
Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 83/2022

Datum: 12.09.2022

Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt **Gesundheitsangebote zum Thema Entspannung im Jobcenter KoBa Harz**

Langzeitarbeitslosigkeit erschwert den Wiedereinstieg in das Berufsleben und beeinträchtigt häufig die Gesundheit der Betroffenen. Vor diesem Hintergrund bietet das Jobcenter KoBa Harz allen Kundinnen und Kunden ein vielfältiges Angebot zur Gesundheitsförderung. Ziel ist es, die negativen Folgen einer langzeitigen Arbeitslosigkeit auf die körperliche und psychische Gesundheit zu reduzieren und damit die Chancen einer Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt zu erhöhen.

Alle Maßnahmen sind Bestandteil des „Modellprojektes zur Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“, das von der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) und der IKK gesund plus begleitet wird. Neben den klassischen Präventionskursen der GKV, wie Wassergymnastik oder Autogenes Training, werden Arbeitslosen im Projekt auch gesundheitsfördernde Gruppenangebote z.B. zur gesunden Ernährung ermöglicht. Außerdem bietet das Jobcenter KoBa Harz ausgewählten Kundinnen und Kunden ein individuelles Gesundheitscoaching an.

Der September 2022 ist dem Thema Entspannung gewidmet. So plant das Jobcenter in Halberstadt einen Präventionskurs zur Progressiven Muskelrelaxation. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer*innen, wie sie sich durch gezieltes An- und Entspannen einzelner Muskelgruppen, körperlich und geistig entspannen können. Dieses Entspannungsverfahren ist nicht nur leicht erlernbar - seine positiven Effekte sind sofort spürbar und es kann jederzeit in den Alltag integriert werden. Am Standort in Quedlinburg können derweil Plätze für einen Yogakurs gebucht werden. Die aus Indien stammende Lehre fördert die körperliche Gesundheit, den Abbau von Stress und verhilft zu einem gesunden Gleichgewicht von Kraft und Ausdauer. Mithilfe spezieller Atemtechniken und wirbelsäulengerechter Bewegungen lernen die Teilnehmer*innen ihren Körper bewusster kennen.

Kundinnen und Kunden, die Interesse an einem der Kurse haben oder sich über Maßnahmen informieren möchten, können sich an ihre Fallmanager*innen im Jobcenters KoBa Harz wenden. Die Angebote sind für die Kundinnen und Kunden des Jobcenters kostenfrei und freiwillig.

Hintergrund

Das am 25.07.2015 in Kraft getretene Präventionsgesetz legt einen besonderen Schwerpunkt auf Prävention und Gesundheitsförderung in Lebenswelten (Settings). Gesetzliche Krankenkassen und ihre Kooperationspartner sollen zusammen noch stärker als bisher mit Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen aktiv auf Menschen in verschiedenen Lebenslagen zugehen. Ein Kernziel ist es, die Auswirkungen sozialer Benachteiligung auf die Gesundheit zu mildern. Dies geschieht bundesweit im Kooperationsprojekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“.

Vorsitzender: Prof. Dr. Andreas Geiger
Geschäftsführerin: Martina Kolbe
Vereinsregister: Amtsgericht Stendal Nr. 10522

In Sachsen-Anhalt sind die Jobcenter Burgenlandkreis, Dessau-Roßlau, Jerichower Land, Magdeburg, Mansfeld-Südharz und Wittenberg sowie die kommunalen Beschäftigungsagenturen Altmarkkreis Salzwedel, Anhalt-Bitterfeld, Harz und Saalekreis sowie die Agenturen für Arbeit Dessau-Roßlau-Wittenberg und Sangerhausen beteiligt. Gemeinsam mit der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., die das Vorhaben koordiniert und der IKK gesund plus, die es begleitet, wird an der Verbesserung des Gesundheitsverhaltens, der sozialen Teilhabenchance, der Leistungs- und Beschäftigungsfähigkeit sowie an der Steigerung der subjektiven Lebenszufriedenheit der Betroffenen gearbeitet. www.gkv-buendnis.de

Ihr/e Ansprechpartner/-in: Chris Bukall, Tel.: 0391/ 288683-0