



Presse Information

AOK fördert das Präventionsprojekt „Gesundheitskurs für Migrantinnen“ der Stadt Nürnberg mit 4.760 Euro

Besonders für Frauen mit Migrationshintergrund ist es nicht leicht, eine gesunde Lebensweise in den Alltag zu integrieren. Neben sprachlichen Problemen und den Schwierigkeiten, sich in ein neues Kultur- und Wertesystem einzufinden, sind es häufig auch Arbeitslosigkeit oder eine geringe Schulbildung, die zu psychischen und physischen Erkrankungen führen. Deshalb ist es besonders wichtig, Präventionsprojekte zu fördern, die im direkten Lebensumfeld der Betroffenen ansetzen. Ziel ist es, Maßnahmen zu entwickeln, die Gesundheit und Lebensqualität steigern und gesundheitliche Chancengleichheit fördern. Ein Projekt, das diese Voraussetzungen erfüllt, ist der „Gesundheitskurs für Migrantinnen“, den das Frauen & Mädchen Gesundheitszentrum e.V. (FMGZ) in Nürnberg ins Leben gerufen hat. Christine Brummer, Pressesprecherin der AOK in Mittelfranken, übergab heute den Förderbescheid der AOK Bayern an Dr. Ina Zimmermann vom Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg und Petra Linhard, Mitarbeiterin beim FMGZ: „Uns ist es wichtig, dass jeder, unabhängig vom Bildungsstand, Einkommen und kulturellem Hintergrund, Zugang zu einer gesundheitsfördernden Lebensweise hat. Deshalb unterstützen wir das Projekt sehr gerne“, so Christine Brummer.

Alltagsnahe Hilfestellung

Ziel des Gesundheitskurses für Migrantinnen ist es, Maßnahmen zu entwickeln, die das Gesundheitsbewusstsein fördern. „Neben der Wissensvermittlung steht der gemeinsame Austausch und die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins im Mittelpunkt“, beschreibt Petra Linhard die Inhalte. Jeder Kurs findet acht Mal statt und besteht aus einer Gruppe von sechs bis acht Frauen. Alle Kurseinheiten werden von einer muttersprachlichen Fachkraft durchgeführt. „Jeder Termin beinhaltet einen anderen Themenschwerpunkt. So werden beispielsweise die Themen Work-Life-Balance, der richtige Umgang mit Medikamenten oder das Thema Depression und Schlafstörung angesprochen. Am Ende des achtwöchigen

Kurses erhält jede Teilnehmerin einen individuellen Gesundheitsplan und Selbsthilfetipps für einen gesunden Alltag“, so Dr. Ina Zimmermann vom Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg.

Gesundheitsförderung in den Kommunen

Ob Gemeinde, Stadt oder Landkreis – jede Kommune, die ein Präventionsprojekt plant, kann sich bei der AOK nach einer finanziellen Förderung erkundigen – so wie es auch das Frauen & Mädchen Gesundheitszentrum getan hat. „Wir unterstützen gerne Maßnahmen, die dazu beitragen, das Wohlbefinden und die Gesundheit der Bürger zu steigern“, erklärt Christine Brummer weiter. „Gesundheitsförderung ist für uns ein elementarer Leitgedanke – nicht nur ein gesetzlicher Auftrag.“ Im Fall des Frauen- und Mädchengesundheitszentrums hat das Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg die finanzielle Förderung des Kurses befürwortet und gemeinsam mit der Kooperationspartnerin FMGZ einen Antrag bei der AOK gestellt. Die gesamte Abwicklung des Projektes läuft daher über das Gesundheitsamt.

Weitere Informationen zur kommunalen Gesundheitsförderung und den Förderkriterien der AOK Bayern gibt es unter www.aok.de/bayern/gesundekommune oder telefonisch unter 0911 218-446.

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse

Die AOK Bayern versichert über fast 4,4 Millionen Menschen in Bayern. Diese große Gemeinschaft garantiert höchste Sicherheit – von der Kindheit bis ins Alter. Mit einem Marktanteil von über 40 Prozent und einem Haushaltsvolumen von über 16 Milliarden Euro ist die AOK Bayern eines der führenden Dienstleistungsunternehmen und größte gesetzliche Krankenkasse im Freistaat. In 250 Geschäftsstellen beraten und unterstützen die Mitarbeiter der AOK Bayern Versicherte in allen Fragen der Kranken- und Pflegeversicherung. Prävention und Gesundheitsförderung sind bedeutende Aufgaben der gesetzlichen Krankenkassen.



Freuten sich gemeinsam über die Unterstützung für Migrantinnen (v.l.n.r.): Dr. Ina Zimmermann, Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg, Petra Linhard vom FMGZ Nürnberg und Christine Brummer, Pressesprecherin der AOK in Mittelfranken. (Foto: AOK)