

Folgende **Materialien** stellen wir Ihnen für die Durchführung von Informationsveranstaltungen zur Verfügung:

- PowerPoint Präsentation „Gesund bleiben! Was kann ich tun?“



- Flyer „Gesund bleiben! Was kann ich tun?“



Alle Materialien zum Download sowie weitere Informationen finden Sie auch unter:
www.ladadi.de/wir-gesundheit

Der Handlungsleitfaden ist im Rahmen des GKV-Projektes „WIR fördern Gesundheit“ entstanden.



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT



Spitzenverband



AOK
Die Gesundheitskasse



Handlungsleitfaden

Gesund bleiben! Was kann ich tun?

Gesundheitliche Informationsveranstaltungen
mit Migrant*innengruppen



Wir freuen uns, dass Sie sich für die Durchführung von gesundheitlichen Informationsveranstaltungen mit Migrant*innengruppen interessieren!

Mit diesem Handlungsleitfaden möchten wir Sie bei der Planung und Umsetzung unterstützen. Die von uns zur Verfügung gestellten Materialien sollen dazu dienen, die Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden der Veranstaltungen im Bereich der individuell verhaltensbezogenen Prävention zu stärken.

In der PowerPoint Präsentation „Gesund bleiben...was kann ich tun?“ werden die vier Handlungsfelder der Primärprävention **Ernährung, Bewegung, Stressmanagement und Suchtmittelkonsum** vorgestellt und die Teilnehmenden für die Eigenwahrnehmung im Bereich dieser Themenfelder sensibilisiert. Zudem werden die Angebote der Gesundheits- und Präventionskurse der Krankenkassen sowie der Ablauf der Kurssuche, die Anmeldung und die Voraussetzungen für die Kostenübernahme schrittweise erklärt.

Der begleitend zur Präsentation entwickelte Flyer kann den Teilnehmenden ausgehändigt werden. Darin werden die Schritte ebenfalls anschaulich dargestellt und die Teilnehmenden befähigt, selbständig nach Gesundheits- und Präventionskursen zu recherchieren und bei Interesse daran teilzunehmen.

Um eine hohe Beteiligung bei den Informationsveranstaltungen zu gewährleisten, ist es ratsam, die Veranstaltungen gemeinsam mit einer/m Multiplikator*in zu planen und umzusetzen und es an bestehende Strukturen in Sozialräumen und/oder Migrant*innenorganisationen einzubinden. Mit Hilfe von Multiplikator*innen (z.B. Integrations- oder Gesundheitslots*innen oder weiteren engagierten Personen aus den Communities), die über einen vertrauensvollen Kontakt zu den entsprechenden Gruppierungen verfügen, wird das Angebot zur Durchführung einer Informationsveranstaltung über Präventionsmöglichkeiten im Gesundheitsbereich den jeweiligen Kontaktpersonen in den Migrant*innengruppen vorgestellt und bei Interesse gemeinsam organisiert.

Die Multiplikator*innen unterstützen bei der Planung und Organisation der Veranstaltung. Im Rahmen der Durchführung der Informationsveranstaltungen wird die Präsentation über Primärprävention durch eine/n Referent*in vorgestellt. Der/Die Multiplikator*in fungiert dabei als Assistenzkraft und unterstützt den interaktiven Austausch sowie bei sprachlichen und strukturellen Kommunikationsproblemen.

Die Informationsveranstaltungen können in Migrant*innenselbstorganisationen oder in institutionell organisierten Angeboten durchgeführt werden. Darüber hinaus ist diese Methode generell für die Arbeit mit vulnerablen Gruppen geeignet und kann selbstverständlich auch für die Vermittlung von anderen Themengebieten eingesetzt werden.

Eine kleine **Checkliste** für die Aufgaben der Multiplikator*innen soll Ihnen bei der Vorbereitung der Informationsveranstaltungen helfen:

- ☒ Kontaktaufnahme zu den Migrant*innenvereinen/-gruppierungen
- ☒ Interessensabfrage
- ☒ Terminabsprache mit Migrant*innengruppen und Projektleitung sowie eventuell weiteren Kooperationspartner*innen
- ☒ Organisation von Räumen (eventuell von Getränken und gesundem Essen)
- ☒ Sprachliche Assistenz bei der Durchführung der Informationsveranstaltungen
- ☒ Gemeinsame Auswertung mit der/dem Referierenden

