

Unterstützung gesundheitsfördernder Strukturen und gesundheitsbegünstigender Lebensstile in Stadtteilen mit besonderem Entwicklungsbedarf



Marion Messik, IKJG e.V.

Wo setzen wir an?

Bisherige Modellprojekte

- Gesundheitsnetzwerk „mittendrin“ (2006-2011)
- Marburger Aktionsbündnis Gesunde Lebensstile und Lebenswelten „querfeldein“ (2009-2011)

Gesundheitsförderung im Sozialraum

Schaffung gesunder Lebenswelten

„Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt, dort wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben“

(WHO 1986, Ottawa-Charta)

Partizipation – Beteiligung der Menschen im Sozialraum

„Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die ihr eigenes Lebensumfeld aktiv mitgestalten können, erleben ihre Welt eher als verstehbar, bewältigbar und sinnhaft und können durch Erfahrungen von Selbstwirksamkeit ein positiveres Selbstkonzept erlangen“

1986 WHO, Ottawa-Charta

Handlungsansätze

- Bewegungsförderung und Bildung im Naturraum
- Bewegung
- Ernährung
- Infrastruktur/Zugang zu Gesundheitsversorgung/
Entlastung

BuB Naturraum

Bewegung im Naturraum



J

G



bsj e.V.

Familien-
bildung
in der Natur

Grünflächen/
Wegeleitsystem

Partner z.B.:
UNB/Grün,
Flächen-
/Umweltamt,
Forstamt
„Gut älter
werden“

*Bewegung im
Naturraum*

„Stadtteil-
bauernhof“

Abenteuer-
garten

Stadtteilbewohner*innen

Garteninitiativen

Gärten/
Selbsternte-
felder /Essbare
Stadt

*Zum Beispiel
Bettina-von-Arnim-
Schule/Schäfer/
Falkner/Imker.....*

BuB
Naturraum

Bewegung

Bewegungsangebote

- Präventiv, niedrigschwellig, attraktiv
- Sozialraum – Anregung zur Bewegung für alle Generationen
- Gestaltung von Flächen mit Bewohner*innen; Wegeführung; Bewegungselemente integrieren
- Trendsportarten

**Bewegungs-
elemente im
Sozialraum**

Weitere Partner

Wassersport

Bewegung

**Verschiedene
Sportarten..**

Stadtteilbewohner*innen

**Körper-
erfahrung z.B.
Yoga**

TSV
Ockershausen

**Qualifizierungen/
Fortbildungen**

BuB
Naturraum

Bewegung

Ernährung

Ernährung

- Nahrungsaufnahme/Nährwerte
- ABER AUCH:
- Sinnlich, genussorientiert und gemeinschaftsbildend



ESSKULTUR

**Koch-
Projekte/-
events**

**Bauernhof-
pädagogik**

Verschiedene
Partner

Ernährung

**Qualifizierungen/
Fortbildungen**

**Essbare
Stadt
Garten-
projekte**

Stadtteilbewohner*innen

**Kräuter-
wanderungen
Ernte**

BuB
Naturraum

Bewegung

Ernährung

Infrastruktur

**Ambulante
Beratungen**

**Gesundheits-
netzwerk**

Weitere Partner

Gesundheitswesen

Infrastruktur

**Qualifizierungen/
Fortbildungen**

Stadtteilbewohner*innen

**Netzwerke/
Entlastung**

Multiplikator*innen

Gesunder Stadtwald

Gesundheitsförderung Sozialraum

Zusammengefasst:

- Querschnittsthema
- Nachhaltige Strukturen
- Partizipativ

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!