

Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt

ONLINE - KURSE »MEINE GESUNDHEIT STÄRKEN«

Daniel Albrecht, Mathias Engel, Maxi Schäfer, Annegret Schweppe & Marle Wilhelm

HINTERGRUND

Viele der klassischen Inhalte im Projekt, die auf der Begegnung von Menschen basieren, konnten aufgrund der Covid-19-Pandemie nicht stattfinden. Um dennoch weiterhin Angebote für Menschen in Erwerbslosigkeit aufrecht zu erhalten, wurden die Online-Kursreihen "Zuhause Gesundheit stärken" gestartet. So konnte das Ziel, Menschen in Erwerbslosigkeit weiter für das Thema Gesundheit zu sensibilisieren und zur Teilnahme an gesundheitsfördernden Angeboten zu motivieren, weiterverfolgt werden.

Unsere Online-Kurse bieten:

- Qualifizierte Anbieter*innen
- jede Woche zwei Kurse á einer Stunde
- Themenfelder: Bewegung, Ernährung, Umgang mit Stress und Suchtprävention
- vielfältige Methoden wie theoretische Vorträge, alltagspraktische Tipps oder Übungen
- aktiven Einbezug der Teilnehmenden durch Chat-, Sprech- und Videofunktionen sowie eine Evaluation
- kostenfreie, anonyme, freiwillige und unverbindliche Teilnahme



WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN



Zuhause Gesundheit stärken



zuhausegesundheitsstaerken



www.meine-gesundheit-staerken.de



verzahnungsprojekt@gesundheit-nds.de

ERGEBNISSE / FAZIT

THEMEN DER KURSREIHEN



- Anzahl bisheriger Kursreihen: 18
- Einwahlen Teilnehmende gesamt: 1.580
- durchschnittliche Teilnehmendenzahl (pro Kursreihe): 87
- durchschnittliche Teilnehmendenzahl (pro Termin): 11



Durchschnittliche Bewertung: 4,83



Gerordert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V