



Gesunde Kommune – Friedrichshain-Kreuzberg Gesundheit und Zusammenhalt in der Pandemie

Sabine Schweele, Leitung Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit im Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg & **Detlef Kuhn**, ZAGG Zentrum für angewandte Gesundheitsförderung und Gesundheitswissenschaften GmbH

Ausgangslage/Ziel/Zielgruppe

Hauptziel des Projekts „Friedrichshain-Kreuzberg – Gesunder Bezirk“ ist es, ein in der Bezirksverwaltung und der Kommunalpolitik ressortübergreifend geteiltes Verständnis von Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe zu erreichen. Dieses Hauptziel und die dahinterliegenden Prinzipien (Vernetzung von verschiedenen Akteurinnen und Akteuren, partizipatives Vorgehen und Schaffung nachhaltiger Strukturen) werden auch im Teilprojekt „Gesundheit und Zusammenhalt in der Pandemie“ weiterverfolgt und aktualisiert. Vor allem mit Berücksichtigung der besonders drängenden Herausforderungen denen Kinder, Jugendliche, Familien und pädagogische Fachkräfte seit Beginn der Pandemie begegnen.

Seit Beginn der Corona-Pandemie im März 2020 hat diese und die ergriffenen Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Pandemie einen vielschichtigen Einfluss auf das Leben aller in Deutschland lebenden Menschen. Besonders Kinder, Jugendliche, Familien und pädagogische Fachkräfte sind vielen zusätzlichen Belastungen im Alltag ausgesetzt. Im Oktober 2020 entschloss sich die Steuerungsgruppe des Projekts „Friedrichshain-Kreuzberg – Gesunder Bezirk“ deshalb, diese zusätzlichen Belastungen gezielt zu adressieren.

Koordination/Umsetzung

In der Umsetzung kooperieren die Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg, die Techniker Krankenkasse und das ZAGG Zentrum für angewandte Gesundheitsförderung und Gesundheitswissenschaften GmbH. In ca. 2-monatlichen Steuerungstreffen vereinbart die Lenkungsgruppe die weitere Vorgehensweise, die dann vom ZAGG umgesetzt wird. Um eine Berücksichtigung der Bedürfnisse der Zielgruppe zu gewährleisten, werden alle Projektschritte in engem Austausch mit der Zielgruppe entwickelt.

Dies wird sowohl durch informelle Gespräche mit Projektpartnerinnen und -partnern aus der Praxis als auch durch die in der Projektstruktur fest verankerten Bausteine zur Partizipation gewährleistet.

Partizipatives Vorgehen: Ermittlung aktueller Belastungen und Unterstützungsbedürfnisse

Um passgenaue Angebote und eine hohe Akzeptanz zu gewährleisten, wurden Anfang des Jahres 2021 gesundheitliche Belastungen und Unterstützungsbedürfnisse von Kindern, Jugendlichen, Familien und pädagogischen Fachkräften ermittelt. Es wurden 19 pädagogische Fachkräfte aus Schulen, Familienzentren und Kitas im Rahmen von individuellen Interviews befragt sowie Gruppengespräche mit Mitgliedern des Bezirksausschusses für pädagogisches Personal (BpP) geführt.

Als besonders relevante Belastungen für Kinder, Jugendliche und Familien zeigten sich:

- Zunahme ungesunder Ernährungsgewohnheiten, Bewegungsmangel und erhöhter Medienkonsum führen zu einer Zunahme an Körpergewicht
- Mangel an sozialem Kontakt und damit der Möglichkeit einer gesunden psychosozialen Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen
- Anstieg innerfamiliärer Konflikte und Gewalt
- Besonders in prekären Lebenssituationen: Dichtestress, existenzielle Ängste aufgrund von drohender Arbeitslosigkeit, finanzielle Sorgen
- Routinen, gewohnte Alltagsstrukturen und bekannte Formen von professioneller oder privater sozialer Unterstützung sind entfallen oder verändern sich beständig

Als besonders relevante Belastungen für pädagogische Fachkräfte zeigten sich:

- Positive Aspekte des Berufs im sozialen Kontakt entfallen oder werden stark reduziert
- Vermehrtes Auftreten von negativen Emotionen (Ängste, Sorgen, Trauer, Stress) sowohl bei Familien als auch bei Fachkräften (in den Teams)
- Erhöhte Arbeitsbelastung, Unzufriedenheit und Ohnmachtsgefühle durch stetige Anpassung der Arbeitspraxis an immer neue Regularien sowie die Umstellung auf digitale (Lehr)Angebote
- Doppelbelastung aufgrund eigener Berufstätigkeit und gleichzeitiger Betreuung / Homeschooling von eigenen Kindern

Die Fachkräfte wünschten sich folgende Unterstützungsangebote:

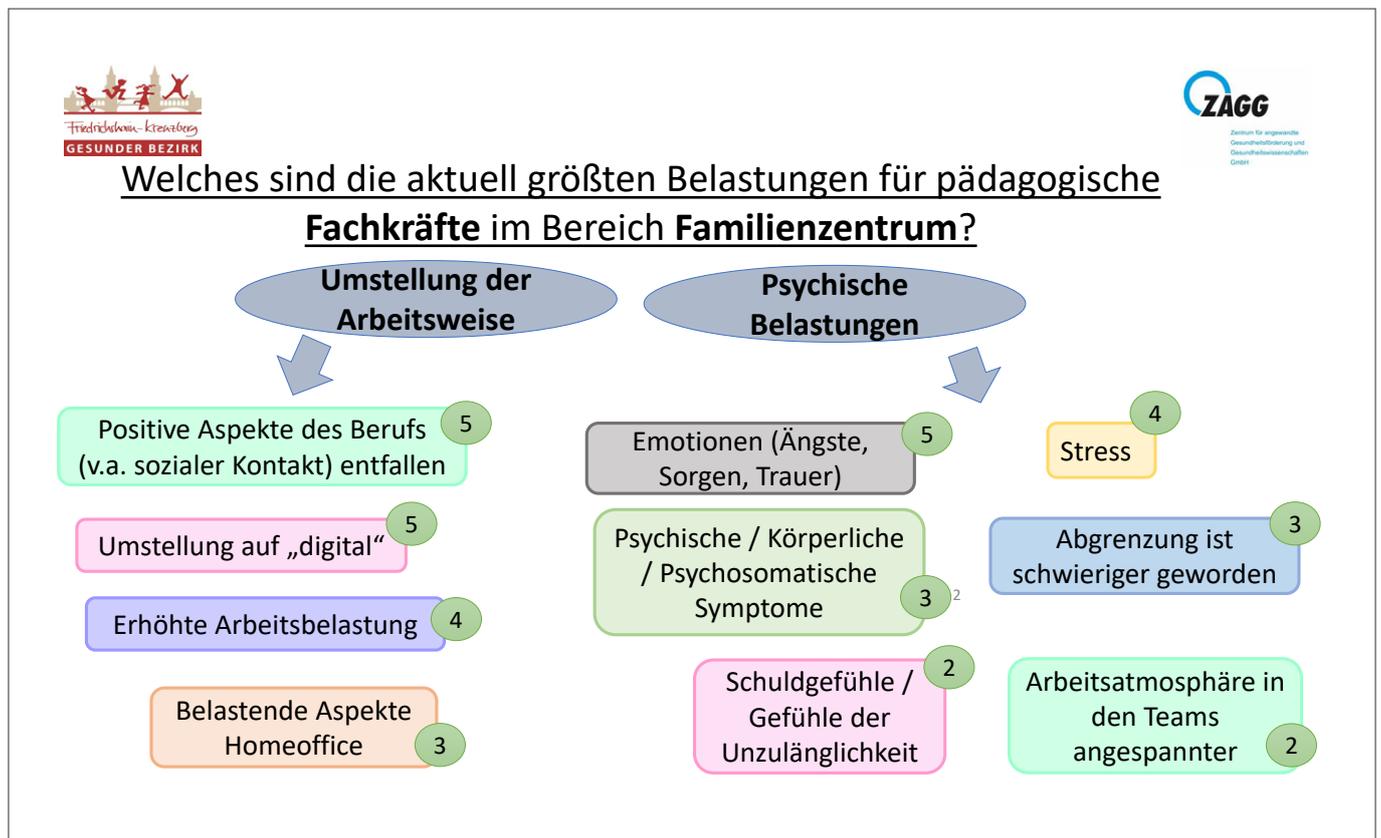
- Informations- und Aufklärungsmaterial für Kinder, Jugendliche und Eltern zu unterschiedlichen Themen
- Verschiedene Angebote zu Ernährung, Bewegung, Entspannung, psychischer Gesundheit, Kreativem für Familien und Fachkräfte

Auf der Grundlage der Interview-Ergebnisse aus der Befragung Anfang des Jahres 2021 wurden an den Bedarf angepasste Angebote zur Unterstützung pädagogischer Fachkräfte und Familien entwickelt. Die konzipierten Angebote adressierten vor allem zwei Aspekte: Zum einen den Bedarf an hilfreich strukturierten, leicht zugänglichen Informationen, zum anderen den Bedarf an Unterstützung beim Aufbau von konkreten gesundheitsförderlichen Strategien.

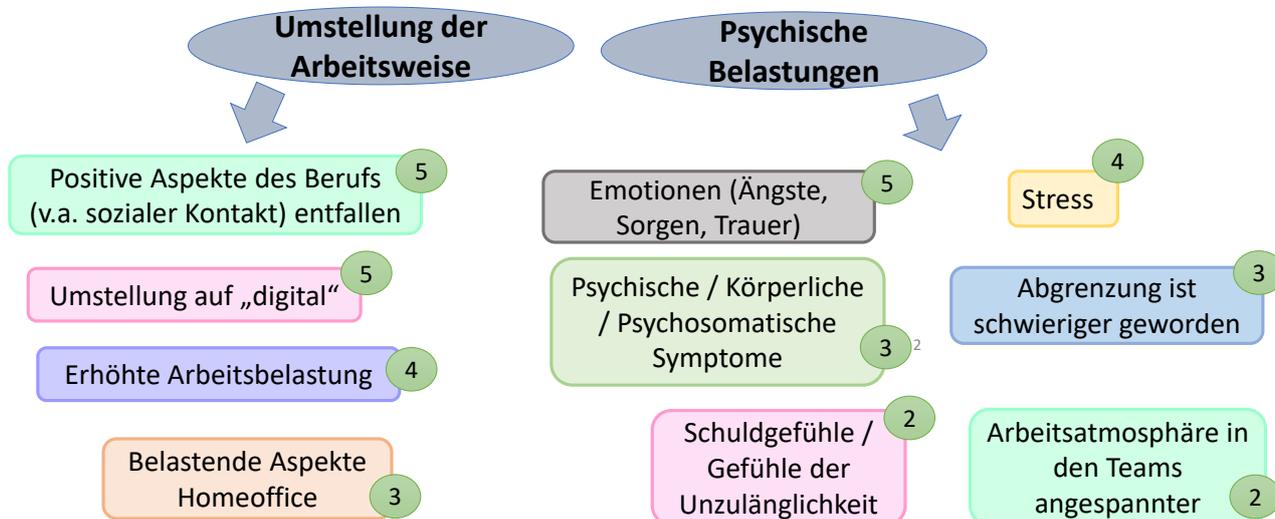
Meilenstein/Highlight

Unterstützung durch leicht zugängliche Informationen Linkliste:

Für die drei Zielgruppen „Eltern und pädagogische Fachkräfte“, „Kinder von 0 – 12 Jahren und deren Eltern“ und „pädagogische Fachkräfte aus dem Bereich Schule“ wurde Anfang Mai 2021 eine Auflistung von Links mit Kurzbeschreibungen versandt. Diese enthielt sortiert nach Themen und Zielgruppe jeweils wenige, gut recherchierte Links zu sofort kostenlos online nutzbaren Angeboten. Kleine Symbole zeigen an, ob es sich um ein Video-, Audio- oder Textdokument handelt und ob das Angebot mehrsprachig, in leichter Sprache oder Gebärdensprache vorhanden ist.



Welches sind die aktuell größten Belastungen für pädagogische Fachkräfte im Bereich Familienzentrum?



Die ausgewählten Inhalte orientieren sich an den Bedürfnissen der Fachkräfte (u. a. Entspannungsvideos für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Tipps zur gesundheitsförderlichen Gestaltung von Homeoffice, Informationen über das Corona-Virus in verschiedenen Sprachen).

Flyer Entspannungsangebote:

Speziell für das Thema Entspannung wurde ein Flyer mit verschiedenen, sofort online nutzbaren Angeboten der Techniker Krankenkasse erstellt.

Hinweisblatt Kontaktstellen Arbeits- und Gesundheitsschutz:

Um Mitarbeitende aus Schulen in Friedrichshain-Kreuzberg stärker dafür zu sensibilisieren, welche Unterstützungsangebote hinsichtlich der Themen Arbeits- und Gesundheitsschutz nutzbar sind, wurde ein Hinweisblatt „Kontaktstellen zum Thema Arbeits- und Gesundheitsschutz für Mitarbeitende an Schulen in Friedrichshain-Kreuzberg“ erarbeitet und an die Beteiligten sowie den Bezirksausschuss für pädagogisches Personal versandt.

Unterstützung von pädagogischen Fachkräften beim Aufbau konkreter gesundheitsförderlicher Strategien:

Um die Fachkräfte in dieser herausfordernden Zeit angemessen beim Aufbau und Erhalt von gesundheitsförderlichen Strategien zu unterstützen, wurden digitale, 2-stündige Workshops konzipiert, in Teamsitzungen vorgestellt und mehrfach umgesetzt.

Der Hauptschwerpunkt von sechs Themenworkshops waren die Themen „Individuelle Resilienz“ und „Teamresilienz“. Nach einer Einführung wurden aktuelle Themen, wie die gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeit im Homeoffice oder die Gestaltung von erholsungsförderlichen Pausen, bearbeitet. Ein Workshop zum Thema „Entspannt durch gesunden Schlaf“ rundete die konkreten Unterstützungsangebote ab.

Partizipatives Vorgehen: Fachtag „Gesund bleiben in Zeiten der Pandemie“:

Nach der erfolgreichen Umsetzung der Workshops und der Verbreitung des Informationsmaterials wurde am 2.9.2021 ein Fachtag für pädagogische Fachkräfte veranstaltet.

Bei diesem Fachtag werteten die Teilnehmenden neben kurzen inhaltlichen Inputs zu psychischer und körperlicher Gesundheit das bisherige Vorgehen im Projekt aus. Zudem entwickelten sie neue Ideen für die Weiterarbeit des Projekts im Jahr 2022. Hieraus ergab sich der folgende Umsetzungsplan für die Gestaltung der Projektaktivitäten in 2022: Neben der Weiterleitung der am Fachtag erarbeiteten Hinweise an die politischen Vertreterinnen und Vertreter, soll Familienzentren und

Kitas im Bezirk das Angebot gemacht werden, einen längerfristigen, gesundheitsförderlichen Prozess zu durchlaufen. Im Rahmen dieses einrichtungsspezifischen Vorgehens können sowohl hinsichtlich der angebotenen Form der Begleitung als auch hinsichtlich der adressierten Themen individuell auf die jeweilige Einrichtung eingegangen und passende Lösungsansätze entwickelt werden.



Quelle: Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg



Sabine Schweele

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin
Leitung Planungs- und Koordinierungsstelle
Gesundheit

☎ 030-902983543
✉ sabine.schweele@ba-fk.berlin.de

Detlef Kuhn

ZAGG Zentrum für angewandte Gesundheitsförderung und Gesundheitswissenschaften GmbH

☎ 030-30695620
✉ info@zagg.de