„Neue Wege in der Gesundheitsförderung für alleinerziehende Frauen“

Dr. Ingeborg Jahn (BIPS) und Jutta Flerlage (FGT)

Arbeit des FGT

- Seit 1989 arbeitet FGT in der Gesundheitsförderung mit Frauen in Tenever, seit 2007 BZgA „good practice“ Projekt
- FGT spricht Frauen aller Altersstufen, sozialer und kultureller Herkunft an; 70 und 80 % der Nutzerinnen sind zugewanderte Frauen
- FGT arbeitet niedrigschwellig, ressourcenorientiert, partizipativ und frauenparteilich.
- Grundlagen der Arbeit sind das Konzept der Salutogenese und die Ottawa-Charta der WHO von 1989.
- Wir betrachten die Frauen als Expertinnen ihrer eigenen Gesundheit und ihres Lebensalltags und begleiten sie darin, gesundheitsbewusstes Handeln zu entwickeln.
- **Unsere Handlungsfelder/Angebote sind auf folgender Abbildung zusammengefasst**

Handlungsfelder und Angebote des FGT

– ein Team von Haupt- und Ehrenamtlichen, Nutzerinnen und Freundinnen -

Integrationskurse, Alphabetisierung, Deutsch-Ergänzungskurse

Bewegung, Entspannung, Schwimmen, Gymnastik, Radfahrkurse

Information, Beratung, Partizipation, Austausch, Begegnung, Gemeinschaft

Gruppen: türkischsprachige Mädchen Multitasking Women

Vernetzung, Kooperationen, fachlicher Austausch, im Stadtteil und übergreifend

Ausgangslage / Bedarf

- Alleinerziehende sind häufig von gesundheitlichen Beeinträchtigungen betroffen.
- Es ist notwendig, mehr Bewegungs- und Entspannungsangebote zur Regeneration bereitzustellen.
- „Zu hohe Kosten“ und „fehlende Information“ sind wichtige Hinderungsgründe, an Gesundheitsförderung teilzunehmen

Quelle: Arbeitnehmerkammer Bremen (Hg.) Alleinerziehend - ein Kaleidoskop von Lebens- und Arbeitssituationen. Eine Befragung von alleinerziehenden erwerbsfähigen Leistungsberechtigten im Land Bremen. Bremen. 2017

Tenever: **338 Alleinerziehenden-Haushalte, davon 318 Frauen, 59 HH mit 3+ Kindern** (www.statistik-bremen.de)

Projektziele

Ziel: Zugang zu bewegungsorientierten GF-Angeboten für alleinerziehende Frauen verbessern

1. **Bedürfnisse und Bedarfe sowie Hürden und Förderfaktoren der Frauen sichtbar machen**
2. **GF-Anbieter sollen motiviert werden, passende Angebote bereitzustellen (Mitgestaltungs-Workshops)**
3. **Einen Beitrag zur strukturellen Verbesserung der Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote im Stadtteil zu leisten (Verhältnisänderung als Grundlage für Verhaltensänderung)**
4. **Nachhaltigkeit: Kriterienkatalog und Handreichung für Gesundheitsförderung für alleinerziehende Frauen**

Projektidee und –Akteur*innen

FGT

Die vielfältigen Erfahrungen des FGT werden für das Projekt genutzt. Zugleich werden die Erfahrungen des Projektes in die Arbeit des FGT eingeschleust.
Die vorhandenen Angebote sind eine wichtige Ressource für das Projekt.
Dadurch besteht die Möglichkeit, am Projekt interessierten Frauen sozusagen „bei der Stange zu halten“, wenn Projektabläufe Wartezeiten, z.B. auf Schnupperangebote notwendig machen.

Projekt

Projektteam und Steuerungsgremium

Gewinnung von Frauen – unter Einbezug weiterer Akteure im Quartier

Gestaltung von Partizipationsprozessen für Frauen, Bildung einer Betroffenengruppe (ggfs. Mulitplikatorinnen)

Mitgestaltungs-Workshops mit GF-Anbietern

Integrierter Transfer von Projektergebnissen

Kriterienkatalog / Handreichung für Verstetigung

GF-Anbieter

Einbezug in Projekt von Anfang an

- Information
- Mitgestaltung
- Reflexion

Erprobung von strukturellen Anpassungen der Angebote der Gesundheits-förderung für alleinerziehende Frauen

… und weitere Ideen, die sich im Laufe des Projektes zeigen werden

Quartier

Beteiligung im Projekt von Anfang an

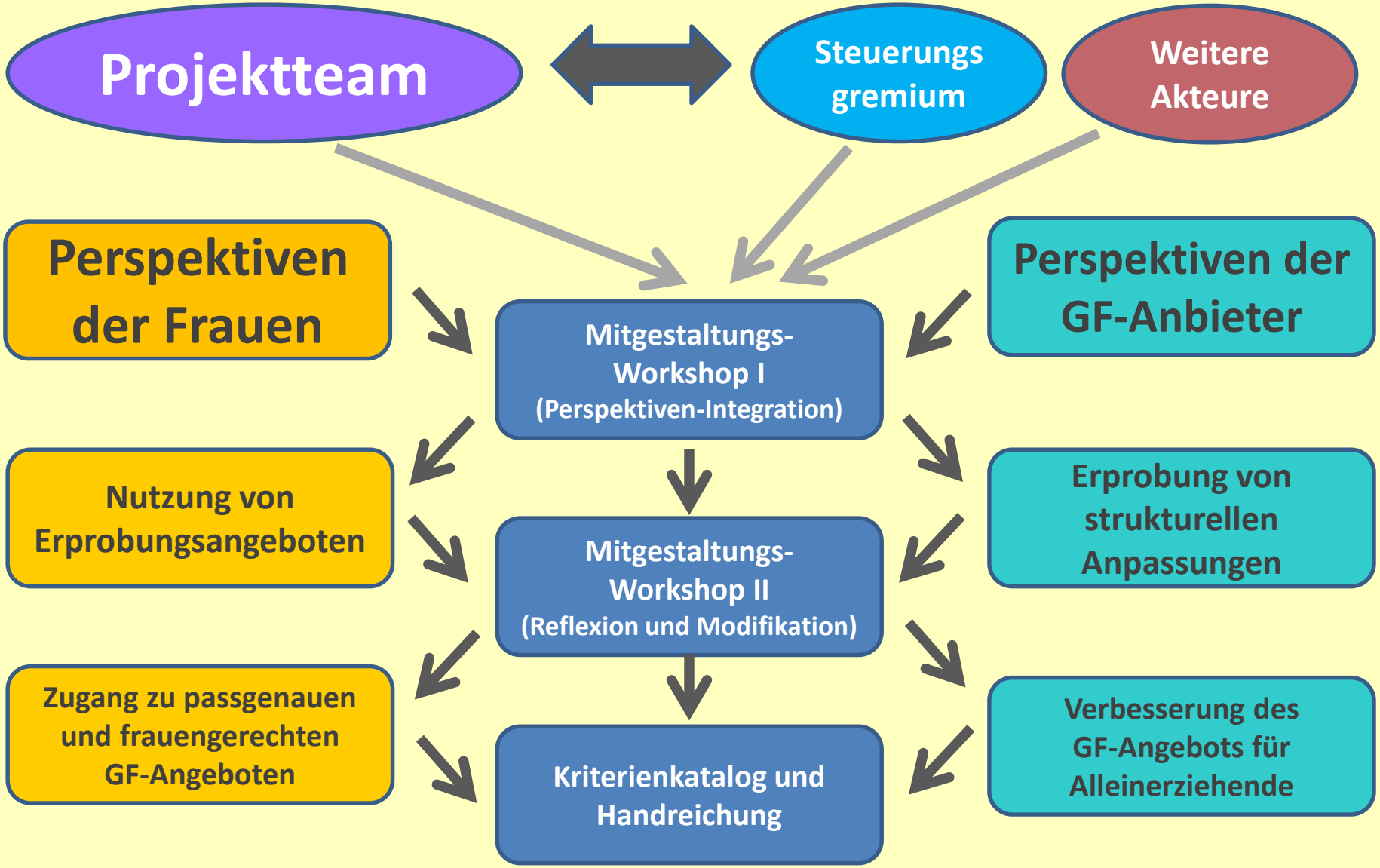
- Steuerungs-gruppe
- Öffentlichkeits-arbeit,
- Gesundheits-förderung für alleinerziehende Frauen als Thema im Quartier
- … und weitere Ideen, die sich im Lauf des Projektes zeigen werden

Nach-haltigkeit

Einbezug von überregionalen Akteuren, z.B. KGC (Koordi-nierungsstelle Gesund-heitliche Chancen-gleichheit)

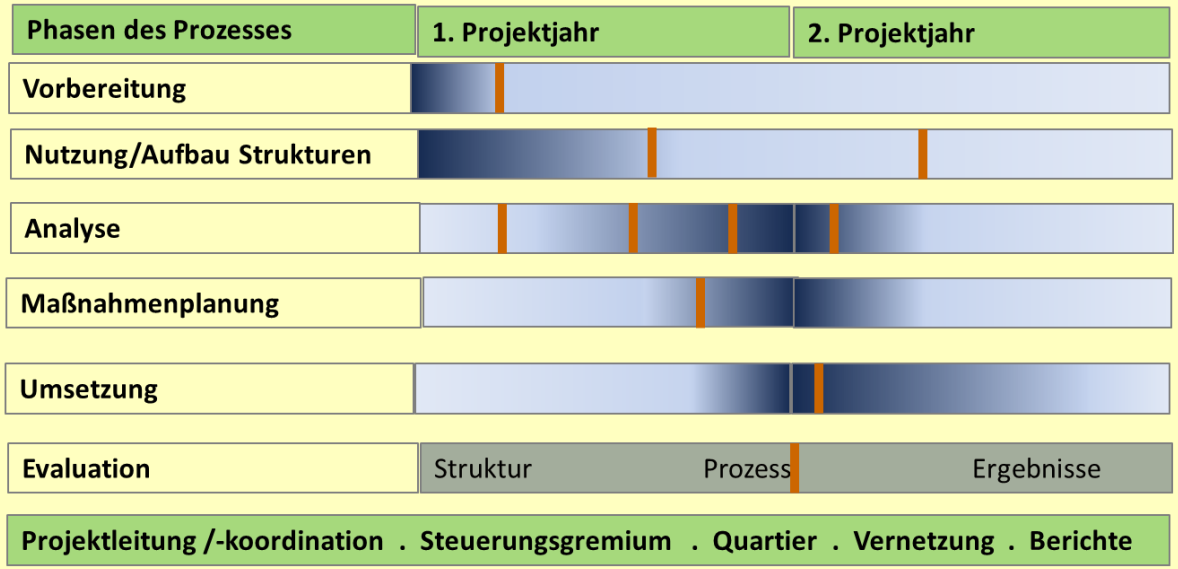
Entwicklung von Material (Kriterienkatalog und Hand-reichung zur frauengerechten Gesundheits-förderung für Alleinerziehende)

Projektstruktur und -Akteure



Umsetzung / Evaluation / Zeitplan

- **partizipatives Projekt** gemeinsam mit Frauen, GF-Anbietern und Stadtteilakteuren
- Ergebnisse des Projektes werden für den **Transfer** aufbereitet
- Laufzeit: **2 Jahre** (Januar 2019 – Dezember 2021)



In der Projekt-Praxis handelt es sich um parallele Prozesse, die sich gegenseitig beeinflussen