

# Wettbewerb um einen Bonus aus der Regionalbudget-Förderung

## Projektbeschreibung

### 1. Ausgangssituation

Für Arbeitslose bedeutet mangelnde Fitness bzw. Krankheit eine Beeinträchtigung der Lebensqualität und insbesondere ein großes Vermittlungshemmnis zur Integration auf dem Arbeitsmarkt. Diesbezüglich stellt sich lt. Statistik der BA diese Situation bei Langzeitarbeitslosen als besonders schwerwiegend und häufig dar. Da eine stabile physische und psychische Gesundheit Voraussetzung für eine dauerhafte Wiedereingliederung ist, wurde aufgrund der Erfahrungen aus der Gemeinschaftsinitiative Equal und hier insbesondere, abgeleitet von den Ergebnissen des „Nationalen Thematischen Netzwerkes“ Altersmanagement und Gesundheitsförderung, von der DAA Frankfurt (Oder) ein Konzept entwickelt und in der 1. Regionalbudget-Runde realisiert.

### 2. Zielsetzung

In dem Projekt „Aktivierung von Langzeitarbeitslosen mit Gesundheitsförderung“ sollen die Teilnehmer/-innen ihre Lebensweise reflektieren und ihr persönliches Gesundheitsprofil erarbeiten. Durch verschiedene Aktivierungsmodule, in deren Mittelpunkt die persönliche Fitness steht, wird ein aktives selbstfürsorgliches Verhalten angeregt. Gesunde Ernährung, körperliches und geistiges Training steigert die Leistungsbereitschaft sowie Leistungsfähigkeit. Teilnehmer/-innen setzen sich erreichbare Ziele und können individuelle Erfolge verzeichnen. Diese positiven Erfahrungen und ihre Auswirkungen lassen sich auf das Berufsleben übertragen und einen entsprechenden Effekt auf Antrieb, Durchsetzung, Stärke und Kooperation erzielen. Darüber hinaus werden psychosoziale Fähigkeiten wie Teameignung, Kommunikation und Selbstreflexion durch Sport in der Gruppe geschult. Teilnehmer/-innen stärken ihre Konzentrationsfähigkeit, ihr Durchhaltevermögen sowie ihr Selbstbewusstsein und wagen sich an neue Aufgaben. Etwaige Mobilitätshemmnisse werden reduziert und die Integrationsfähigkeit für den 1. Arbeitsmarkt deutlich erhöht. Des Weiteren werden die Teilnehmer/-innen angeregt, wieder aktiver am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

### 3. Konzeption

#### Inhalte im Überblick:

1. Coaching – individuelle sozial- pädagogische und arbeitsmarktintegrationsbezogene Betreuung	20 %
2. Gesundheit – Basiswissen	40 %
3. Gesundheit – praktische Übungen	20 %
4. Fit am PC	10 %
5. Arbeitsmarktorientierung und Vermittlungsunterstützung	10 %

In der ersten Woche besucht jede/r Teilnehmer/-in ein Eingangsassessment, unterzieht sich einer Eignungsfeststellung, führt das bilaterale Erstgespräch sowie ein Orientierungsgespräch zwecks Zielvereinbarung durch. Darauf folgen elf Wochen Aktivierung und Orientierung. Die Umsetzung der Maßnahme ist so konzipiert, dass die Inhalte in einer sich wiederholenden Themenschleife angelegt sind. D.h., ein Zugang weiterer Teilnehmer/-innen ist wöchentlich jeweils montags möglich.

Im Folgenden ist ein Auszug aus dem Programm dargestellt:

- Persönlicher Gesundheitscheck
- Ressourcen orientierte Stärkenanalyse
- Zivilisationskrankheiten und andere gesundheitliche Bedrohungen
- Ungesunde Essgewohnheiten und Suchtmittelkonsum
- Gesundes Betriebsklima in der Arbeitswelt, Gesundheit am Arbeitsplatz
- Herz-Kreislauf-Training, Rückenschule
- Bewegungstraining, Dehnübungen, Entspannungstechniken
- Exkursionen zu lokalen Events und Attraktionen
- Fit am PC
- Arbeit mit persönlicher VerBIS Datenbank
- Berufswegeorientierung, Alternativen finden
- Jobmentoring zur Verbesserung der Eigenbemühungen

#### **4. Praktische Umsetzung und erste Ergebnisse**

Seit dem 3. September erfolgt die praktische Umsetzung des Projektes.

Eine nach zwei Monaten durchgeführte Teilnehmerbefragung zeigte sowohl positive Rückmeldungen als auch positive Verhaltensänderungen innerhalb der Gruppe:

12 von 14 Befragten gaben an, ihr Bewusstsein um die eigene Gesundheit verbessert zu haben, eine Person gab an „in geringen Mengen“ und eine „eher nicht“.

Als Merkmale der veränderten Motivationslage wurden genannt: „der Tag wird besser, sinnvoller gestaltet“; „der Tagesablauf ist wieder geregelt und man setzt sich Ziele“; „eine Neuorientierung auf dem Arbeitsmarkt ist möglich“; „die Dinge werden realistischer gesehen“; „man hat wieder Lust, Leute zu treffen“; „bessere Krankheitsverarbeitung“.

Die vorrangige Motivation zur Teilnahme am Angebot ist: „der Kontakt mit Menschen mit gleichen Problemen“; „Tipps zur Bewältigung des Alltags“; „die eigene Fitness stärken“; „Sport in Gesellschaft zu treiben“; „trotz anhaltender Probleme sich entspannen zu können“; „Ernährungsberatung“.

Besonders begrüßt wird die Vielseitigkeit des Angebots, die offene, freundliche Atmosphäre in der Gruppe und zu Dozenten, die Möglichkeit, sich selbst einzubringen, der ganzheitliche Ansatz, die moderierten Gespräche in der Gruppe sowie die einfachen Erklärungen und Anregungen.

Weitere Erfolge: Eine Teilnehmerin hat nach 6 Wochen eine MAE-Maßnahme aufgenommen und kommt weiterhin gelegentlich; drei weitere Teilnehmerinnen haben während der Orientierungsgespräche Interesse an MAE-Maßnahmen signalisiert und es wurden mögliche Einsatzfelder eruiert; Steigerung der persönlichen Fitness durch regelmäßigen Ausdauersport bei den meisten Teilnehmern/-innen; drei Teilnehmer/-innen haben Gewicht abgenommen; eine Teilnehmerin trainiert ihre Beinmuskulatur, die seit einer OP zu Jahresbeginn noch nicht wieder optimal war.

Die Erfahrung zeigt, stabilisierende Gruppenkonzepte können individuelle Barrieren reduzieren und somit wichtige Unterstützung für eine effizientere Gesundheits- wie Beschäftigungsförderung leisten.

## **5. Verstetigkeit und Nachhaltigkeit**

In 2008 ist eine Zuweisung von 60 Teilnehmern/-innen aus dem JobCenter Frankfurt (Oder) vereinbart. Ziel ist, durch einen ganzheitlichen Ansatz unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Gesundheitsförderung die Kunden für den Arbeitsmarkt zu aktivieren. Dabei soll zunächst die Integrationsfähigkeit hergestellt werden, um dann durch ein gezieltes arbeitsmarktorientiertes Training die Vermittlungsfähigkeit auf den 1. Arbeitsmarkt zu erreichen. Die Integrationsfortschritte werden dokumentiert und dem JobCenter zur Verfügung gestellt. Darüber hinaus ist eine Zielvereinbarung zwischen der DAA und dem JobCenter von 15 % Vermittlung auf dem 1. Arbeitsmarkt vorgesehen. Aufgrund der positiven Erfahrungen mit den Teilnehmern/-innen aus den ersten 3 Monaten des Projektes wird diese Vereinbarung als realistisch eingeschätzt. Festzustellen bleibt, dass Vermittlung und Integration von Langzeitarbeitslosen nur als individuelle ganzheitliche Problemlösungsstrategie zu betrachten ist und bei Kunden mit multiplen Vermittlungshemmnissen, insbesondere mangelnder Fitness und bedenklichem Gesundheitszustand, die stereotype Betrachtungsweise von FbW-Maßnahmen gleich Vermittlung alleine nicht mehr zum Erfolg führt. Zur Umsetzung des Projektes wurde ein Netzwerk von Institutionen und Akteuren gebildet, das sowohl die ganzheitliche Herangehensweise unterstützt als auch der Verbreitung der Ergebnisse dient. Das Netzwerk besteht aus den Bildungsdienstleistern DAA, IB, bbw, ÜAZ, der Stadt Frankfurt (Oder), dem JobCenter Frankfurt (Oder), dem Sport- und Gesundheitszentrum Frankfurt (Oder), Sozialberatungsstellen, Vereinen und kulturellen Institutionen sowie Krankenkassen.