

Sitzung des Beirats (digital) am 22.02.2023 - Protokoll

Teilnehmer*innen:

- Katharina Hauschildt, AOK Rheinland/Hamburg
- Angelika Hoffmann, Bezirksamt Hamburg-Mitte
- Andrea Hunsche, IKK classic
- Michael Keturi, Gesundheitsberatung hamburger arbeit
- Meggi Krieger, Evangelische Stiftung Alsterdorf / Q8 Horn
- Cagla Kurtcu, Gesundheitskiosk
- Bettina Rosenbusch, Billenetz/Lokale Vernetzungsstelle MüHoBi
- Ute Warringsholz, Kifaz Dringsheide
- Tugba Yildiz, Sozialkontor

1. Aktuelle Mitteilungen, Planungen, Themen für 2023

Bettina Rosenbusch:

- Aktionsplan „Gesundheit durch Bewegung“: Bei einem Treffen mit Akteuren aus Vereinen, Hamburger Sportbund, Bezirksamt und anderen wurden 2 Ideen für Billstedt entwickelt:
 - „Bewegter Marktplatz“: z.B. an einem Samstag Nachmittag stellen ParkSport, Sportvereine usw. Mitmach-Angebote auf dem Marktplatz vor mit dem Ziel, dass die Leute zu weiteren Bewegungs-Aktivitäten motiviert werden.
 - Spaziergangs- und Wanderaktivitäten: Der Wanderverein hat großes Interesse daran, Einstiegsangebote zum Spaziergehen, Wandern und gegen Vereinsamung durchzuführen.

Bettina Rosenbusch verfolgt beide Ideen weiter.

- In Mümmelmannsberg gibt es den Wunsch, mehr Bewegungsangebote für Senior*innen zu machen. Für die Seniorinnen-Turngruppe wurde ein neuer Trainer gefunden, allerdings fehlt noch ein Raum dafür (mietkostenfrei).
- Im Quartier Dringsheide/Haferblöcken gibt es den Wunsch, eine Standortanalyse durchzuführen. Ute Warringsholz, Claudia Deppermann (Quartiersmanagerin) und Bettina Rosenbusch bereiten das gemeinsam mit Henrieke Franzen (HAG) vor, Start soll Mitte April sein.
- Der Veranstaltungskalender „Raus aus dem Haus“ mit kostenfreien und kostengünstigen Gesundheitsaktivitäten ist erschienen und kann im Billenetz-Büro abgeholt werden.
- Die HAG hat Steckbriefe der Lokalen Vernetzungsstellen Prävention erstellt und veröffentlicht (siehe Anlage)
- Bei der Satellitenveranstaltung des Kongresses „Armut und Gesundheit“ am 03.03.2023 (digital) präsentieren Henrieke Franzen (HAG) und Bettina Rosenbusch die Aktivitäten der Lokalen Vernetzungsstellen in Hamburg.

Cagla Kurtcu:

- Im Lokalen Gesundheitszentrum Mümmelmannsberg sind mehr Bewegungsangebote erwünscht, es fehlen aber leider geeignete Räume dafür.
- Sozialkontor führt Mittwoch und Freitag im LGZ Mümmelmannsberg Sozialberatung durch. Diese ist für alle nutzbar, nicht nur für Mitglieder der AOK und IKK Mobil Oil.
- Eines der nächsten Treffen des MüHoBi-Beirats kann gerne im Gesundheitskiosk stattfinden, dann können auch die aktuellen Angebote etwas ausführlicher vorgestellt werden.

Ute Warringsholz:

- Die Leitungsstelle im Kifaz Dringsheide wird in Kürze wieder besetzt.
- Die von MüHoBi finanzierte Gruppe „Ramba Samba de Kifaz“ läuft weiterhin sehr gut, durch den neuen Trainer hat sie sich mit neuen Teilnehmer*innen und auch inhaltlich erweitert.

Tugba Yildiz:

- Im Sozialkontor wird eine Abteilung für Kinder- und Jugendhilfe aufgebaut, um mehr für diese Altersgruppe anbieten zu können.
- Alle Gruppenangebote finden statt.

Meggi Krieger:

- Sie hatte bereits das Thema „Angebote für Menschen mit Behinderung“ vorgeschlagen und fragt dafür zum nächsten Treffen (07.06.) eine*n Inputgeber*in aus dem Rauhen Haus oder der Evangelischen Stiftung Alsterdorf an.

Katharina Hauschildt:

- In Kürze (voraussichtlich zum 01.04.2023) wird das überarbeitete Präventionsgesetz in Kraft treten – es wird interessant, welche Änderungen für die Präventionsarbeit sich daraus ergeben werden.

Michael Keturi:

- Die Beratung und Kurse der Gesundheitsberatung werden jetzt durch die GKV finanziert, sie laufen gut. Es gibt inzwischen viel Zulauf über Mund-zu-Mund-Propaganda.
- Auch die Donnerstag-Veranstaltungen mit digitalen Gesundheitsangeboten werden gut angenommen.

Andrea Hunsche:

- Sie ist bei der IKK classic für Niedersachsen und Hamburg zuständig und wird in der nächsten Zeit für die IKK classic bei MüHoBi dabei sein.

2. Zusammenarbeit mit dem Hamburger Wanderverein

Der Bericht von Bettina Rosenbusch, dass der Hamburger Wanderverein Interesse an der Zusammenarbeit mit MüHoBi hat, löst im Beirat große Begeisterung und Ideen aus:

- Kürzere Spaziergänge und längere Wanderungen wären sehr gut für mehr Bewegung und gegen Vereinsamung aller Altersgruppen– auch Kinder und Familien könnten dafür gut angesprochen werden.
- Der Gesundheitskiosk könnte als Treffpunkt/Startpunkt dienen, so dass deren Teilnehmer*innen für die Aktivität angesprochen werden können und die Angebote des Gesundheitskiosk noch bekannter werden.
- Beim Kifaz gibt es nach wie vor die Nordic Walking-Gruppe, vielleicht könnten die Gruppen gemeinsame Aktivitäten machen.

Bettina Rosenbusch wird den Kontakt zum Wanderverein fortsetzen und die Überlegungen konkretisieren.

3. Psychische Belastungen nach Corona

Katharina Hauschildt wirft die Frage auf, wie stark die Belastungen nach Corona sind. Dazu einige Aspekte aus der Diskussion:

- Kinder nehmen Freizeitangebote sehr stark in Anspruch, die Eltern erholen sich allmählich von den Corona-bedingten Anstrengungen.
- Es gibt große Lücken bei den Kindern in Bezug auf soziale Kompetenz und schulisches Wissen.
- In den Familien herrscht inzwischen wieder mehr Normalität, aber die Belastungen in den Familien sind gestiegen weil Angebote nicht so niedrigschwellig sind wie früher.
- Es gibt eine hohe Belastung dadurch, dass viele Angebote (insb. bei Ämtern und Behörden) nur noch online erreichbar sind. Online-Angebote sind für viele Bewohner*innen eine große Belastung und lösen viel Stress aus – wir sollten Angebote zum Umgang/Vermeidung von Stress entwickeln.
- Auch die Mitarbeiter*innen in den Einrichtungen sind hoch belastet, bei vielen gibt es eine starke psychische Erschöpfung. Dagegen könnten „Energie-Tankstellen“ helfen, d.h. kleine/kurze Angebote wie z.B. bewegte Mittagspause (gemeinsam Spaziergehen und/oder online-Angebote). Auch Angebote der Betrieblichen Gesundheitsförderung können gut genutzt werden, die Mitarbeiter*innen könnten sich z.B. für Aktivitäten in der Mittagspause verabreden und gemeinsam etwas unternehmen.
- Um nach Corona Impulse gegen Vereinsamung und für Bewegung zu setzen könnten abwechselnde, regelmäßige Angebote auf dem Marktplatz oder an vergleichbaren Stellen organisiert werden, nicht nur verschiedene Bewegungsangebote sondern auch gemeinsames Singen oder ähnliches.
- Viele Kinder haben während der Corona-Zeit durch Bewegungsmangel, aber auch durch ungesunde Ernährung stark zugenommen. Altersgerechte Angebote zu gesunder Ernährung wären sinnvoll, z.B. wieviel Zucker ist in den Lebensmitteln drin?

Nächstes Treffen des Beirats MüHoBi:

Mittwoch, 07.06.2023, 15 Uhr bis ca. 16:30 im Gesundheitskiosk (Möllner Landstraße 18)

Themenschwerpunkte:

- Barrierefreiheit / Angebote, die auch für Menschen mit Behinderung gut nutzbar sind
- Information zum neuen Präventionsgesetz

Bettina Rosenbusch, 28.02.2023