

Gesunde Gemeinde Eningen



© Kreisgesundheitsamt Reutlingen



Gesunde Gemeinde Eningen

**Warum haben wir
uns beworben
gesunde gemeinde
im Landkreis
Reutlingen zu
werden?**



Gesunde Gemeinde Eningen

**Warum haben wir
uns beworben
gesunde gemeinde
im Landkreis
Reutlingen zu
werden?**



Die Gesunde Woche

- Die Gesunde Woche vernetzt seit 2015 die drei Modellgemeinden Eningen, Hohenstein und Hülben und wird in Zusammenarbeit mit der Abteilung Gesundheitsplanung durchgeführt.
- Schirmherr ist Herr Landrat Dr. Fiedler.

Themen der vergangenen Jahre:

2015	Dementielle Erkrankungen
2016	Stress
2017	Gelenkprobleme
2018	Augen
2019	Haut
2021	Stärkung des Immunsystems - erstmalig als Hybrid-Veranstaltung



Bild: Kreisgesundheitsamt Reutlingen

Gesunde Woche 2021
Stärkung des Immunsystems
12.-14. Oktober 2021

Dienstag, 12. Oktober 2021
19:00 Uhr
Ort: PORT Gesundheitszentrum Schwäbische Alb Hohenstein
„So schmeckt die Alb“
Live Cooking mit den Landfrauen im PORT Gesundheitszentrum Schwäbische Alb Hohenstein
Landfrauen Hohenstein/Kreislandfrauenverband
Anmeldung:
Beatrice Vermeij-Bohm – Tel. 07387/8870-28 – b.vermeij-boehm@gemeinde-hohenstein.de

Mittwoch, 13. Oktober 2021
16:00 Uhr
Ort: Streuobstwiesen und Vereinsheim des Modeliclubs Eningen unter Achalm e.V.
„An apple a day... oder:
Verleib Dir täglich Äpfel ein, dann plagt Dich nie ein Zipferlein“
Spaziergang durch die Streuobstwiesen Eningens mit Vortrag über das Immunsystem
Dr. Barbara Dürr und Rolf Schäfer
Anmeldung:
Dr. Barbara Dürr – Tel. 07121/892-1220 – barbara.duerr@ic.vkn.de

Donnerstag, 14. Oktober 2021
15:00 Uhr
Ort: Altes Schulhaus
„Hülben in Bewegung“
Interaktives Bewegungsangebot
Claudia Rabuser
Anmeldung:
Tanja Schmutz – Tel. 07125/96886-20 – Tanja.schmutz@huelben.de

Teilnahme vor Ort und online möglich!
Zu den Veranstaltungen vor Ort ist eine Anmeldung bis zum 05.10.2021 erforderlich.
Die online-Teilnahme (keine Anmeldung erforderlich) erfolgt über den Link:
<https://vimeo.com/event/1111992>

QR Code

Veranstalter:
Die Gesunde Woche ist ein Kooperationsprojekt der Gesunden Gemeinden Eningen, Hohenstein und Hülben in Zusammenarbeit mit der kommunalen Gesundheitskonferenz Reutlingen unter der Schirmherrschaft von Landrat Dr. Ulrich Fiedler.

Gesunde Gemeinde
Eningen - Hohenstein - Hülben
Kommunale Gesundheitskonferenz
Landkreis Reutlingen

LANDKREIS
REUTLINGEN

Gesunde gemeinde Eningen

- ◆ **Wie funktioniert die gesunde Gemeinde?**
- ◆ **Regelmäßige Treffen eines AK Gesunde Gemeinde.**
- ◆ **Bestandserhebung: Wer möchte in einer gesunden Gemeinde mitarbeiten?**
- ◆ **Vorteile, dass es schon vor dem Antrag zur Zertifizierung das Gesundheitsforum mit 75 Mitgliedern gab**
- ◆ **Arbeiten nach der Ottawa Charta**
- ◆ **Bildung von verschiedenen Unterarbeitsgruppen, um wichtige Themen voran zu treiben**

Gesunde gemeinde Eningen

- ◆ Unsere Unterarbeitsgruppen sind:
- ◆ Gesundheitstage Durchführung und Planung
- ◆ Bewegung
- ◆ Arbeitskreis Demenz
- ◆ Kopfschmerzkonferenz
- ◆ Adipositas bei Kindern – Kids KG
- ◆ Öffentlichkeitsarbeit
- ◆ Vorträge für Senioren zum Umgang mit digitalen gesundheits Apps

Gesunde gemeinde Eningen

- ◆ **Eine weitere Unterarbeitsgruppe ist ein präventives Beratungsangebot für Menschen mit Migrationshintergrund.**
- ◆ Unterstützt wird dieses Projekt vom Gesundheitsamt im Landkreis Reutlingen und der Stiftung gesundheitliche Prävention Baden- Württemberg
- ◆ Es wird ein neuer Ansatz gewählt: Man installiert einen Berater/Beraterin, der bereits vor Ort sehr gut vernetzt ist – also auch wieder ein ähnlicher Ansatz wie bei der Ottawa Charta – wir nutzen die Ressourcen, die wir haben und stülpen nichts von oben über.
- ◆ Welche Themen sollen angeboten werden: Präventive Gesundheitsberatung, Vermittlung, Ausbildung in medizinischen Berufen, Beratung bei bürokratischen Hürden, Vorträge
- ◆ Leider hat Corona uns sehr ausgebremst – aber wir haben versucht alles auf dem kleinen Dienstweg weiterlaufen zu lassen

Gesunde Gemeinde Eningen

- ◆ In einem Workshop, den wir gemacht haben, um unsere Arbeit zu evaluieren und eventuell Multiplikatoren zu schulen, haben sich nachfolgende Erkenntnisse ergeben:
- ◆ Unsere Überschrift der verschiedenen Workshops waren „ Türöffner gesundheitliche Teilhabe. Erst gab es einen Workshop für die **Beratenden** (ich als Ärztin, Mitarbeiterinnen des Integrationsmanagements in Eningen) Dann einen Workshop für die, die **beraten wurden** (Frauen und Männer aus verschiedenen afrikanischen und arabischen Ländern). Am Schluss gab es eine **Crossover-Veranstaltung** mit allen Beteiligten.
- ◆ Methodisch wurden Avatare verwendet, um niemanden unter Druck zu setzen.
- ◆ Wo liegen Unterschiede und Schwierigkeiten?

Gesunde gemeinde eningen

- ◆ Wir Berater haben noch viele Vorurteile, obwohl wir denken sehr weltoffen zu sein.
- ◆ Unsere Kunden möchten gern länger und ausführlicher über ihre Krankengeschichte erzählen – sie sind nicht so 'zielorientiert' wie wir.
- ◆ Es helfen nur Tabletten und Spritzen oder Operationen – weiche Therapien wie Physio-, Ergo oder.....nützen nichts
- ◆ Der präventive Gedanke ist so gut wie gar nicht bekannt – Diät, Bewegung, Beckenbodengymnastik, Zähneputzen, Impfen...
- ◆ Traumatische Erlebnisse bedürfen starker Schmerzmittel leider fehlen muttersprachliche Therapeuten – viele haben Heimweh – sie kommen mit unserer Kultur nur schwer zu recht
- ◆ Zusammenhang Soziales und Gesundheit (Männer wurden oft erst krank als die Frauen kamen – Frauen werden krank durch eine völlig andere Lebenswelt z. B. Spannungsfelder Beruf/Familie)

Gesunde Gemeinde Eningen

- ◆ Vereinbarungen eher unverbindlich – wenn es den Betroffenen wieder besser geht, kommen sie nicht wieder – Kontakte werden oft aufgenommen bei zufälligen Begegnungen unterwegs – man wird sozusagen zum Streetworker oder was sehr gut angenommen wurde, dass viele Beratungen bei mir zuhause stattfinden – das willkommen sein in einer privaten Wohnung bringt sehr viel Wertschätzung ...
- ◆ Vielleicht bräuchte man auch eine Art 'offene Tür' wie eine Kaffee- oder Teestube – das Impfen in der Flüchtlingsunterkunft hat glaube ich bei uns so gut geklappt, weil wir zu den Impfungen gegangen sind. Man war sozusagen direkt dabei...
- ◆ Die Crossover – Veranstaltung hat uns gespiegelt, dass die Geflüchteten nicht unbedingt umfänglich beraten werden, sondern immer weiter geschickt werden von Institution zu Institution – man bräuchte mehr Casemanager.
- ◆ Multiplikatoren zu generieren ist auch schwierig – da Ehrenamtlichkeit in diesen Ländern auch unbekannt ist.
- ◆ Wenn Corona jetzt wieder vorbei ist, können wieder Vorträge, Mitmachangebote stattfinden – kann wieder gemeinsam gekocht werden.....

Gesunde Gemeinde Eningen

- ◆ Erkenntnisse für mich:
- ◆ Wie müssen offener sein für die Besonderheiten der anderen Kulturen und nicht versuchen die Menschen mit Migrationshintergrund so zu beraten, wie wenn sie Deutsche wären.
- ◆ Man muss mehr Gelegenheiten schaffen für unverbindliche, zufällige Begegnungen = 'offene Türen' – aber dann für alle nicht nur die Migranten – ich denke an psychisch Kranke, Obdachlose, Demenz betroffene, Einsame, Alleinerziehende – eventuell kann man sie ja zu gegenseitiger Unterstützung anleiten.
- ◆ Die Idee, dass der Berater gut im Sozialraum vernetzt ist, ist sehr hilfreich – dadurch ergeben sich sehr viele hilfreiche Ideen
- ◆ Weniger medizinische Probleme, wenn das soziale Umfeld stimmt wie Wohnung, Arbeit, Sprache usw.
- ◆ Gute Integration dauert sicher mindesten 10 – 15 Jahre und im Laufe dieser Zeit verändert sich der Unterstützungsbedarf permanent... (Konflikte – Annäherungen der Kulturen)

Gesunde Gemeinde Eningen



- ◆ Vielen Dank an meine Unterstützer

Gesunde gemeinde Eningen



Mein politischer Traum die
Caring Community

Gesunde gemeinde Eningen

- ◆ Ideen zur Caring Community
- ◆ In einer Gesellschaft in denen Familien immer mehr zerfallen – braucht es neue verbindende Strukturen.
- ◆ „Sorgetetze stärken – Solidarität leben“
- ◆ Ist Hilfe eigentlich ein Dienstleistungsangebot?
- ◆ Wie arbeiten Profis, Freiwillige und informell Helfende zusammen?
- ◆ Wer sorgt sich um mich und für wen Sorge ich?
- ◆ Muss ich mich schämen, wenn ich Hilfe brauche?
- ◆ Wer ist bei uns einsam?

Gesunde gemeinde Eningen

Eine wichtige Komponente von Caring Communities ist, dass Menschen, die sich nicht schon gut kennen – z.B. als Familie oder Freunde oder in Arbeitsbeziehungen stehen, sondern die einander unbekannt oder halb bekannt sind, über soziale Differenzen (Anonymität, Herkunft, soziale Gruppen, Alter usw.) hinweg aneinander Anteil nehmen können. Das schafft Verständnis, Vertrauen und Zusammenhalt.



Gesunde Gemeinde Eningen

- ◆ Der Assistenzbedarf und der Hilfebedarf sollte mehr im Zentrum stehen und nicht das 'Anderssein' (Migrationshintergrund, Körperliche Behinderung, Demenz, Armut, Einsamkeit, Isolation, Psychische Erkrankung)
- ◆ Es wird der genaue Bedarf ermittelt und dann kommt die Hilfe „aus einer Hand“ und nicht aus dem Inklusionsbereich, aus der Altenpflegfachberatung, aus der Alzheimerberatungsstelle, aus dem Jobcenter etc.
- ◆ Und da kommt genau die gute Vernetzung vor Ort zum Tragen – **Wer hilft – Wann – wo wem?** Denn es geht um **Teilhabe für alle**.



Gesunde Gemeinde eningen

- ◆ Danke für Ihre Aufmerksamkeit und ich beantworte noch gerne Ihre Fragen...

