringgebiet s. 60
       Osnabrück - Schinkel II S. 62
```

Programm

Gesundheit im Quartier

Zur Verzahnung von Gesundheitsförderung und Quartiersentwicklung in Niedersachsen



Sabrina Weitemeier Programmkoordination "Gesundheit im Quartier"





Wie sieht ein gesundes Quartier aus?

Im Laufe der Programmlaufzeit wurde diese Frage schon häufig gestellt. Die Antworten darauf sind stets sehr individuell und doch schwingt zwischen den Zeilen immer wieder die Beschreibung eines Ortes mit, an dem die Menschen gerne sind, an dem sie sich sicher und wohl fühlen. Im Rahmen gesundheitsförderlicher Interventionen hat die Sozialraumorientierung genau aus diesem Grund eine besondere Bedeutung. Quartiere als Setting der Gesundheitsförderung bieten die große Chance Menschen dort zu erreichen, wo sie leben, spielen, lernen, arbeiten, konsumieren und in Nachbarschaften eingebunden sind. Wirkung entfalten können Gesundheitsförderungsangebote im Sozialraum zudem, wenn sie die örtlichen Verhältnisse und Rahmenbedingungen, wie beispielsweise Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten, Wohnqualität und Wohnumfeld, berücksichtigen.

Darüber hinaus ist vielfach belegt, dass die soziale Lage Einfluss auf die Gesundheit nimmt. So haben Menschen, die in Quartieren mit Entwicklungsbedarf leben, beispielsweise durch fehlende Erholungs- und Bewegungsmöglichkeiten, Lärm, fehlenden oder weniger guten Nachbarschaftsbeziehungen, ein oftmals erhöhtes Risiko für gesundheitliche Beeinträchtigungen. Aber nicht nur das - auch die Folgen des Klimawandels werden im verdichteten Baubestand mit vielen versiegelten Flächen unmittelbar spürbar und belasten die Gesundheit der Bewohner:innen dieser Quartiere. Diese Aspekte können also bei der Planung von gesundheitsförderlichen Aktivitäten im Quartier nicht vernachlässigt werden. Damit Gesundheitsförderung orientiert am Sozialraum gelingen kann, sollte Gesundheit als Querschnittsthema auch in anderen Bereichen der Daseinsvorsorge mitgedacht und systematisch verankert werden.

Welche Programme fördern bereits die Quartiersentwicklung?

Durch das von Bund und Ländern unterstützte Städtebauförderungprogramm "Sozialer Zusammenhalt – Zusammenleben im Quartier gemeinsam gestalten", welches das Programm Soziale Stadt ab dem Jahr 2020 weiterentwickelt, sollen städtebaulich, wirtschaftlich und sozial benachteiligte sowie strukturschwache Stadtund Ortsteile stabilisiert und aufgewertet werden. Übergeordnete Zielstellung ist es, die Lebenssituation in Wohnquartieren mit Entwicklungsbedarf durch eine integrierte Handlungsstrategie zu verbessern, und einer sozialen, wirtschaftlichen, städtebaulichen, infrastrukturellen und umweltbezogenen Negativentwicklung entgegenzuwirken. Das Programm fördert städtebauliche, investive und in-

vestitionsvorbereitende beziehungsweise -begleitende Maßnahmen zur Unterstützung des Wohnumfelds, der Infrastruktur und der Wohnqualität.¹

Mit der Modellförderung "Gemeinwesenarbeit und Quartiersmanagement in Niedersachsen", gefördert durch das Niedersächsische Ministerium für Wirtschaft, Verkehr, Bauen und Digitalisierung, sollen integrative Handlungsansätze entwickelt werden, in denen die Gemeinwesenarbeit und die Quartiersentwicklung miteinander verknüpft werden mit dem Ziel, die Quartiere, Nachbarschaften und die Gemeinwesenarbeit vor Ort zu stärken.²

¹ Informationen zum Programm "Sozialer Zusammenhalt – Zusammenleben im Quartier gemeinsam gestalten" unter: www.staedtebaufoerderung.info/DE/Programme/SozialerZusammenhalt/sozialerzusammenhalt_node.html

² Informationen zur Modellförderung "Gemeinwesenarbeit und Quartiersmanagement in Niedersachsen" unter: www.gwa-nds.de

Warum braucht es die Verzahnung von Gesundheitsförderung und Quartiersentwicklung?

Die Gesundheitsförderung der Quartiersbevölkerung ist bei den genannten Städtebauförderprogrammen oftmals ein Nebeneffekt, aber nicht immer im Hauptfokus der Bemühungen. Mit dem Programm "Gesundheit im Quartier – Zur Verzahnung von Gesundheitsförderung und Quartiersentwicklung in Niedersachsen" (GiQ) soll Gesundheit stärker in den Fokus der Bemühungen rücken und gezielt mit der Quartiersentwicklung verknüpft werden.

Das Programm "Gesundheit im Quartier" wird seit dem Jahr 2020 durch die AOK Niedersachsen gefördert und durch die Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AFS) koordiniert und begleitet. Die förderfähigen Gesamtausgaben pro Projekt betragen mindestens 5.000 Euro und maximal 30.000 Euro.

Ziele des Programms "Gesundheit im Quartier" Was möchten wir erreichen?

Vorhandene Strukturen

Aufbauend auf den etablierten Strukturen des Städtebauförderprogramms "Sozialer Zusammenhalt – Zusammenleben im Quartier
gemeinsam gestalten" sowie der Strukturen der Modellförderung "Gemeinwesenarbeit und Quartiersmanagement in Niedersachsen" soll
das Programm "Gesundheit im Quartier" dazu beitragen, Quartiersentwicklung und Gesundheitsförderung integriert vor Ort umzusetzen.
Das Handlungsfeld "Gesundheit" soll dabei als Querschnittsthema,
insbesondere in Quartieren mit Entwicklungsbedarf, stärker in den
Fokus rücken. Gesundheitsförderliche Aktivitäten leisten zudem einen
konkreten Beitrag zur Förderung der Gesundheit und tragen somit auch
zu gesundheitlicher Chancengleichheit für die Quartiersbevölkerung bei.

Zusammenarbeit

Eine ressortübergreifende, bedarfs- und bedürfnisorientierte Arbeit im Quartier der lokalen Akteur:innen, Multiplikator:innen und Bewohner:innen sind Gelingensfaktoren für die Umsetzung vor Ort. Einen besonderen Stellenwert nimmt dabei die Partizipation aller Dialoggruppen von der Projektidee bis hin zur Evaluation ein. Gemeinsam werden niedrigschwellige gesundheitsförderliche Interventionen im Quartier geplant und umgesetzt. Die frühestmögliche und beständige Beteiligung aller Dialoggruppen trägt nicht nur zum Gelingen, sondern auch zur Nachhaltigkeit der Aktivitäten bei.

Dort ansetzen, wo der Bedarf am größten ist

Durch die Ausrichtung auf Wohngebiete mit Entwicklungsbedarf ergibt sich die Möglichkeit, vulnerable Bevölkerungsgruppen und Menschen zu erreichen, die sonst kaum Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten finden. Hierdurch entstehen Potenziale für eine stärkere Aktivierung und Beteiligung der Bewohner:innen und damit eine partizipative, niedrigschwellige und nachhaltige Gestaltung von Angeboten und Rahmenbedingungen im Quartier.

→ Zum Förderverfahren



www.gesundheit-nds-hb.de/fileadmin/Projekte/
Gesundheit-im-Quartier-NDS/gesundheit-im-quartier_handreichung.pdf

Im Gespräch mit

Björn Sassenhausen AOK Niedersachsen

Mit welcher Motivation fördert die AOK Niedersachsen das Programm?

Gesundheit wird vor Ort hergestellt und gerade dort, wo ungleiche Gesundheitschancen besonders ausgeprägt sind, ist es aus unserem Verständnis heraus wichtig, dass alle Akteur:innen an einem Strang ziehen. Die städtebaulichen Gegebenheiten und das Vorhandensein eines Quartiersmanagements mit einer gut funktionierenden Gemeinwesenarbeit sind nahezu ideale Voraussetzung, um gesundheitsförderliche Strukturen und Angebote zu entwickeln und im Quartier zu verankern.

Warum ist die Unterstützung des Prozesses der Verzahnung von Quartiersentwicklung und Gesundheitsförderung durch die Krankenkassen so wichtig?

Die gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die darin besteht, gesunde Rahmenbedingungen für alle zu gestalten, gelingt nur unter Einbindung von allen lokalen Ressourcen und Kompetenzen. Wir sehen uns hier als den Teil des Puzzles, der seine Expertise aus dem Bereich Gesundheitsförderung und Prävention einbringt.

EIN GESUNDES QUARTIER WIRD VON DEN MENSCHEN GESTALTET, DIE DORT LEBEN.

Wie sieht für Sie ein "gesundes" Quartier mit gesundheitsförderlichen Strukturen aus?

Ein gesundes Quartier wird von den Menschen gestaltet, die dort leben. Die Angebote orientieren sich an den Bedarfen und Bedürfnissen der Bewohner:innen und werden unter ihrer Beteiligung entwickelt und umgesetzt. Ein gesundes Quartier sorgt dafür, dass die gesunde Wahl zur einfachen Wahl wird. Bei der Mobilität, der Ernährung und bei Angeboten zur Bewegung und zum Stressmanagement.

Was glauben Sie ist die größte Herausforderung für Quartiersakteur:innen Gesundheitsförderung und Quartiersentwicklung zu verzahnen?

Es hilft ungemein, wenn sich die Akteur:innen Zeit nehmen, um sich darüber zu verständigen was ihre jeweiligen Ausrichtungen sind. Also die gemeinschaftliche Auseinandersetzung mit der Frage: Wer kann und will welchen Teil zum Gelingen beitragen?

Hierbei zeigt sich oftmals, dass es Unterschiede in der (Fach-)Sprache gibt. Andere Wörter für das Gleiche oder manchmal auch ein ganz anderes Vokabular. Sich Zeit zu nehmen, die fachliche Welt des anderen zu verstehen, erhöht die Chance am gleichen Strang zu ziehen und dennoch mit seinen jeweils ganz unterschiedlichen Zugängen und Methoden (zusammen-) zu wirken.

Im Rahmen von GiQ greifen bereits viele Quartiere das Querschnittsthema Klimawandel und Gesundheit auf. Welche Entwicklungspotenziale sehen Sie in der Zusammenarbeit zwischen Ihnen als Krankenkasse und den Quartieren hinsichtlich klimatischer Veränderungen?

Zum einen sehen wir, dass insbesondere vulnerable Gruppen von den Effekten des Klimawandels betroffen sind. Ältere Menschen, Menschen mit chronischen Erkrankungen oder lebenslangen Beeinträchtigungen – um einige dieser besonders verletzlichen Personengruppen zu benennen – sind im Fall von Hitzeereignissen, UV- und Luftbelastung besonders exponiert. Hier beeinflussen sich die soziale Lage und die Gesundheitschancen. Klimaschutz ist daher immer auch Gesundheitsschutz. Und Teile des Gesundheitsschutzes, wie etwa eine regionale und saisonale Ernährung oder eine Mobilität, die zu Fuß gehen und Radfahren bevorzugt, haben positive Effekte auf das Klima.



Björn Sassenhausen
Fachreferent Prävention und
Gesundheitsförderung
AOK – Die Gesundheitskasse
für Niedersachsen

Was wünschen Sie sich für die Zukunft? Wo steht das Programm im Jahr 2033?

Das ist eine Frage, die sich schwer beantworten lässt, da wir als Gesetzliche Krankenkasse immer auch im Rahmen von zeitlich befristeter Unterstützung im Sinne einer Hilfe zur Selbsthilfe agieren. In der Pädagogik würde man es wahrscheinlich mit dem Ansatz "Hilf mir es selbst zu tun" beschreiben. Dennoch wünsche ich mir, dass es im Jahr 2033 in ganz Niedersachsen Quartiere gibt, die das Quartiersmanagement, Gemeinwesenarbeit, Prävention und Gesundheitsförderung gemeinsam denken und umsetzen. Ganz selbstverständlich und intuitiv.

Im Gespräch mit

Johanna Klatt Landesarbeitsgemeinschaft Soziale Brennpunkte Niedersachsen e. V.

Was bedeutet für die LAG Soziale Brennpunkte Nds. e. V. Gesundheit im Quartier?

www. gutenachbarschaftnds.de

Ziel einer integrierten Kommunalentwicklung ist es. allen Nachbarschaften und Ouartieren gleichermaßen das gesunde Leben und Aufwachsen zu ermöglichen. Die "gerechte Stadt", wie es die Leipzig Charta als europaweit abgestimmtes Dokument beschreibt, "gewährleistet Chancengleichheit und Umweltgerechtigkeit für alle, unabhängig von Geschlecht, sozioökonomischem Status. Alter und Herkunft." Diesem Ziel haben sich die Bundesrepublik Deutschland und alle Kommunen verschrieben. Gesundheitsförderung ist ein Handlungsfeld integrierter Kommunalentwicklung. Das Quartier ist ein zentraler Faktor für alles, was wir Wohlbefinden nennen. Die Nachbarschaft und mit ihr ein gesundes Lebensumfeld, ist ein wichtiger Resilienzfaktor für seine Bewohner:innen.

Was braucht es aus Sicht der Gemeinwesenarbeit, um Gesundheitsförderung langfristig in der Quartiersentwicklung zu etablieren?

Im Bündnis für Gute Nachbarschaft in ganz Niedersachsen und unter anderem durch die gemeinsame Entwicklung des Programms "Gesundheit im Quartier" arbeiten wir gemeinsam daran, die gesundheitlichen Rahmenbedingungen in den Quartieren in Niedersachsen zu verbessern und funktionierende Ideen zu verbreiten. Die engagierten Bewohner:innen und Fachkräfte in den Ouartieren haben besonders in den letzten Jahren wertvolle Expertise entwickelt, wie sich das Handlungsfeld Gesundheitsförderung vor Ort systematisch unterstützen lässt. Verläuft es eingebettet in eine integrierte Handlungsstrategie der gesamten Kommune, so kann es zum Ziel einer "gerechten Stadt" beitragen und das gesunde Aufwachsen und Leben aller Menschen ermöglichen.

Vor Ort wiederum müssen die vielen Ansätze. in denen Gemeinwesenarbeit aufgebaut und die Gesundheitsförderung darin systematisch vertieft wurde, nachhaltig finanziert und verstetigt werden. Ressourcen, um Menschen in ihrem gesunden Leben und Aufwachsen zu unterstützen, sollten nicht nach einem Gießkannenprinzip über die gesamte Kommune verteilt werden, sondern gezielt dort eingesetzt werden, wo zum Beispiel die größten Integrationsleistungen für die Gesellschaft erbracht werden, wo viele Alleinerziehende leben, wo Lärm- und Verkehrsbelastungen am intensivsten sind oder, wo die soziale Infrastruktur einfach nicht ausreicht. Kurzum: wo die Lebensbedingungen für das Individuum am herausforderndsten sind. Nur so können wir dem Ziel näherkommen, gesunde und sozialgerechte Quartiere für alle zu schaffen.

So kann es gelingen...

Sowohl vor Ort als auch auf der Landesebene gehören GWA und Gesundheitsförderung zusammengedacht und zusammen gefördert. Angesichts der enormen Herausforderungen für das Leben vor Ort (sei es durch die Folgen der Coronapandemie, durch schimmlige Wohnräume oder lärm- und verkehrsbelastete Quartiere) müssen alle Kräfte gebündelt werden. Denn: gesund zu leben und aufzuwachsen ist ein zentrales Interesse von Bewohnerinnen und Bewohnern, es ist meist die Grundlage für Alles andere.



Johanna Klatt
Co-Geschäftsführung
Landesarbeitsgemeinschaft
Soziale Brennpunkte
Niedersachsen e. V.

DAS QUARTIER IST EIN ZENTRALER FAKTOR FÜR ALLES, WAS WIR WOHLBEFINDEN NENNEN.

Projektsteckbric

efe



Förderjahr 2021

GÖTTINGEN – ZIETENTERRASSEN



Quartier

Zietenterrassen

Projekttitel

"Fit im Viertel"

Ansprechperson

Lars Willmann lars.willmann@ sc-hainberg.de

Einwohnerzahlen

8.500 (Zietenterrassen,ca. 45.000 andere7 Quartiere)

Über das Projekt

In Göttingen wird das Quartier Zietenterrassen/Geismar seit 2021 über die NBank im Rahmen von "Gute Nachbarschaft" gefördert. Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität der im Quartier lebenden Menschen. Flankierend wird eine quartiersbezogene Gemeinwesenarbeit zur Förderung des sozialen und nachbarschaftlichen Zusammenhalts und der Integration von Zugewanderten aufgebaut. Durch die Heranführung der Bewohner:innen an Sport- und Bewegungsangebote sowie Informationsangebote zu Gesundheits- und Ernährungsthemen soll Gesundheitsförderung in die Struktur etabliert werden. Gemeinsam mit Quartiersakteur:innen aus sieben anderen Quartieren Göttingens (Leineberg, Leineviertel, Holtenser Berg, Grone, Nördliche Innenstadt, Ebertal, Weststadtzentrum) sowie der Stadt Göttingen hat das Quartiersbüro der Zietenterrassen das Projekt "Fit im Viertel" konzipiert und umgesetzt.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Die acht Quartiere des Projekts haben das Budget für Honorare, Übungsleiter:innen sowie Material und Öffentlichkeitsarbeit gleichmäßig aufgeteilt. Die inhaltliche Umsetzung war jedem Quartier selbst überlassen. Gemeinsamkeiten gab es bei vier Aktionen zu bestimmten Themen. Diese waren "Gesunde Ernährung", "Das Quartier läuft", "Sportabzeichen im Quartier" und "Fit im Viertel". Die Vernetzung mit Akteur:innen zu den Themen Gesundheit, Sport(verein), Fitness (in allen Lebensaltern- und lagen), Ernährung, Bewegung und vielen weiteren Aspekten, sind die Grundlage, um die physische und psychosoziale Gesundheit zu fördern.

Hier ist auch die Brücke zwischen Gemeinwesenarbeit (GWA)/Quartiersarbeit und Gesundheit. Das Eine funktioniert nicht ohne das Andere. Bei der GWA geht es um die Verbesserung der Lebensverhältnisse aller im Quartier lebenden Menschen. Um Empowerment zu fördern, braucht es Lebenskraft, Resilienzen und einige andere Faktoren, die immer einhergehen mit der Gesundheit der Menschen vor Ort. Es benötigt Vernetzung, Angebote, Begegnungsorte und -räume, damit dies gelingen kann.

Praxistipp:

Seid mutig und offen für die Vernetzung mit anderen. Sport und Soziale Arbeit müssen/können/sollen ihre Synergien bündeln, um ihrer gesellschaftlichen Funktion/Verantwortung/Mehrwert nachkommen zu können.

Auf den Punkt gebracht:

Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Das Zusammenspiel von Akteur:innen und Bewohner:innen vor Ort, um gemeinsam die physische und psychosoziale Gesundheit durch Bewegung, Sport und Ernährung zu fördern und zu stärken.

HANNOVER – VAHRENHEIDE-SAHLKAMP

Quartier

Sahlkamp und Vahrenheide

Projekttitel

Koordinierungsstelle – Bewegung, Sport und Ernährung in Sahlkamp und Vahrenheide

Ansprechperson

Nadica Paunovic nadica.paunovic@ hannover-stadt.de

Einwohnerzahlen

14.318 (Sahlkamp), 9.912 (Vahrenheide)

Über das Projekt

Unter der Federführung der Gemeinwesenarbeit Sahlkamp und Vahrenheide wurde 2018 mit Beteiligung des Stadtsportbunds Hannover e.V., der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und der Landeshauptstadt Hannover Fachbereich Sport, Bäder und Eventmanagement die Arbeitsgemeinschaft Bewegung, Sport und Ernährung Sahlkamp-Vahrenheide ins Leben gerufen. Das Projekt soll dazu beitragen die Themen Bewegung, Sport und Ernährung durch aufsuchende Arbeit bei den Bewohner:innen und Einrichtungen in den Stadtteilen zu verankern.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Quartiersübergreifend wurde eine Projektstelle eingerichtet, die als Anlaufstelle für die Themen Bewegung, Sport und Ernährung agiert. Sie ist verantwortlich für Koordination vorhandener und neuer Angebote, Netzwerkarbeit und Aufbau von Kooperationen mit Stadtteileinrichtungen, Bedarfserhebungen, Planung und Durchführung von Veranstaltungen, Begleitung und Vermittlung von Übungsleiter:innen und Bewegungslots:innen sowie für das Thema Evaluation. Die Koordinierungsstelle hat sich zum Ziel gesetzt über unterschiedliche Maßnahmen bewegungsferne Gruppen durch niedrigschwellige Zugänge zu erreichen. Dabei konnte unter anderem ein Spiel- und Sportfest Sahlkamp und Vahrenheide sowie ein Fußball-Camp für Kinder und Jugendliche und zwei Mal die Sport-Safari (frühkindliche Bewegungsförderung) mit der Beteiligung von Kindertagesstätten durchgeführt werden. Durch eine Kooperation mit der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) konnten neun Ernährungsberater:innen für Angebote im Bereich Ernährung in den Einrichtungen der Stadtteile gewonnen werden. Auch vier Kinder- und Jugendeinrichtungen haben das Angebot der Ernährungsberatung angenommen.

Im Oktober 2023 wurden drei Gesundheitstage in Sahlkamp für Kinder und ihre Familien, Jugendliche und Erwachsene sowie für Senior:innen umgesetzt. Dabei konnten die Themen Bewegung, Sport und Ernährung ganzheitlich behandelt werden. Insgesamt konnten über die Gesundheitstage ca. 800 Personen im Quartier erreicht werden.

Die Koordinierungsstelle hat im Rahmen der Projektlaufzeit eine sehr erfolgreiche Arbeit in den Handlungsfeldern "Steigerung der Bewegungsaktivität", Kompetenzvermittlung in den Bereichen "Bewegung und Ernährung" und auf der Ebene der Netzwerkarbeit geleistet. Die Teilhabe der im Sport unterrepräsentierten Gruppen ist mit dem Ausbau von bestehenden Angeboten und der Initiierung von neuen Formaten gelungen und soll verstetigt werden. Die Koordinierungsstelle ist aus der Erkenntnis heraus entstanden, dass die bestehenden Strukturen der Gemeinwesenarbeit die Koordination von Bewegung, Sport und Ernährung nicht leisten können. An dieser Ausgangssituation hat es keine grundlegende Veränderung gegeben: es besteht weiterhin der Bedarf an einer koordinierenden und aufsuchenden Stelle. Die Initiatoren des Modellprojektes, die Fachbereiche Soziales sowie Sport, Bäder und Eventmanagement, sehen diesen Bedarf auch in weiteren Stadtteilen, so dass eine Übertragung auf weitere Sozialräume mit ähnlichen Herausforderungen angedacht ist.

Praxistipp:

Die Koordinierungsstelle kann einen Beitrag in den Bereichen Bewegung, Sport und Ernährung leisten und ist sich bewusst, dass erst das Zusammenspiel der genannten unterschiedlichen Lebensbereiche eine ganzheitliche Behandlung ermöglicht. Eine bewusste Lebensgestaltung tangiert Bewegung, Sport und gesunde Ernährung. Das Erreichen einer bestimmten Haltung zu diesen Themen ist über Wissensvermittlung und der Schaffung von Begegnung mittels Bewegung und Sport möglich.

Auf den Punkt gebracht:

Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Für viele Menschen spielt sich das Leben im Quartier ab. Das unmittelbare soziale Umfeld ist entscheidend für die Lebensqualität des Einzelnen. Die wirtschaftlichen Ressourcen, Wohnverhältnisse, das soziale Miteinander und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben beeinflussen die Lebensqualität. Das Zusammenspiel von vielen Akteur:innen im Quartier braucht es, um Gesundheitsförderung und Quartiersentwicklung zusammenzubringen.

HANNOVER – STÖCKEN



Quartier

Stöcken

Projekttitel

Gesund in Stöcken²

Ansprechperson

Nanette Klieber stadtteilladen.stoecken@ web.de

Einwohnerzahlen

13.073 (Stand 2022)

Über das Projekt

Ein Teilgebiet des Stadtteils Stöcken wurde 2007 in das Programm Sozialer Zusammenhalt aufgenommen und ein Quartiersmanagement installiert. Bauliche Maßnahmen, wie zum Beispiel der Neubau eines Stadtteilzentrums wurden zur Stärkung der sozialen und kulturellen Infrastruktur im Quartier durchgeführt. Hier ist auch der Stadtteilladen Stöcken als Nachbarschaftstreff mit dem Schwerpunkt Gesundheitsförderung im Quartier angesiedelt. Der Stadtteilladen

Stöcken mit seinem Projekt "Gesund in Stöcken²" bietet vielfältige, niedrigschwellige Angebote, unter anderem zur Bewegungsförderung und Stressbewältigung bis hin zu Angeboten zu gesunder Ernährung sowie weiteren gesundheitsrelevanten Themen. Mittlerweile befindet sich Stöcken als Sanierungsgebiet in der Verstetigungsphase. Viele der geförderten Projekte sind bereits fest im Stadtteil etabliert.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Das Projekt wird fachlich koordiniert von der Leitung des Stadtteilladens Stöcken, die bereits das erste Gesundheitsprojekt "Gesund in Stöcken", welches von 2008 bis 2020 im Stadtteil Stöcken durchgeführt wurde, mit aufgebaut und begleitet hat. Anhand dieser Expertise ist das Projekt gut in bestehende Strukturen eingebettet. Im Rahmen des Projektes "Gesund in Stöcken²" wurden bislang folgende Maßnahmen umgesetzt:

1. Bewegungs- und Stressbewältigungsangebote:

Zumba 1x/Woche, QiGong 1x/Woche, Übungskurs Achtsamkeit und Mitgefühl alle 2 Wochen.

2. Angebote zum Thema Ernährung:

Kochkurs Gesund und lecker in allen Jahreszeiten 1x/ Quartal Kulturdate Gesundheit mit Schwerpunkt auf gesunde Ernährung im Alltag, wie Salate to go, Suppe to go, fermentieren, 1x/ Quartal

3. Beratung zu Gesundheitsthemen:

Antrags- und Formularhilfe unter anderem bei Kurund Reha Anträgen, Erstattung von Krankenkassenleistungen, Unterstützung bei der Online-Suche von Fachärzt:inen, Reha-Einrichtungen und Terminvereinbarungen.

4. Förderung von Nachbarschaft und bürgerschaftlichem Engagement:

Gewinnung neuer Ehrenamtlicher zur Umsetzung der Angebote.

5. Beteiligung und Öffentlichkeitsarbeit:

Die Angebote wurden unter Zuhilfenahme von Teilnehmenden einzelner Angebote, wie auch Akteur:innenen vor Ort, über die sozialen Netzwerke (zum Beispiel Facebook, nebenan.de und WhatsApp-Gruppen) beworben.

Alle Angebote sind sehr niedrigschwellig, ohne Vertragszeiten und ohne hohe Kosten für die Teilnehmenden gestaltet.

Praxistipp:

Um eine gute Inanspruchnahme der Angebote zu generieren, bedarf es vor allem der Öffentlichkeitsarbeit. Diese sollte zielgruppengerecht erfolgen und möglichst breit aufgestellt sein. Eine erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit benötigt Zeit und Know-how. Die Teilnahme an Fortbildungen, zum Beispiel zum Thema social media kann hilfreich sein ebenso die Vernetzung mit anderen Akteur:innen aus dem Stadtteil.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit im Quartier bedeutet für uns, die Menschen vor Ort zu motivieren die eigene Lebenswelt mitzugestalten, um Orte zu schaffen, an denen Gesundheit gelebt wird und das möglichst kostengünstig, bedarfsgerecht und offen für alle.

HILDESHEIM – NORDSTADT





Quartier

Nördliche Nordstadt

Projekttitel

Bewegung.Spiel.Raum

Ansprechpersonen

Frank Auracher frank.auracher@lhhi.de

Monika Kitzmann monika.kitzmann@gmx.de

Einwohnerzahlen

11.200

Über das Quartier

In der Nordstadt leben viele Anwohner:innen in hoher baulicher Verdichtung, der öffentlich nutzbare Raum bietet häufig eine geringe Aufenthaltsqualität. Das Quartier ist sehr divers mit einem hohen Anteil an Kindern, Jugendlichen und Alleinerziehenden. Zudem erfordert die hohe Anzahl an Menschen mit Fluchterfahrung im Verhältnis zu Stadt und Landkreis deutlich mehr integrative Angebote. Mit dem Projekt entsteht in einer verkehrsberuhigten Straße mithilfe partizipativer Gestaltungsprozesse ein neuer öffentlicher Raum für Bewegung und vor allem Begegnungen im Quartier.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Das Thema Gesundheit beschäftigt das Quartier schon seit vielen Jahren und wurde durch die Kooperation mit der ansässigen Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst in Hildesheim (HAWK) begleitet. Innerhalb dieser Kooperation ist beispielsweise ein Leitbild Gesundheit entstanden, welches aktuelle Gesundheitsthemen im Quartier bündelt und Orientierung für Ziele gibt. Ein weiteres Beispiel ist ein Gesundheitswegweiser, der in unterschiedlichen Sprachen vor allem Kontakte von Gesundheitsakteur:innen und Projekten zusammenfasst. Inzwischen ist das Thema Gesundheit in die Gesamtstrategie des Quartiers fest verankert. Dabei werden sowohl verhaltens- als auch verhältnispräventive Maßnahmen

ergriffen, um eine möglichst nachhaltige und effektive Gesundheitsförderung im Quartier zu erzielen. Der Fokus in diesem Projekt liegt bei Eltern des Quartiers (mit ihren Kindern), deren Gesundheitskompetenz durch gesundheitsfördernde Angebote gefördert werden soll und damit indirekt auch einen Einfluss auf die Kinder hat.

an einen gesundheitsfördernden Raum zu ermitteln. Zuzüglich haben Beratungen der Städtebauakteur:innen durch die Ergotherapeutin und Gesundheitsförderin Monika Kitzmann stattgefunden, die sich mit der Gestaltung von öffentlichen Räumen und ihre bewegungs- beziehungsweise gesundheitsfördernde Wirkung auseinandersetzt.

Praxistipp:

Ein Kontakt zu Anwohner:innen, mit denen ein regelmäßiger Austausch gewünscht ist, ist mit viel Beziehungsarbeit verbunden. Hier hat sich für uns die Kooperation mit Institutionen bewährt, die erfolgreiche Angebote etabliert haben, zum Beispiel ein Elterncafé. Außerdem sind die Akteur:innen mit bestehender Beziehung zu den Anwohner:innen Schlüsselpersonen, die den ersten Kontakt erleichtern.

Eine Verzahnung mit der Städtebauförderung "Sozialer Zusammenhalt" ist mit diesem Projekt realisiert worden, sodass ein neuer öffentlicher Raum (hier eine Sackgasse mit vielen Bildungsinstitutionen) auch unter dem Gesundheitsaspekt beleuchtet wird. Hierzu wurden Beteiligungsprozesse mit unterschiedlichen Altersgruppen von Anwohner:innen durchgeführt, um direkte Bedürfnisse und Anforderungen

Mit dem Umbau des Straßenzugs ist ein neues Familienzentrum entstanden, in dem als halböffentlicher Raum neue gesundheitsfördernde Angebote entstehen werden. In diesem Projekt wurden vor allem ein wöchentlicher Bewegungskurs in Kooperation mit einem Elterncafé etabliert, in dem ein enger Austausch über Bedürfnisse und Wünsche für Angebote von Eltern ermittelt und bewegungsfördernde Kompetenzen vermittelt wurden. Auf Basis dieser Ergebnisse wurden neue

und alte (durch die Corona-Pandemie entstand eine Versorgungslücke) Kooperationspartner:innen gewonnen und kontaktiert, die zukünftig die Räumlichkeiten des Familienzentrums "bespielen" werden.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Soziale und vor allem gesundheitliche Ungleichheiten zwischen Anwohner:innen sollten so gering wie möglich sein. Der Zugang zu gesundheitsfördernden Angeboten sollte für alle Anwohner:innen möglich sein und auch unterschiedliche Interessen beziehungsweise Bedürfnisse abdecken. Hier sind zum Beispiel die Ergebnisse der Schuleingangsuntersuchungen besorgniserregend, weshalb insbesondere präventiv mit Kindern und deren Eltern gearbeitet werden muss.

LEER - WESTSTADT





Quartier

Weststadt

Projekttitel

Weststadt-Buddy – Gem(einsam) aktiv

Ansprechpersonen

Maren Struckmann

Ulrike Beckmann gwa-weststadt@leer.de

Einwohnerzahlen

3.250

Über das Projekt

Die Weststadt in Leer ist sehr heterogen und geprägt durch ein hohes gesellschaftliches Ungleichgewicht. Neben Einfamilienhäusern mit gepflegten Gärten finden sich andererseits Wohnblocks mit verwahrlosten Außenflächen. Im Quartier leben überdurchschnittlich viele Kinder, Ältere und Menschen mit Migrationsgeschichte. Das Konfliktpotential dort ist hoch und fördert gerade bei älteren Menschen Ängste. Das Projekt widmet sich den Themen Einsamkeit, Aktivierung und Beteiligung von isolierten und immobilen Anwohner:innen im Quartier.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Vorbereitend fanden seit Juli 2021 regelmäßige Sitzungen der Projektgruppe, bestehend aus hauptsächlich den Mitarbeiter:innen der Gemeinwesenarbeit und der Gesundheitsregion, statt. Es entstand gemeinsam eine Projektidee mit dem Ziel, von Einsamkeit betroffene Menschen im Quartier zu aktivieren und sie zu motivieren, die Angebote des Stadtteils für sich zu entdecken und mitzugestalten, um so (wieder) mehr Zugang zu gesellschaftlichem Leben zu haben. Im Oktober und November 2021 gab es eine Erwartungsabfrage bei potenziellen Nutzer:innen in der Bewohnerschaft, die sehr positiv ausfiel.

Ab Anfang 2022 wurden Plakate und Flyer mit Unterstützung des örtlichen Wohnungsbauträgers verteilt. Parallel wurde Öffentlichkeitsarbeit in sozialen Medien, Zeitungen, verschiedenen Stadtteil-Newslettern und Aushängen betrieben. Außerdem startete die Suche von Buddys und Nutzer:innen mithilfe persönlicher Gespräche und Netzwerkarbeit durch die Gemeinwesenarbeit. Anschließend folgte die

Auswahl der Buddys und erster Nutzer:innen innerhalb eines Erstgesprächs mit der Gemeinwesenarbeit, in dem ein individuelles Profil erstellt und die Zusammenarbeit in einer schriftlichen Vereinbarung festgehalten wurde. Im April 2022 fand die Schulung der Weststadt-Buddys, bestehend aus fünf Modulen (22,5 Std.) statt. Insgesamt wurden acht Anwohner:innen als Buddys ausgebildet. Dafür wurden sie in den Themen "Rechtliche Aspekte", "Folgen & Ursachen von Isolation", "Aktivierung und Bewegung", "Erste-Hilfe-Kurs" sowie "Stärken der Weststadt" (Sozialraumorientierung) geschult. Ab Mai 2022 konnten dann die ersten Buddys "ihre" Nutzer:innen kennenlernen. Ab Juni begannen die Hausbesuche - vier Buddys haben in den ersten Monaten Nutzer:innen gefunden. Bei zwei Buddys haben die Besuche aus verschiedenen Gründen nach einigen Monaten wieder aufgehört. Bei zwei Buddys finden die Besuche bis heute (Oktober 2023) nahezu wöchentlich statt und sind zur Zufriedenheit beider Seiten in deren Alltag fest integriert.

Praxistipp:

Sich nicht entmutigen lassen und Geduld aufbringen. Trotz vorheriger Interessensabfragen können Projekte Zeit brauchen, um anzulaufen und manchmal "scheitern" sie entgegen allen Erwartungen. Es ergibt sich immer ein unersetzlicher Erfahrungsgewinn, welcher in neue Ideen und Umsetzungen gesteckt werden kann. Wichtig ist, dass diese Dinge klar mit den Ehrenamtlichen kommuniziert werden, damit diese nicht enttäuscht sind. Für uns als Hauptamtliche ist das oft schon schwierig, daher muss es für die Menschen, die das in ihrer Freizeit machen, immer einen Mehrwert geben – und wenn's nur heißt "hat Spaß gemacht, ich komm jetzt öfter her".

Regelmäßige Austauschtreffen der Buddys unter Begleitung der Gemeinwesenarbeit finden ebenfalls bis heute statt. Einige der "nicht beschäftigten" Buddys haben sich in der Zwischenzeit andere ehrenamtliche Tätigkeiten gesucht. Ein Buddy hat beispielsweise einen Handarbeitskreis im "Haus Hermann" gestartet, andere bringen sich auf Festen oder im Nachbarschaftscafé ein. Insgesamt ist durch die wenigen Nutzer:innen die Gesundheitsförderung durch die Buddys leider kein fester umfangreicher Teil von der Gemeinwesenarbeit vor Ort geworden. Für die beiden Nutzer:innen, die noch Teil des Projektes sind, gab es aber individuelle gesundheitliche Erfolge. Sie leben weniger isoliert und haben damit persönliche Ziele erreicht.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Das Wohlbefinden von Anwohner:innen nachhaltig zu verbessern und Strukturen zu schaffen, dass sie sich selbst helfen können. Das braucht Zeit!

OLDENBURG – KENNEDYVIERTEL



Quartier

Bloherfelde – Kennedyviertel

Projekttitel

Neighbourhood Health – Nachbarschaft und Gesundheit

Ansprechperson

Björn Gabriel-Jürgens bjoern.gabriel-juergens@ stadt-oldenburg.de

Einwohnerzahlen

7.300

Über das Projekt

Das Kennedyviertel wurde von 2016 - 2019 durch das Soziale Stadt-Programm gefördert und verfügt seither über gute Netzwerkstrukturen. Zudem arbeitet die Stadt Oldenburg am Ausbau einer Präventionskette. Im Quartier leben besonders viele von Armut betroffene Familien. Das Projekt adressiert insbesondere Frauen mit Migrationsgeschichte und ihre Familien. Durch individuelle Beratung sowie weitere Angebote soll die Gesundheitskompetenz der Dialoggruppen gestärkt und vorhandene Angebote transparent und zugänglich gemacht werden.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Das Angebot "Neighbourhood Health – Nachbarschaft und Gesundheit" arbeitet vernetzt mit der Präventionskette im Stadtgebiet West sowie mit vielen weiteren Akteur:innen (Gesundheitsamt, Stadtsportbund etc.) zusammen. Die Bewohner:innen sollen durch Einzelgespräche und individuelle Beratungen in ihrer Gesundheitskompetenz befähigt

werden und vorhandene Angebotsstrukturen zu nutzen. Schnell wurde deutlich, dass als zusätzlicher Effekt eine ganzheitliche inklusive Umsetzung erfolgte. Die Dialoggruppe der im Stadtteil lebenden Menschen konnte erreicht werden. Einmal wöchentlich wurde das Angebot in der Gemeinwesenarbeit Bloherfelde umgesetzt. Weitere Gemeinwesenarbeiten haben einen Bedarf angemeldet. Für die Implementierungsphase war der Einbezug der bestehenden Netzwerke und Stakeholder besonders wichtig.

Die Anbindung an die Gemeinwesenarbeit Bloherfelde war zielführend und die Einbindung in bereits bestehende Angebote zur gesundheitlichen Förderung passte gut. Eine Angebotslücke konnte geschlossen werden. Das Angebot wird mindestens bis Ende 2023 fortgesetzt. Zurzeit wird die Weiterfinanzierung im Jahr 2024 anvisiert. Darüber hinaus können die Erfahrungen aus der Angebotsphase zur Umsetzung der vom Gesundheitsministerium geplanten "Gesundheitskioske" beitragen.

Die Einzelkontakte zur Beratung wurden zu ca. 65 Prozent von Frauen und ca. 35 Prozent von Männern genutzt. Die ratsuchenden Menschen haben das Angebot zum Teil mehrmalig genutzt. Darüber hinaus fanden sechs themenbezogene Veranstaltungen mit einem Input und

dem gemeinsamen Austausch (Ernährungsberatung, Kopfschmerzen/ Migräne, Rückenschmerzen sowie Vorsorgeund Patientenvollmacht) statt. Für Familien mit Säuglingen und Kleinkindern wurden regelmäßig in Kooperation
mit den "Cafés mit Kinderwagen" Erste-Hilfe-Kurse umgesetzt. Gesundheitsthemen konnten zusätzlich fünfmal
in Frauengruppen und dem "Runden Tisch Bloherfelde"
eingebracht werden. Darüber hinaus wurden Arzttermine
für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte gemeinsam
mit der Integrationssozialarbeit auf den Weg gebracht.
Wöchentlich fand ein Austausch mit den Fachkräften aus
der Gemeinwesenarbeit statt. Das Angebot wurde zusätzlich auch auf dem jährlichen Stadtteilfest vertreten.

Praxistipp:

Die durchführende Fachkraft sollte Kenntnis über das Quartier haben und wie man die Dialoggruppe erreichen kann. Netzwerkpartner:innen sollten bereits zu Beginn unterstützen und über das Angebot informiert sein, um eine schnelle und niedrigschwellige Überleitung zu gewährleisten. Dies gilt sowohl bei der Überleitung zum Angebot, als auch bei der Überleitung vom Angebot an andere Netzwerkpartner:innen.

Auf den Punkt gebracht:

Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Es bedeutet für uns niedrigschwellig und nah an den Menschen ein Angebot zu bieten, dass die Lebensqualität nachhaltig verbessert. Es soll "Brücken" zum Gesundheitssystem bauen, Menschen dabei unterstützen sich besser in ihrem Quartier zu vernetzen und Hilfe zur Selbsthilfe schaffen.

Förderjahr 2022

BRAUNSCHWEIG – SCHWARZER BERG



Quartier

Schwarzer Berg

Projekttitel

Quartier: GARTEN

Ansprechperson

Vivien Wiens vivien@quartierplusbraunschweig.de

Einwohnerzahlen

ca. 4.699

Über das Quartier

Der Schwarze Berg im Norden Braunschweigs ist ein durch unterschiedlichste Bautypologien geprägtes Quartier von Einfamilienhäusern mit Seeblick bis hin zu Wohnblocks an den Bahnschienen. Die situative Trennung der Wohntypologien führt auch zu einer sozialen Trennung. Mit dem Projekt

werden alle Anwohner:innen angesprochen, um den Austausch zwischen unterschiedlichen sozialen sowie kulturellen Herkünften zu fördern, die Gemeinschaft im Quartier sowie Klima- und Ernährungskompetenzen zu stärken.



Wie wird das Projekt umgesetzt?

Wir haben mit dem Nachbarschaftsgarten einen frei zugänglichen Ort im Quartier geschaffen, der durch die Anwohner:innen selbst gestaltet wurde und eine individuelle Aufenthaltsqualität aufweist. Menschen, die sich regelmäßig am Gärtnern beteiligen, kommen über den Ort mit Stadtteilbesucher:innen in den Austausch. Auch andere Anwohner:innen lernen sich über eine Begegnung am Ouartier: GARTEN und den damit verbundenen Kultur- und Bildungsaktionen kennen. Durch das breite Altersspektrum und den verschiedenen Wohnsituationen der interessierten Bürger:innen gibt es unterschiedlichste Bedürfnisse, die unter einen Hut gebracht werden sollen. Die Menschen lernen bei uns andere Perspektiven und Sichtweisen kennen, miteinander zu handeln, zu kommunizieren, Konflikte zu lösen und als Teil einer Gemeinschaft das Quartier zu gestalten. Durch ein breites Netzwerk wird je nach Bedarf neuer Input für den Quartier:GARTEN geboten. Die Ressourcen im Stadtteil werden über den Ort miteinander verknüpft und geteilt. Wir wollen Verbindungen und Austausch zwischen den Menschen und den Institutionen im Ouartier herstellen.

Wir machen die klimatischen und gesundheitlichen Notstände unserer Gesellschaft durch vor Ort angepasste Aktionen sichtbar und gehen so in den Dialog. Wir stärken mit der Sichtbarkeit der Menschen die Identität des Stadtteils und ermutigen sie sich gesellschaftlich einzubringen. Das heißt, wir thematisieren Stadtgrün und Gesundheit in verschiedenen Austauschformaten auf Augenhöhe zwischen Stadtverwaltung, Politik, Wissenschaft sowie Zivilgesellschaft. Werkzeuge und Anreizsysteme werden aufgezeigt, damit die Bürger:innen selbstständig handeln können.

Praxistipp:

Wir sehen die Macht der Vielen und die kollektive Intelligenz als Schlüssel für eine kooperative und gemeinwohlorientierte Stadtentwicklung. Miteinander im Quartier gegen die Herausforderungen der Zukunft. Wir können die komplexen Themen unserer Zeit nicht allein lösen und sind aufeinander angewiesen. Deshalb der Aufruf zu teilen und zu tauschen, Instand zu halten und zu reparieren, zu kommunizieren, zu fragen und zu informieren.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit im Quartier ist für uns die aufregende, inspirierende und essenzielle Arbeit an der Basis im Transformationsprozess zur gesunden Stadt der Zukunft.

BRAUNSCHWEIG – WESTLICHES RINGGEBIET

Quartier

Westliches Ringgebiet

Projekttitel

Sport und Bewegung für Kinder des Westlichen Ringgebietes (6 – 10 Jahre) – mit den Löwenkickers

Ansprechpersonen

Helga Rake rake.plankontor@ t-online.de

Jarste Holzrichter stadtteilbuero@ plankontor-bs.de

Projektleitend für die Bewegungsförderung: Torsten Sümnich und Lars Grosser (Löwenkickers)

Einwohnerzahlen

ca. 12.000



Über das Quartier

Das Westliche Ringgebiet in Braunschweig ist ein gründerzeitliches, ehemaliges Industrie- und Arbeiterviertel. Relativ viele Eltern hier sind alleinerziehend. Etwa 25 Prozent der Kinder und Jugendlichen beziehen Leistungen nach SGB II. Das Westliche Ringgebiet wird durch das Bundesprogramm Sozialer Zusammenhalt gefördert. Ziele im teilweise sehr dicht bebauten Quartier sind unter anderem die Verbesserung der Grün- und Freiräume sowie der sozialen Infrastruktur. Gemeinsam mit der Gesundheitsregion Braunschweig wird durch das Quartiersmanagement plankontor S+G im Westlichen Ringgebiet in Kooperation mit den "Löwenkickers", die eng mit dem Sportverein Rot-Weiß vernetzt sind, ein bewegungsförderndes spielerisch-sportliches Projekt auf Spielplätzen für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren angeboten.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Dialoggruppe sind Schulkinder von 6 bis 10 Jahren. Von Februar bis einschließlich November 2023 wurde monatlich wechselnd auf vier unterschiedlichen Spielplätzen im Stadtteil an drei Nachmittagen in der Woche ein vielseitiges Bewegungsprogramm durch

qualifizierte Sportpädagogen angeboten. Dabei wurden die jeweiligen Gegebenheiten vor Ort genutzt und auf die Wünsche und Möglichkeiten der anwesenden Kinder eingegangen. Häufig waren dies kleine Parcours, Versteckund Fangen-Spiele oder Aktivitäten mit Bällen. Durchgeführt wurde das Angebot durch die Löwenkickers, die durch ihre Arbeit in Kitas und Grundschulen und der Vernetzung mit dem Sportverein VfB Rot-Weiß vielen Kindern und Eltern im Stadtteil bekannt sind und dadurch viel Sympathie und Vertrauen genießen. Die Übungsleiter schulten und ermutigten behutsam durch sportliche und spielerische Bewegung die räumliche Wahrnehmung, die Koordinationsfähigkeit und den Gleichgewichtsinn der Kinder. Ihnen wurden vielfältige Anregungen gegeben, neue Möglichkeiten auf den Spielplätzen zu entdecken, neue (Spiel)Orte im Stadtteil kennenzulernen und ihrem Bewegungsdrang dort und an anderen Orten freien Lauf zu lassen.

Ein Teil der genutzten Plätze liegt in unmittelbarer Nähe von Kitas und Einrichtungen, so dass Kinder nachmittags teilweise schon vor Ort waren. Die Spiel-Wiese am Madamenweg ist der größte und meistgenutzte Platz im Quartier, der auch von Kindern sehr unterschiedlicher Altersgruppen frequentiert wird. Hier fand das Angebot insgesamt vier Monate statt, an den anderen Orten jeweils für zwei Monate. Beworben wurde es durch Banner und Plakate direkt auf den Plätzen, in Kitas und Schulen sowie monatlich in der Stadtteilzeitung.

Die Spielplätze sind mit Mitteln der Sozialen Stadt (heute: Sozialer Zusammenhalt) und Sanierung entstanden, wobei Kinder schon während der Planung in "Kinderwerkstätten" ihre Ideen eingebracht haben.

Praxistipp:

Als reines Outdoor-Angebot war das Projekt abhängig von Witterung und Jahreszeit. Während in den Frühlings-, Sommermonaten und trockenen Herbsttagen stets viele Kinder mit Freude und Ausdauer dabei waren, war in den dunklen und nasskalten Monaten die Resonanz geringer. Bei Starkregen und Sturm musste abgebrochen werden. Deshalb wird bei einer Fortführung in der Wintersaison teilweise ein Umzug in die Halle geplant. Leichter zu erreichen sind die jüngeren Kinder, die noch von Eltern auf die Spielplätze begleitet wurden. Wichtig erscheint uns, dass die Übungsleiter:innen nicht wechseln, damit Vertrauen aufgebaut wird.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Förderung von sozialer Gerechtigkeit durch die Möglichkeit, ein offenes und niedrigschwelliges Angebot auch über einen längeren Zeitraum im Quartier durchführen zu können. So werden auch die Kinder und Familien erreicht, deren Aktionsradius sich aufgrund ihrer Situation (Zugang zu Informationen, finanzielle Ressourcen, Mobilität, kultureller Hintergrund etc.) zumeist auf die unmittelbare Nachbarschaft beschränkt.

RONNENBERG – EMPELDE

Quartier

Empelde

Projekttitel

Runter vom Sofa! – Gemeinsam bewegen in Empelde

Ansprechpersonen

Claudia Koch koch@ksg-hannover.de

Anna-Marie Eichhorn eichhorn@ksg-hannover.de

Einwohnerzahlen 12.044





Über das Quartier

Empelde ist ein Quartier in der Stadt Ronnenberg, die unmittelbar durch urbane Verdichtung mit der Landeshauptstadt Hannover verbunden ist. Das Quartier ist geprägt durch eine unterdurchschnittliche Wohnfläche pro Kopf sowie unterdurchschnittlichen Einkünften pro Steuerpflichtigen bei gleichzeitig hohen Anteilen von Menschen mit ausländischer Staatsangehörigkeit sowie Menschen in prekären Lebenssituationen. Mit dem Projekt sollen gemeinsam mit den Bewohner:innen des Quartiers Angebote zur Bewegung geschaffen werden, die durch Aktivierung Ehrenamtlicher im Quartier nachhaltig verankert werden können.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Bei "Runter vom Sofa!" gibt es verschiedene Angebote: "Rauf auf den Spielplatz", "Power-Walking" und eine Spaziergang-Gruppe. Außerdem gab es – quasi als Auftakt einer Reihe – "Hullern im Quartierstreff".

"Rauf auf den Spielplatz" findet jeden Dienstagnachmittag auf dem Spielplatz am Ententeich in der Nähe des Quartierstreffs statt. Ehrenamtliche sind mit einem Bollerwagen voller Spiel- und Bewegungsmaterial vor Ort und spielen mit den Kindern. Dabei versuchen sie

auch Erwachsene einzubeziehen. In der Winterzeit laden wir die Kinder im selben Zeitfenster zur "Innen-Spielzeit" in den Quartierstreff ein. Wenn das Wetter es zulässt, soll dabei auch draußen gespielt werden. Die Kinder können sich an dem Spielmaterial selbst bedienen, teilweise animieren die ehrenamtlich aktiven Bewegungspat:innen die Kinder durch direkte Ansprache oder indem sie besonderes Spielmaterial anbieten. Im Vordergrund steht der Spaß an Bewegung.

"Hullern im Quartierstreff" war ein einmaliger Workshop, durchgeführt von einer Trainerin des TuS Empelde. Viele Menschen haben Fitnessgeräte im Keller stehen, mit denen sie jedoch nicht zurechtkommen, beziehungsweise die sie mal ausprobieren wollen. In diesem Workshop konnten die Teilnehmenden den Hula-Hoop-Reifen ausprobieren. Die Idee "Fitnessgeräte kennenlernen" wird in lockerer Reihenfolge weitergeführt. Die Teilnehmenden werden dabei

Praxistipp:

Neue Angebote brauchen Zeit und Geduld, bis sie sich etabliert haben. Bei aufsuchender Arbeit ist es zudem wichtig, immer zur selben Zeit am selben Ort zu sein. Verschiedene Medien sollten für die Werbung genutzt werden. Darüber hinaus ist es auch sinnvoll die Menschen direkt auf persönlichem Wege anzusprechen, um auf Angebote aufmerksam zu machen. Nicht zuletzt ist es wichtig, Kooperationspartner:innen und Organisationen vor Ort (Familienzentrum, KiTas, Grundschule) bei der Werbung einzubeziehen.

langsam an das jeweilige Fitnessgerät herangeführt, so dass sie Erfolgserlebnisse haben. Dazu gehören auch lockere Dehnungs- und Bewegungsübungen, die auf einer allgemeinen Ebene die Beweglichkeit fördern.

Alle Angebote sind niedrigschwellig angelegt und bringen Gesundheitsförderung auf leichte Weise zu den Menschen. Sie sind fester Bestandteil des Programms im Quartierstreff Empelde und erreichen Menschen, die bisher noch nicht in den Quartierstreff kommen.

Die beiden Angebote "Power-Walking" und die Spaziergang-Gruppe richten sich an Erwachsene. Die Walking-Gruppe ist sportlich-flott unterwegs, die Spaziergang-Gruppe geht in gemächlichem Tempo, so dass auch Menschen mit Rollator gut teilnehmen können. Beide Gruppen laufen in den Grünflächen in Empelde beziehungsweise in der Feldmark und werden von Ehrenamtlichen begleitet.

Die Angebote werden durch ehrenamtlich engagierte Menschen geplant und durchgeführt. Das Quartiersmanagement steht unterstützend zur Seite.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesunde Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden sind Grundbedürfnisse aller Menschen. Wichtig sind ein niedrigschwelliger und barrierefreier Zugang sowie unterschiedliche Angebote, um viele Menschen mit unterschiedlichen Bedarfen und Bedürfnissen zu erreichen. Gesundheit im Quartier bedeutet auch soziales Miteinander, Interaktion, Freunde haben, Erlebnisse schaffen – also ein positives Lebensgefühl!

HANNOVER – OBERRICKLINGEN-NORDOST

Quartier

Oberricklingen Nordost

Projekttitel

Fit und Gesund in Oberricklingen

Ansprechperson

Nancy Kawina kawina@drk-hannover.de

Einwohnerzahlen

3.056





Über das Quartier

Das Sanierungsgebiet Oberricklingen-Nordost steht für Integrationsanforderungen und -leistungen. 2017 wurde es in das Programm "Sozialer Zusammenhalt" aufgenommen. Im Quartier leben viele von Armut be-

Die drei Projektsäulen:

- · Gesundheits(verweis)beratung
- Planung & Durchführung der Gesundheitstage für alle Dialoggruppen
- Bedarfsermittlung und Installation von Angeboten im Quartier/ Einrichtungen

troffene Familien, zum größten Teil mit Migrationsgeschichte. Im Rahmen des Projekts werden die Bedarfe der unterschiedlichen Dialoggruppen erhoben. Die Projektkoordinatorin organisiert und vernetzt zudem Angebote sowie Akteur:innen und Institutionen im Quartier für eine langfristige und nachhaltige Zusammenarbeit.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Durch eine Mitarbeiterin des DRK wurde zunächst eine feste Ansprechpartnerin für die Bewohner:innen gewonnen. Sie koordinierte das Projekt und vernetzte die im Quartier vorhandenen Einrichtungen, in denen sie zusammen mit Akteur:innen und Dialoggruppen gesundheitsbezogene Angebote entwickelte.

Für die Gesundheits(verweis)beratung wurden externe Fachkräfte und Fachstellen themenbezogen in Einrichtungen eingeladen und beantworteten im Rahmen von Vorträgen und Workshops für verschiedene Dialoggruppen Fragen zur Gesundheitsförderung und Prävention. Im Sommer 2023 fanden verschiedene Gesundheitstage für Kinder und Jugendliche, Familien sowie Senior:innen statt, um den unterschiedlichen Bedarfen und Bedürfnissen gerecht zu werden. Hier

wurden mehrere Gesundheitsthemen aufgegriffen, die zum Teil als Bedarfe, Wünsche und Ideen direkt von den Dialoggruppen und/oder durch Multiplikator:innen und Einrichtungsleitungen erhoben wurden.

Auch die Installation von gesundheitsbezogenen Angeboten im Quartier bzw. in den Einrichtungen, basierte auf dialoggruppenspezifischen Bedarfsermittlungen. Darüber hinaus wurde eine Recherche zu Angeboten betrieben, die auch mit geringen Ressourcen für die Einrichtungen im Quartier umsetzbar waren.

Insgesamt war das Thema Nachhaltigkeit von Beginn ein wichtiger Punkt in der Umsetzung des Projekts. Zum einen wurden für die Teilnehmenden partiell wichtige Inhalte verschriftlicht und zur Verfügung gestellt, um neu Erlerntes für sich selbst und die Familie nachhalten zu können. Zum anderen konnten einmalig stattgefundene Angebote, die sehr gut durch die Teilnehmenden angenommen wurden, an anderer Stelle längerfristig installiert werden. Die nach-

haltige Umsetzung des Projekts konnte gelingen, weil die Projektkoordination zum einen persönlichen Kontakt zu allen relevanten Einrichtungen im Quartier gehalten hat, um Angebote sowie Ideen zu unterbreiten und gemeinsam zu planen, aber auch, um realistische Einschätzungen hinsichtlich Umsetzungsressourcen zu ermitteln. Ein weiterer Gelingensfaktor war es, dass auch Bewohner:innen, die aufgrund ihrer Fertigkeiten, Erfahrungen und/oder Ausbildung in das Projekt einbezogen und mit ihnen praxistaugliche Ideen umgesetzt werden konnten.

Das Projekt wurde von Beginn an eng durch das Quartiersmanagement in Oberricklingen begleitet. Wöchentliche Dienstbesprechungen mit der Quartiersmanagerin förderten den Austausch, gemeinsame Planungen und nicht zuletzt auch die gesundheitsförderliche Entwicklung des Ouartiers.

Praxistipp:

Körperliche und mentale Gesundheit beginnt im Kopf. Ein positives Lebensgefühl ist Voraussetzung, offen für das Außen zu sein. Viele Menschen sind gefangen im Alltag, den (Existenz-)Ängsten. Über tägliche Belange hinaus frei zu sein, "noch mehr Zeit" im Außen zu investieren, liegt oft fern. Beworbene Angebote für extrovertierte Personen sind kein Problem, nicht aber für introvertierte Menschen, die Angebote ebenso benötigen. Gibt es dann keine Brückenperson, könnte eine solche Person durch eine spontane sympathische Ansprache, sogar auf der Straße, angesprochen werden. (Qualität statt Quantität)

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Ein gelebtes positives zwischenmenschliches Miteinander und ein positives Zugehörigkeits- sowie Identifikationsgefühl zum Quartier, das von Offenheit füreinander geprägt ist und dadurch viele natürliche Verhaltensweisen nach sich zieht. Ein gesundes und respektvolles Miteinander, die Schaffung einer positiven Atmosphäre, ist die Essenz. Aus ihr folgt eine Leichtigkeit und offene Haltung gegenüber anderen und bringt - auch im sportlichen Miteinander – Freude. Körperliche und mentale "Gesundheit beginnt im Kopf" durch ein positives "Außen".

Förderjahr 2023

BRAUNSCHWEIG – SCHWARZER BERG





Quartier

Schwarzer Berg

Projekttitel

 ${\sf LEBENSMITTEL} punkt$

Ansprechperson

Vivien Wiens vivien@quartierplusbraunschweig.de

Einwohnerzahlen

ca. 4.699

Über das Quartier

Der Schwarze Berg im Norden Braunschweigs ist ein durch unterschiedlichste Bautypologien geprägtes Quartier von Einfamilienhäusern mit Seeblick bis hin zu Wohnblocks an den Bahnschienen. Die situative Trennung der Wohntypologien führt auch zu einer sozialen Trennung. Mit dem Projekt werden alle Anwohner:innen angesprochen, um den Austausch zwischen unterschiedlichen sozialen sowie kulturellen Herkünften zu fördern, die Gemeinschaft im Quartier sowie Klima- und Ernährungskompetenzen zu stärken.

Mit dem Fokus auf Gesundheitsthemen, wie Ernährungssouveränität und ökologischer, klima- und sozialgerechter Nahrungsmittelproduktion sowie -beschaffung im Quartier, werden mit dem Projekt LEBENSMITTELpunkt Strukturen und Angebote geschaffen, die über das lokale Quartiersmanagement vernetzt sind. Mit der Beteiligung am Ernährungsrat Braunschweig und dem Braunschweiger Land versuchen wir im Netzwerk über verschiedenste Ebenen Einfluss auf die Gesundheitsstrukturen in der Stadt und im Stadtteil zu nehmen. Niedrigschwellige Angebote, wie Kochkurse, fördern die sozialen Bindungen und schaffen gleichzeitig ein unterstützendes Umfeld für die teilnehmenden Menschen im Quartier. In diesem Themenfokus entstehen also Programme, Kooperationen und An-

gebote, wie zum Beispiel Kurse, Bildungsangebote und Projektwochen, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Herausforderungen des Schwarzen Bergs zugeschnitten sind. Wichtig im Kontext der Gemeinwesenarbeit ist die Einbeziehung der Bewohner in die Entscheidungsprozesse. Durch Partizipation ermöglichen wir es den Menschen, ihre Bedürfnisse und Anliegen zu äußern und aktiv an der Gestaltung ihrer Umgebung teilzunehmen. Dies schafft ein Gefühl der Zugehörigkeit und Eigenverantwortung, was wiederum die Motivation zur Förderung der eigenen Gesundheit erhöht. Mit kleinen Interventionen im Stadtraum und bei unterschiedlichen Institutionen praktizieren wir eine gesunde Lebensweise und gestalten peu á peu gemeinsam ein gesundes Miteinander im Quartier.

Praxistipp:

Genauso wie beim Quartier:GARTEN setzen wir auch hier auf die kollektive Intelligenz und lokale Kooperationen. Wir möchten Fakten schaffen, Ausgangslagen skizzieren und den Stadtteil beziehungsweise seine Bewohner:innen handlungsfähig machen. Dabei ist es essentiell die Menschen schon in dieser frühen Phase mit auf die Reise zu nehmen und Angebote zu schaffen.

Drei Dinge, die es für ein gesundes Quartier braucht

- 1 Ansprechpartner:innen
- 2. Raum für Austausch
- 3. Langfristige Finanzierungen, das heißt Verlässlichkeit sowie Kontinuität

HILDESHEIM – NORDSTADT



Quartier

Nördliche Nordstadt

Projekttitel

Fit und Gesund im Herzen der Nordstadt

Ansprechpersonen

Monika Kitzmann fitundgesund@lhhi.de

Frank Auracher frank.auracher@lhhi.de

Einwohnerzahlen

ca. 11.200

Über das Quartier

In der Nordstadt leben viele Anwohner:innen in hoher baulicher Verdichtung, der öffentlich nutzbare Raum bietet häufig eine geringe Aufenthaltsqualität. Das Quartier ist sehr divers mit einem hohen Anteil an Kindern, Jugendlichen und Alleinerziehenden. Zudem erfordert die hohe Anzahl an Menschen mit Fluchterfahrung deutlich mehr integrative Angebote. Mit dem Projekt entsteht in einer verkehrsberuhigten Straße mit partizipativen Gestaltungsprozessen ein neuer öffentlicher Raum für Bewegung und Begegnung.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Das Projekt "Fit und Gesund im Herzen der Nordstadt" ist in die Gesamtstrategie des Quartiers der Nordstadt durch die enge Zusammenarbeit mit dem Quartiersmanagement dessen Netzwerk gut eingebunden. Hier werden Ressourcen und Entwicklungen zusammengebracht und dadurch Synergien zwischen Akteur:innen gebündelt.

Es findet eine ständige Zusammenarbeit zum Beispiel mit den Akteur:innen des Städtebauförderungsprojektes "Sozialer Zusammenhalt" sowie der Koordinierungsstelle Sport statt. Die Justus-Jonas-Straße soll voraussichtlich 2026 zu einem gesundheitsfördernden öffentlichen Raum mit Aufenthaltsqualität umgebaut werden. Zusätzlich soll er an die vorherrschenden Klimaentwicklungen und -herausforderungen angepasst werden. Das Projekt kann hier Beratung leisten, welche baulichen Adaptionen dafür förderlich wären. Dabei wird auf den Erfahrungen und geleisteten Beratungen des Projektes Bewegung.Spiel.Raum aufgebaut und weitere Impulse gesetzt.

Durch die Kooperation mit der Koordinierungsstelle Sport und dem durch das geplante Projekt ermöglichten Zugang zu vulnerablen Gruppen in den Bildungseinrichtungen soll der neue (halb-)öffentliche Raum gesundheitsfördernd gestaltet werden, in dem eine dauerhafte Angebotsvielfalt aufgebaut wird. Dabei stehen die Gesundheitsförderung

im (halb-)öffentlichen Raum, die Stärkung der Gesundheitskompetenz und eine Verbesserung der Umweltgerechtigkeit im Fokus. Sowohl durch entsprechende verhältnispräventive Anpassungen, wie die Schaffung einer Angebotsstruktur und -organisation, als auch verhaltenspräventive Angebote, wie Gesundheitskurse oder Vorträge zur Sensibilisierung der Dialoggruppe(n) kommen zum Einsatz.

Um den Zugang zu Gesundheitsförderungsangeboten sowie Gesundheitskompetenzen zu stärken, will das Projekt die neuen Multifunktionsräume des Familienzentrums "Maluki" mit Umgebung nutzen. Dafür soll das Projekt in Kooperation mit dem Familienzentrum vor Ort Eltern mit ihren Kindern bei der Ausgestaltung von Maßnahmen partizipativ einbeziehen, um sowohl Wissensvermittlung als auch praktische Angebote zu ganzheitlichen Gesundheitsthemen anbieten zu können.

Praxistipp:

Die enge und direkte Kooperation mit den Bildungseinrichtungen mit guten Kontakten zur Dialoggruppe hat sich als bewährte Zugangsstrategie im letzten Projekt "Bewegung.Spiel.Raum" bewährt. Daher liegt der Mittelpunkt des aktuellen Projektes im Familienzentrum "Maluki" mit den dort vorhandenen neuen Räumlichkeiten für Bewohner:innen. Die Synergien im Netzwerk werden darüber hinaus gebündelt.

Drei Dinge, die es für ein gesundes Quartier braucht:

- Gesundheit muss ein Teil der Gesamtstrategie sein, da sich Gesundheit als ein übergreifendes Thema mit den unterschiedlichen Komponenten in allen Lebensbereichen und Altersgruppen wiederfindet.
- 2. Die Bedarfe und Bedürfnisse der Bewohnerschaft müssen durch partizipative Ansätze sowohl mit den Dialoggruppen selbst als auch mit den erweiterten Dialoggruppen (Akteur:innen im Quartier) ermittelt werden.
- 3. Darauf aufbauend kann eine niederschwellig erreichbare Angebotsvielfalt etabliert werden.

LANGENHAGEN - WIESENAU





Quartier

Wiesenau

Projekttitel

Spiel und Bewegung inklusiv!

Ansprechpersonen

Claudia Koch koch@ksg-hannover.de

Anette Körner koerner@ksg-hannover.de

Einwohnerzahlen 2.800

Über das Quartier

Das Quartier Wiesenau in der Stadt Langenhagen wird seit 2015 städtebaulich gefördert. Damit einhergehend hat die Attraktivität des Quartiers zugenommen, so dass mittlerweile viele Menschen vor allem Familien nach Wiesenau ziehen möchten. Das Quartiersmanagement bietet durch zahlreiche Beteiligungsmöglichkeiten für Bewohner:innen die Chance, das Quartier mitzugestalten und Bedarfe bei Planungen von Angeboten zu berücksichtigen. Mit dem Projekt "Spiel und Bewegung inklusiv!" soll insbesondere den Folgen der Corona-Pandemie entgegengewirkt und Kindern in Wiesenau durch Aktivierung und Unterstützung Spiel- und Sportangebote auf Spielplätzen im Quartier unterbreitet werden. Inklusiv gedacht – das bedeutet, dass alle Kinder angesprochen werden, unabhängig von sozialen Faktoren, der Herkunft oder ob sie bereits "Sportskanonen" sind oder eher nicht.

Das Projekt wird regelmäßig wöchentlich im Rahmen des Angebotes "Kindernachmittag" am Quartierstreff Wiesenau sowie jeden zweiten Samstag im Monat auf dem Spielplatz Brinker Park angeboten. Das Projekt wird in Kooperation mit der Lebenshilfe Langenhagen – Wedemark und dem auch dort angegliederten Angebot "Mobile aufsuchende Jugendarbeit Langenhagen MAJA" durchgeführt. Damit stehen den Kindern und Jugendlichen eine Vielzahl unterschied-



lichster Bewegungsund Spielangebote zur Verfügung. Fin Fitnessökonom initiiert und begleitet als Honorarkraft die Angebote, bringt sportliche Impulse und kleine Herausforderungen ein. Das Konzept einfach und effektiv: Interessantes Material, das zur Bewegung anregt, wird angeboten und gemeinsam ausprobiert. Häufig sind die Eltern dabei, so dass die gesamte

Familie in Bewegung kommt. Das Angebot hat keinen Wettbewerbs-Charakter und ist nicht orientiert an Leistungen einzelner Personen. Eher steht das "Lust machen" auf Bewegung sowie das gemeinsame Erleben im Vordergrund. Diese Form der niedrigschwelligen Gesundheitsförderung ist somit im Rahmen des Quartiersmanagement in die laufende Angebotsstruktur eingebettet und ein fester Programmpunkt. Die Angebote werden durch ehrenamtlich engagierte Menschen geplant und durchgeführt. Das Quartiersmanagement steht unterstützend zur Seite.

Ein weiteres Projekt "Miteinander gesund leben", gefördert durch das GKV-Bündnis für Gesundheit, implementiert gesundheitsfördernde Angebote durch aufsuchende Gemeinwesenarbeit in ausgesuchten Hausgemeinschaften im Quartier.

Praxistipp:

- Offene inklusive Angebote für Kinder brauchen einen langen Atem.
- Angebote niedrigschwellig halten (kostengünstig, gute Erreichbarkeit, barrierefrei auch in der Sprache).
- Medien für Öffentlichkeitsarbeit nutzen und Angebotsstruktur schaffen, die den Bedarfen und Bedürfnissen der Dialoggruppe(n) entspricht.
- Inhaltliche Auseinandersetzung mit Inklusion vorab und das Angebot effektiv und effizient auch zwischendurch immer mal wieder durchdenken.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesunde Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden sind Grundbedürfnisse aller Menschen. Wir möchten einen niedrigschwelligen und barrierefreien Zugang zu den unterschiedlichsten Angeboten mit diesen Inhalten bieten. Gesundheit im Quartier bedeutet auch soziales Miteinander, Interaktion, Freunde haben, Erlebnisse schaffen – also ein positives Lebensgefühl!

LIEBENAU - WALDSIEDLUNG





Quartier

Waldsiedlung Liebenau

Projekttitel

Permakulturgarten in der Waldsiedlung Liebenau – Gemeinschaftlich gesunde Systeme schaffen

Ansprechperson

Marthe Nietfeld gemeindeentwicklung@ weser-aue.de

Einwohnerzahlen

3.930 (Flecken Liebenau)225 (Waldsiedlung)

Über das Quartier

Die Waldsiedlung in Liebenau ist ein besonders benachteiligtes Gebiet in Ortsrandlage ohne Anbindung an den ÖPNV, die Gebäudestruktur stellt ein geschlossenes homogenes Ensemble dar. Der nächste Supermarkt ist über 1 km entfernt. Der landkreisweit höchste Anteil an sowohl armutsbetroffenen Menschen als auch Menschen mit Migrationsgeschichte führt zu immensen soziokulturellen und sozialen Differenzen. Eine gemeinsame Identität als Nachbarschaft fehlt. Im Rahmen der Landesförderung "Gute Nachbarschaft" wurde eine Anlauf- und Begegnungsstelle eingerichtet. Im Zusammenhang mit neu etablierten Begegnungsformaten entstand aus der Bewohnerschaft heraus der Wunsch nach einem gemeinschaftlichen Gartenprojekt.

Wie wird das Projekt umgesetzt?

Das Gartenprojekt stellt einen ergänzenden Begegnungsraum im Außenbereich dar und dient konzeptionell der Stärkung der Teilnehmenden in den Handlungsfeldern Bewegung, gesunde Ernährung, psychosoziale Gesundheit sowie Förderung von Gesundheitskompetenz und individueller Ressourcen. Die gärtnerische und fachliche Begleitung sowie die Durchführung von Workshop-Modulen durch die Kooperation mit dem in der Nachbarkommune Steyerberg bereits etablierten Permakulturpark (PaLS gGmbH) forciert von Beginn an eine Verselbständigung des Projektes. Die Schaffung von sich selbst tragenden Systemen sind grundlegend in dem Konzept von Permakultur verankert. Die Projektkoordination erfolgt durch das Gemeinwesen und dem Quartiersmanagement der Samtgemeinde Weser-Aue, dessen Mitarbeitende zwei Mal wöchentlich die kommunale Anlaufstelle des Quartiers besetzen.

Im Rahmen der Förderung fanden ab dem Frühjahr 2023 mehrere Aktionstage statt, an denen unter gärtnerischer Anleitung gemeinsam mit der Bewohnerschaft und lokalen Akteur:innen (unter anderem aus Landwirtschaft und Handwerk) die Gartenfläche vorbereitet und angelegt wurde. Zunächst fehlte das Vorstellungsvermögen, "dass auf dem schlechten Boden überhaupt etwas wachsen" könne. Trotz der vermeintlich schlechten Bodenbeschaffenheit ist es jedoch durch die gute Bodenaufbereitung nach permakulturellen Grundlagen gelungen, bereits im Hebst des ersten Jahres eine reichhaltige Ernte zu erzielen. Das Projekt wurde damit für viele Interessierte "greifbarer".

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

- 1. Empowerment, gesunde Kreisläufe, gesundes Miteinander" (Projektkoordination)
- 2. "Lernen, leben, wachsen in Verbindung zu Natur und Mensch (Kontakte)
- 3. "Gesunde Ernährung und Selbstbestimmung" Was pflanzen wir? Womit düngen wir und welche Vitamine und Nährstoffe sind verfügbar? (Teilnehmende)

Die Aktiven treffen sich auch neben den geplanten Aktionstagen und stehen darüber hinaus in engem Kontakt mit dem begleitenden Gärtner, der ihnen bei Fragen stets unterstützend zur Seite steht. In monatlichen Workshops erlangen die Teilnehmenden Wissen und Kompetenzen zu den Prinzipien der Permakultur, sie erfahren, wo und wie Nahrungsmittel angebaut werden und erhalten frische, gesunde und regionale Lebensmittel sowie neue Kontakte. Durch diese Verzahnung von Gemeinwesen und Gesundheitsförderung, welche aus der gesunden Ernährung, der einhergehenden Bewegung an der frischen Luft und der Ausgeglichenheit sowie dem Gefühl, etwas sinnstiftendes erreicht beziehungsweise geschaffen zu haben entsteht, wird das Quartier als Nachbarschaftsgemeinschaft optimal gefördert und gefordert – Unterstützung und Hilfe findet auch fernab des Gartens statt. Gemeinwesenarbeit und Gesundheitsförderung sollen durch dieses Gemeinschaftsempfinden und die neu erworbenen Kompetenzen und Erfahrungen im Quartier verankert werden.

Praxistipp:

Fachliche Begleitung ist das A und O. Es braucht zu Beginn mindestens ein bis zwei Personen mit intrinsischer Motivation beziehungsweise einem grundsätzlichen Interesse am Vorhaben. Die eigentliche Herausforderung besteht dann in der Aktivierung weiterer Menschen. Hier hilft: regelmäßige Öffentlichkeitsarbeit (Presse, Social Media, Präsenz des Projekts bei örtlichen Aktivitäten und Festen), persönliche Gespräche – insgesamt muss das Projekt "greifbar" für alle sein.

Förderjahr 2024

GARBSEN – AUF DER HORST



Quartier

Auf der Horst

Projekttitel

Willkommen bei den Clowns

– Gesund aufwachsen
in Garbsen

Ansprechpersonen

Quartiersprojekt WeltRaum: Leonie Hartweg und Jonas Sakolowski weltraum-quartier@dw-h.de

Stadt Garbsen: Hacer Kirli hacer.kirli@garbsen.de

Einwohnerzahlen

ca. 63.515

Über das Quartier

Garbsen ist die größte Kommune der Region Hannover. Der Stadtteil "Auf der Horst" ist im Vergleich zu den anderen Stadtteilen am dichtesten besiedelt. Viele Menschen hier leben in sozioökonomisch ungünstigeren Verhältnissen, darunter viele kinderreiche Familien. Der Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund und Fluchterfahrung ist besonders hoch. Da hier viele Familien in angespannten Lebenssituationen mit multiplen Problemlagen leben, besteht ein erhöhter Bedarf an entsprechenden Unterstützungsstrukturen. Als Programmgebiet "Sozialer Zusammenhalt" wird das Sanierungsgebiet seit 2006 unter Beteiligung der Bewohnerschaft städtebaulich aufgewertet. Ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsförderung im Quartier ist der neu errichtete Quartierspark mit Spiel- und Bewegungsangeboten für alle Generationen. Mit der Einrichtung und Besetzung der Quartiersentwicklung seit April 2024 ist die Verstetigung der aufgebauten Strukturen gelungen und bietet somit eine Basis für neue Projekte im Quartier.

Sowohl die Clownswohnung als auch unser Büro der Quartiersentwicklung liegen Tür an Tür mit anderen Beratungs- und Unterstützungseinrichtungen. Das hat geholfen, Kontakt aufzunehmen und alle über das Projektvorhaben zu informieren und zu sensibilisieren. Da die Clownswohnung bereits von der Stadt eingerichtet ist, wurde das Format des offenen Angebots für Familien mit Kindern am Nachmittag um den Aspekt der Gesundheitsförderung erweitert, um damit neue Angebote zu schaffen, die nachhaltige Auswirkungen auf die Gesundheit und Wohlbefinden im Quartier lebenden Familien haben.

Unser Projekt ist in zwei Phasen gegliedert, in der ersten Phase werden zurzeit die Kinder und ihre Familien nach ihren Wünschen und Bedürfnissen in Bezug auf Gesundheit und Gesundheitsförderung befragt. Dabei haben wir kindgerechte Fragebögen entwickelt. Die Befragung der Kinder und Eltern werden begleitet, was insgesamt zu mehr Vertrauen und Verständnis bei den Befragten führt.

Über das Netzwerk Frühe Hilfen und als Teil der Präventionskette erhalten wir zusätzlich wertvolle Informationen von fachlicher Seite. So wurde auch hier ein Bedarf an Gesundheitsförderung für Kinder festgestellt, den wir in der Stadtteilarbeit aufgreifen und langfristig verfolgen wollen.

Die Durchführung von niedrigschwelligen Befragungen, Beteiligungsprozessen und ersten gesundheitsfördernden Mitmachangeboten haben uns wichtige Erkenntnisse und Kontakt zu den Bewohnenden gebracht. Mit Begegnungen vor Ort können wir eine Akzeptanz und Bereitschaft zur Teilnahme an gesundheitsfördernden Projekten erreichen. In der zweiten Projektphase wollen wir auf der Basis der Befragungen sowie der Informationen aus den Netzwerken Angebote zum Mitmachen und Ausprobieren anbieten. Wir möchten den Kindern und Familien den Zugang zu verschiedenen gesundheitsfördernden Maßnahmen ermöglichen, die sie niedrigschwellig in ihren Alltag integrieren können. Das Projekt kann zudem dazu beitragen, die neu gestalteten Außenanlagen des Stadtteils in das gesundheitsförderliche Konzept zu integrieren und einen fließenden Übergang von innen nach außen im Sozialraum zu schaffen.

Praxistipp:

- Netzwerke vor Ort frühzeitig über Projekte und Vorhaben informieren und so Synergien nutzen.
- Andere Veranstaltungen/Treffen im Quartier wahrnehmen und sich als Akteur:innen vorstellen sowie den Kontakt mit der Dialoggruppe suchen.
- Menschen im Quartier niedrigschwellig in Projektprozesse einbinden – schafft Identifikation und Wir-Gefühl!

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit kennt kein Alter! Angebote sollen möglichst für verschiedene Alters- und Dialoggruppen geschaffen werden. Wir fangen mit diesem Projekt bei den Kindern und Familien an, wollen aber in Zukunft auch die anderen nicht aus den Augen verlieren.

HANNOVER – KRONSBERG-SÜD



Quartier

Kronsberg-Süd

Projekttitel

Aktiv am Kronsberg-Süd!

Ansprechpersonen

Franziska Börgmann boergmann@ ksg-hannover.de

Claudia Koch koch@ksg-hannover.de

Einwohnerzahlen

Stand August 2024 ca. 1.500 Personen

Über das Quartier

Seit Januar 2024 sind das Quartiersmanagement und die Gemeinwesenarbeit am Kronsberg-Süd aktiv - und das ist etwas ganz Besonderes, denn das Quartier ist die größte Baustelle Niedersachsens und wird sich in den nächsten Jahren zu einem belebten Wohnquartier entwickeln. Derzeit dominieren Baukräne das Quartiersbild, vor Ort leben aber bereits ca. 1.500 Menschen. Kontakte herstellen, Bedarfe und Bedürfnisse erheben sowie erste Veranstaltungen und Aktionen umsetzen, das sind aktuelle Aufgaben im Quartiersmanagement und der Gemeinwesenarbeit. Der Ansatz basiert auf Beteiligung der Bewohner:innen. Ziel ist eine lebendige Nachbarschaft, in der sich die Menschen kennenlernen und sich an gesellschaftlichen Prozessen beteiligen können. Im Quartier leben viele Ältere, die aufgrund des barrierefreien Wohnraumes ins Quartier gezogen sind. Derzeit sind wenig Supermärkte, Plätze oder Orte fertiggestellt, an denen sich die Menschen treffen könnten

Durch eine aktivierende Befragung konnte das Quartiersmanagement Informationen zu den Bedarfen der Bewohner:innen einholen. Das Ergebnis: Die Menschen wünschen sich Angebote zur Gesundheitsförderung und Sport im Neubaugebiet, welches allerdings noch mehrere Jahre den Charakter einer Großbaustelle haben wird. Das Quartiersmanagement bietet den Menschen nun die Gelegenheit, über die Angebote miteinander in Kontakt zu kommen und einen Beitrag zur eigenen Gesundheit zu leisten.

Die Quartiersmanagerin ist bei vielen Aktivitäten dabei, um mit den Menschen in den Austausch zu kommen und Informationen zu erhalten.

Das Projekt wird in Kooperation mit dem TSV Bemerode umgesetzt, der zweitgrößte Sportverein in Hannover und in unmittelbarer Nähe vom Kronsberg-Süd. Wir erhoffen uns durch das Projekt ein konstruktives Miteinander, das über die Projektlaufzeit hinaus das Quartier bereichern wird.

Derzeit finden Gruppenangebote am Vormittag (Spaziergänge, Walken, Gymnastik) sowie ein Angebot (Tanzen) am frühen Abend statt. Für den Herbst und Winter werden derzeit Vorträge geplant, zum Beispiel zum Thema Atmung und Ernährung.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit und vor allem Prävention bedeutet, dass wir mit den Menschen ganz persönlich und nah in Kontakt kommen, deren Ressourcen stärken und einen Beitrag leisten, dass sie lange und zufrieden in ihrem Quartier leben können.

Praxistipp:

Ohne Beteiligung geht es nicht! Die Menschen fragen und einbinden, mit ihnen sprechen und zuhören erhöht die Erfolgschancen. Mutig sein! Tanzen im Hof oder Gymnastik auf der Straße? Bewegungsorte können überall sein und die Menschen werden aufmerksam. Und einfach mal machen – könnte ja gut werden.





OSNABRÜCK – SCHINKEL



Quartier

Schinkel

Projekttitel

Urban Gardening Projekt "Wandelgarten"

Ansprechpersonen

Lena Kruthaup info@wandelgarten-os.de

Quartiersmanagement:
Tom Herter
therter@
baubeconstadtsanierung.de

Einwohnerzahlen

ca. 14.700

Über das Quartier

Schinkel ist ein Stadtteil im Osten der Stadt Osnabrück. Schinkel ist durch die Integration vieler Nationalitäten geprägt. Das Quartier ist, unter anderem durch eine hohe Erwerbslosenquote, überdurchschnittlich stark von Armut geprägt. Die Bewohner:innen haben daher mit vielschichtigen sozialen Problemlagen zu kämpfen. Dazu zählen insbesondere mangelnde Möglichkeiten von wohnortnahen Naturerlebnissen, Bewegungsmangel durch enge Wohnverhältnisse, Übergewicht sowie Zahnkrankheiten schon im frühen Kindesalter in Folge mangelnder Kenntnisse und Möglichkeiten gesunder Ernährung. In einer Bürger:innenbefragung im Rahmen des integrierten Handlungskonzeptes für das Sanierungsgebiet Schinkel wurde deutlich, dass die Bewohner:nnen sich Orte des Zusammenkommens wünschen.

Der Wandelgarten ist ein Lernort für eine nachhaltige. gesunde Lebensgestaltung. Die Arbeit im Garten hält sowohl körperlich als auch mental fit und vital. Nicht nur die körperliche Ertüchtigung, sondern auch der Aufenthalt an der frischen Luft sind der Gesundheit förderlich, nutzt man die Pflanzen und Früchte des Gartens, so ist dies auch noch mit einer Menge Spaß verbunden. Wir erlernen eine gesunde Ernährung, denn wir wissen, wo ihre Nährstoffe zu finden sind. Zudem dürfen wir die Pflanzen an sich kennenlernen und ihre Entwicklung beobachten. Alleine der Aufenthalt in einem Garten hat meditative Einflüsse. vermindert Stress und fördert unsere Gesamtzufriedenheit. Auf diese Weise sind wir in der Lage die Schönheit der Natur zu erleben und auf uns wirken zu lassen. Auch die Entwicklung des eigenen Gartens mitzuerleben und seine Bewohner:innen kennenzulernen kann ein sehr erfüllendes Erlebnis sein, dessen Wirkung lange in uns nachklingt. Die

gemeinschaftliche Arbeit und ihr unmittelbar erlebbarer Erfolg bieten die Erfahrung eines starken Kollektivs und schenken uns die Zuversicht, dass wir auch andere größere Herausforderungen gemeinsam bewältigen können. Durch Kooperationen mit den verschiedenen sozialen Einrichtungen wie Kitas, Schulen, Horten, dem im Quartier liegenden Familienzentrum und migrantischen Selbstorganisationen werden viele verschiedene Menschen des Quartiers mit den Angeboten des Wandelgartens erreicht. Die Bildungsangebote im Garten sollen Möglichkeiten bieten, Menschen zu einer gesunden und nachhaltigen Lebensweise zu befähigen und zu motivieren. Ein wichtiger Leitgedanke des Konzeptes ist es, die Nachhaltigkeitsziele der Agenda 2030 zu vermitteln, die hier lebenden Menschen dafür zu sensibilisieren und ihnen Möglichkeiten des nachhaltigen Handelns praktisch erfahrbar zu machen.

Praxistipp:

Wir haben schnell gelernt, dass Geduld die wichtigste Kernkompetenz ist, wenn man ein junges Projekt aufbauen möchte. Insbesondere ohne Erfahrung kann vieles überwältigend wirken und man neigt zu Bewertungen: zu schnell, zu groß, zu klein und zu langsam. Ein gesunder Optimismus hilft, um mit Rückschritten zurecht zu kommen und trotzdem Energie für die zukünftigen Schritte zu haben.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit im Quartier bedeutet Bildungs- und Praxisarbeit vor Ort, um Menschen auszurüsten, ihr Leben gesund und nachhaltig zu gestalten. Dabei steht im Fokus, gemeinsam etwas zu erschaffen und zu erarbeiten, wie gesundes und nachhaltiges Leben gelingen kann.

BRAUNSCHWEIG – WESTLICHES RINGGEBIET



Quartier

Westliches Ringgebiet

Projekttitel

"Aktiv+ West"

Ansprechperson

Corinna Sibold corinna.sibold@ambet.de

Einwohnerzahlen

ca. 13.600

Über das Quartier

Das Westliche Ringgebiet ist ein Mischgebiet aus kleinen bis mittleren Gewerbebetrieben und Mehrfamilienhäusern. Der Stadtbezirk weist einen besonders hohen Anteil an Menschen mit Transferleistungen auf und etwa ein Drittel der Bevölkerung hat einen Migrationshintergrund. 2001 wurde der südliche Teil des Stadtbezirks zum Sanierungsgebiet "Soziale Stadt" erklärt und seitdem im Bund-Länder-Programm gefördert. Eine Sozialraumanalyse für den Stadtteil verzeichnet einen Anstieg der Zahl der 60- bis 80-Jährigen. Es ist davon auszugehen, dass es sich dabei um eine sehr heterogene Gruppe mit unterschiedlichen sozioökonomischen und kulturellen Hintergründen handelt. Die Förderung durch das Programm "Sozialer Zusammenhalt" war stark auf die Bedarfe von Kindern und Jugendlichen ausgerichtet. Nun sollen auch die Bedarfe der älteren Generation in den Fokus genommen und Angebote zum Thema "Gesundheit und Prävention im Alter" entwickelt werden

Im Mai 2024 wurde ein Bewegungsangebot für Senior:innen initiiert, die sich in einem Sportverein nicht oder nicht mehr wohlfühlen. Zwei Kurse werden durch ein kostenloses Kontakt- und Gesprächsangebot begleitet. Neben dem integrativen Aspekt soll das gegenseitige Kennenlernen der Teilnehmenden ein nachbarschaftliches Engagement und Vernetzung befördern. Sich entwickelnder Hilfebedarf kann dabei identifiziert werden und gegebenenfalls die Annahme von frühzeitiger Unterstützung erleichtert werden. Gesprächsthemen für Informationsveranstaltungen werden gemeinsam mit den Teilnehmenden und Expert:innen initiiert. Die Bewegungskurse bilden einen ersten niedrigschwelligen Anknüpfungspunkt für Personen ab 50 Jahren im Stadtteil, vor allem auch für Senior:innen, die die üblichen Komm-Strukturen bisher nicht erreichen.

Weitere Aktivitäten

September 2024:

 aktivierende Befragung (StadtRaumMonitor) von
 Teilnehmenden des Bewegungsangebotes zur
 Sensibilisierung zum Einfluss von Mobilität, Grünflächen, Beteiligungsmöglichkeiten oder Klimawandel

auf ein gesundheitsförderliches Lebensumfeld.

- September 2024:
 Beteiligung auf dem Gesundheitsfest Teilnehmende aus den "Aktiv+ West"-Kursen unterstützen ein Bewegungsangebot für alle Generationen.
- Gründung Arbeitskreis Seniorengesundheit:
 Koordination durch das Quartiersmanagements und Beteiligung von aktiven Projektteilnehmenden.

Praxistipp:

Die Vernetzung mit Aktiven und Bewohner:innen im Stadtteil bringt Ressourcen und Expertise aus unterschiedlichen Richtungen zusammen. Kleine, niedrigschwellige Aktionen können ein erster Schritt zum Vertrauensaufbau mit den Bewohner:innen sein. Eine Herausforderung wird sein, diejenigen Senior:innen zu erreichen, die sich aus unterschiedlichen Gründen bisher nicht beteiligen, aber möglicherweise einsam sind und gerne in eine soziale Gemeinschaft eingebunden wären. Nachbar:innen können möglicherweise den Zugang zu dieser Personengruppe herstellen.

Auf den Punkt gebracht:

Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Gesundheit im Quartier für Senior:innen bedeutet für uns mehr als ein Fitnessangebot. Gesundheitsförderlich ist ein Quartier für Senior:innen, wenn ausreichend Sitzmöglichkeiten auf den Wegen angeboten werden, es grüne und sichere Orte zur Begegnung gibt sowie Wissen vorhanden ist, wie sie sich vor extremer Hitze schützen können. Lose Gehwegplatten sind nicht nur ein Risiko für Menschen mit Rollator, sondern auch mit Kinderwagen. Eine Sensibilisierung für gegenseitige Belange fördert ein gesundes Miteinander. In diesem Sinne ist ein seniorenfreundliches Quartier auch ein gesundes Quartier.

OSNABRÜCK - SCHINKEL II



Quartier

Schinkel

Projekttitel

Sport vernetzt: Gesundheit im Quartier

Ansprechperson

Miriam Dannemann miriam.dannemann@ bakos.de

Einwohnerzahlen

ca. 14.700

Über das Quartier

Der Schinkel ist einer der größten Stadtteile Osnabrücks mit dichter Besiedelung und diverser Bevölkerungsstruktur. Viele Kinder, Jugendliche und Familien sowie Senior:innen sind von Armut betroffen und haben häufig wenig Wohn- und Bewegungsraum im privaten Umfeld zur Verfügung. Hierzu wurde im Rahmen der Städtebauförderung "Sozialer Zusammenhalt" ein Quartiersmanagement eingerichtet, das jedoch bislang aufgrund der Komplexität und Vielzahl der Aufgaben und Bedarfe den Fokus nicht auf die Schaffung von Sport- und Bewegungsangeboten und deren Vernetzung legen konnte. BaKoS führt seit über zehn Jahren auf Bolzplätzen in Osnabrück erfolgreich kostenfreie Ballspielangebote durch. Im Schinkel wird das niedrigschwellige Angebot bisher aber kaum angenommen. Durch das Projekt "Sport vernetzt" sollen gezielt die Gesundheit und das soziale Miteinander von Kindern und Jugendlichen im Stadtteil gefördert werden.

Bewegung ist ein zentraler Bestandteil, um präventiv Einfluss auf die Gesundheit von Menschen zu nehmen. Deswegen wollen wir insbesondere Kindern schon früh einen Zugang zum Sport eröffnen und sie durch Freude an der Bewegung auch nachhaltig zu einem aktiven Lebensstil motivieren. Durch institutionsübergreifende Zusammenarbeit sollen Bewegungsangebote geschaffen werden, die bei den Menschen vor Ort ankommen und sich an ihren Bedarfen ausrichten. Dabei bündeln wir die Kompetenzen von Sportvereinen, Bildungsinstitutionen und Freizeiteinrichtungen, um Strukturen zu stärken, die bestehende Zugänge zu Kindern im Quartier zu nutzen und gemeinsam bewegte Biografien im Sozialraum zu ermöglichen.

Im Projekt entstehen Bewegungsangebote in Kitas, Schulen und ergänzende Übergangsangebote für Kitakinder und Erstklässler:innen. Bewegung wird auch in die Nachmittagsprogramme von Freizeiteinrichtungen im Quartier integriert. BaKoS – Die Osnabrücker Ballschule e. V. bietet zum Beispiel in der Arche Ballspielstunden an und das Beratungsangebot der Familienbegleiter:innen für Eltern wird auf dem Spielplatz im Quartier mit einem Bewegungsprogramm für die Kinder kombiniert. Zusätzlich werden die Quartiersbewohnenden als Multiplikator:innen aktiviert. Beispielsweise werden in einem Gemeinschaftsprojekt mit den Futbalo Girls Jugendliche motiviert, selbst als Trainer:innen aktiv zu werden.

Gerahmt werden all diese Maßnahmen durch regelmäßige Netzwerktreffen, bei denen die vielfältigen Quartiersakteur:innen zusammenkommen. So entstehen stabile Beziehungen und Synergien, die es ermöglichen, eine Bewegungslandschaft zu gestalten, die den Bedürfnissen der Bewohner:innen entspricht.

Unser Projekt zielt darauf ab, Menschen von klein auf für Bewegung zu begeistern. Durch die systematische Verankerung von Gesundheitsförderung in der Quartiersarbeit wird Bewegung zu einem festen Bestandteil des Gemeinwesens, das nachhaltig zur Gesundheit der Menschen beiträgt.

Praxistipp:

Im Quartier etwas zu bewegen, ist immer Teamsport. Mit anderen Quartiersakteur:innen zusammenzuarbeiten, ihnen auf Augenhöhe zu begegnen und einander zuzuhören, hat einen großen Wert für die Umsetzung jeder Idee – auch wenn die Zusammenarbeit manchmal herausfordernd sein kann. Insbesondere die kleinen, konkreten Aktionen, in denen man zusammen direkt Ergebnisse erzielt, sind bei uns zumeist die Motivation für Größeres.

Auf den Punkt gebracht: Was bedeutet Gesundheit im Quartier für uns?

Für uns bedeutet Gesundheit im Quartier, Zugang zu bedürfnisorientierten, freudvollen Bewegungsangeboten vor Ort zu ermöglichen, um im sozialen Miteinander die Gesundheit aller durch einen aktiven Lebensstil präventiv zu fördern – ganz unabhängig von sozialen Herkünften und persönlichen Ressourcen.

