

Gesundheit im Stadtteil Vahr – Rückblick und Herausforderungen

Fachausschuss Arbeit, Wirtschaft,
Gesundheit und Senioren des Beirats Vahr

Gesundheitsfachkraft im Quartier

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für
Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

11.12.2023

Agenda



- **Gesundheitsfachkräfte im Quartier – Projektrahmen und Aufgabenfelder**
- **Bedarfe im Stadtteil**
- **Angebote in den Themenfeldern**
 - **Information und Sensibilisierung**
 - **Bewegung**
 - **psychische Gesundheit**
 - **Ernährung**
- **Kooperation und Vernetzung**
- **Erfolge und Herausforderungen**
- **Ausblick**

Gesundheitsfachkräfte im Quartier - Projektrahmen

- **Finanzierung:** Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz
- **Laufzeit:** 01.01.2021 bis 31.12.2025
Entfristung angestrebt
- **Personal seit 2022:**
 - 2,75 Stellen Koordination
 - 10 Vollzeitstellen als Gesundheitsfachkräfte in Bremen
 - 2 Vollzeitstellen als Gesundheitsfachkräfte in BHV

Aufgabenfelder



Bedarfsermittlung



Information und Sensibilisierung



Angebotsentwicklung



Öffentlichkeitsarbeit



Kooperation und Vernetzung



Bedarfsermittlung

Austausch mit Akteur:innen der Vahr im Netzwerk Gesundheit, in Arbeitskreisen oder persönlichem Austausch

Einen besonderen Fokus hatten 2023 die Themen Bewegung, Psychische Gesundheit, Medienkonsum, Autismus

Auch Hebammenmangel in der Vahr war Thema: keine Rückbildungskurse im Stadtteil

Frauenschwimmen/ Schwimmkurse für Kinder

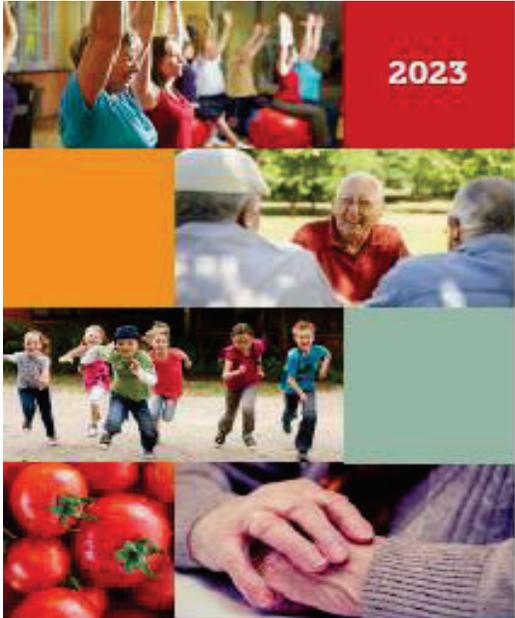
Information und Sensibilisierung

- Gesundheitsquiz und Aktionen auf Stadtteil-Festen: Bewegungsspiele, Apfelspirale, selbstgemachte Limonade...
- Gesundheitsquiz im Seniorentreff



Information und Sensibilisierung

- Aktualisierung der Broschüre mit kostenlosen Gesundheitsangeboten in der Vahr
- Etablierung eines regelmäßigen Beratungsangebotes im Klimaladen der Berliner Freiheit



2023

KOSTENLOSE ANGEBOTE
für Ihre Gesundheit

IN DER VAHR

Gesundheitsfachkräfte im Quartier

Neue Vahr

Die Gesundheitsfachkräfte sind zuständig für:



BERATUNG und
INFORMATIONEN
ZU GESUNDHEIT



BERATUNG und
INFORMATIONEN
ZU CORONA

SCHREIBEN SIE UNS GERNE ODER RUFEN SIE UNS AN:



persönliche Beratung mittwochs von 10-12 Uhr im Klimaladen Berliner Freiheit

 0176 / 42062699

 julia.toerper@gesundheit-nds-hb.de

 Deutsch, Englisch

 Gesundheitsfachkräfte Bremen

 gesundheitsfachkraefte_bremen

 gesundheitsfachkraeftehb

Information und Sensibilisierung: Informationsveranstaltungen

Für Bewohner: innen

- Medienkonsum
- Reproduktive Gesundheit
- Kinderkrankheiten
- Mutter-Kind-Kuren
- Erste Hilfe am Kind
- Mammographie-Screening und HPV-Impfung
- Gesunde Brotdose
- Gesundheitskurse der KK



Für Fachkräfte/ Honorarkräfte

- Gesunder Medienkonsum bei Kindern
- Autismus
- Bedarfe und Angebote für Kinder seelisch kranker Eltern
- Weitervermittlung von bremen - weiten Fortbildungen für FK

Angebote im Themenfeld Bewegung

- Rollator-Training für Ältere
- Calisthenics für Ältere
- Kinderturnen
- Galoppgarten
- Frauenschwimmen
- Yoga

Kostenlose Veranstaltung
Samstag, 03. Juni 2023, 11:00 Uhr

Mit Rollator zum Spargelessen

Ab August 2023 bieten wir am Bürgerzentrum Neue Vahr einen Lauftreff mit Rollator an! Wir wollen in der Gruppe trainieren und Ihre Bewegungsfähigkeit und Selbstständigkeit fördern. Wir laden alle Interessierten herzlich zu einem Informations- und Kennenlernetreffen ein, welches gemeinsam mit dem Seenlauf- und Spargelessen am Bürgerzentrum stattfindet! Die Rollator-Gruppe dreht eine kleine Übungs-Runde und lernt ihre Trainerin, die Ergotherapeutin Doris Vogelsang, kennen.

Ort

Bürgerzentrum Neue Vahr
Treffpunkt am großen Saal

Zeit

Lauf: 11:00 – 12:30 Uhr
Spargelessen: ab 12:30 Uhr

Information und Anmeldung

Doris Vogelsang: 0152 55952077 oder
dorisv@1956gmail.com

Ihre Daten werden im Rahmen der Veranstaltung gespeichert. Dies können Sie jederzeit widerrufen unter der oben genannten Telefonnummer/E-Mail-Adresse.

Hinweis: Die Teilnahme am Rollator-Training ist kostenlos. Für das Spargelessen betragen die Kosten 9 Euro inkl. Getränke.



Die Senatorin für Gesundheit,
Frauen und Verbraucherschutz



Angebote im Bereich psychische Gesundheit

Selbsthilfegruppe für
ukrainische geflüchtete
Frauen

Informationsveranstaltungen
u.a. zu Medienkonsum,
Mutter-Kind-Kuren
Beratung

Therapeutisches Boxen für
Kinder

Vernetzung mit refaps,
gemeinsame Vorstellung in
Kitas und Sozialarbeiter-
Team der KSA

refaps: Regionale Fachkräfte für
psychische Gesundheit von Kindern
und Jugendlichen in Bremer
Quartieren

Angebote im Bereich Ernährung



Informationen zum Thema „Gesunde Brotdose“ und immer wieder Austausch mit Eltern über gesunde Ernährung/ Zucker/ Ernährung bei Kinderkrankheiten

Die Gesundheit ist Gesundheit. Freie Hansestadt Bremen. MGFS

GESUNDES PAUSENESSEN

Getreide / Kohlenhydrate

- Wichtig für Wachstum, Energie und das Gehirn (Lehrwerk)
- Naturliebste Lebensmittel und Vollkorn-Produkte machen länger satt

Obst / Gemüse

- Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe
- Wichtig für das Immunsystem, die Verdauung und das Herz-Kreislauf-System







Eiweiße / Proteine

- Wichtig für starke Muskeln, Knochen und Organe
- Jeden Tag pflanzliche Proteine und Milchprodukte (Kalium)
- Fleisch/Ei jeweils höchstens 3-mal die Woche, Fisch 1- bis 2-mal die Woche

Getränk

- Wichtig für die Konzentration und damit der Körper funktionieren kann
- am besten Wasser, Tees ohne Zucker oder Süßholz (0,2 Liter Wasser mit 1/3 Saft)
- Ca. 1 Liter pro Tag für Grundschulkind

SO KÖNNTE DAS PAUSENESSEN AUSSEHEN:



Brot, Beeren, Joghurt



Vollkornbrot, Apfel, Oliven, Käse, Wurst, Müsli
(Auftrag mit 0,2 Liter Saft - Bechergesam)



Vollkornbrot, Apfel, Oliven, Gatte, Käse



Vollkornbrot, Gatte, Tofu, Mandarinen, Käse, vegetarische Wurst, Ei



Essenbrot, Gatte, Tomate, Apfel, Wasserkubus, Oliven, Käse, Agave



Vollkornbrot, Gatte, Saft, Tomaten, Apfel, Linsen-Bohnenaufschnitt

© MGFS - www.mgfs.de

Kooperation und Vernetzung



4x im Jahr finden Treffen des Netzwerk Gesundheit statt



Vermittlung von Gesundheitsangeboten und Informationen über Angebote über Verteiler „Netzwerk Gesundheit“



Teilnahme an Stadtteilkonferenz und Arbeitskreisen



Vernetzung von Einrichtungen im Stadtteil mit Akteuren und Projekten wie z.B. den Refaps, Projekt Elternwerkstatt, Schatzsuche, Sportgarten/ Bremen bewegen, Bremer Sportjugend...

Erfolge und Herausforderungen

Erfolge

Angebote für Familien und Kinder und Senior:innen werden gut angenommen

- Zusammenarbeit mit FQZ, Bürgerzentrum, Mütterzentrum und anderen lokalen Akteuren funktioniert gut
- Regelmäßiges Beratungsangebot konnte etabliert werden
- Regelmäßige Besuche in Elterntreff ermöglichen Austausch und Sensibilisierung von/ mit Müttern
- Gute Vernetzung in der Vahr und mit Bremer Einrichtungen/ Vereinen
- Erfolgreicher Abschluss: TK-Verfügungsfonds

Herausforderungen



- Mängel in medizinischer Versorgung und psychotherapeutischer Behandlung können nicht gelöst werden (Hausärzt:innen, Hebammen, Therapeut:innen)
- Strukturelle Herausforderungen: Mangel an Wasserplätzen, Sportstätten, Übungsleitern, Fachkräften
- Die Dialoggruppe „Männer“ wird nicht in zufriedenstellendem Maße erreicht

Ausblick



personelle Veränderung 2024: Einarbeitung der nachfolgenden Gesundheitsfachkraft



Fortführung der gesundheitsbezogenen Aktivitäten und von langfristigen Projekten wie Kinderturnen, Rollator-Lauf, Selbsthilfegruppe für ukrainische Geflüchtete



Fortführung der Aktivitäten zu Kooperation und Vernetzung



Bedarfsorientierte Planung von Angeboten



Aufsuchende und beratende Tätigkeiten