

# Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt

ONLINE - KURSE »MEINE GESUNDHEIT STÄRKEN«

Daniel Albrecht, Mathias Engel, Maxi Schäfer, Annegret Schweppe & Marle Wilhelm

## HINTERGRUND

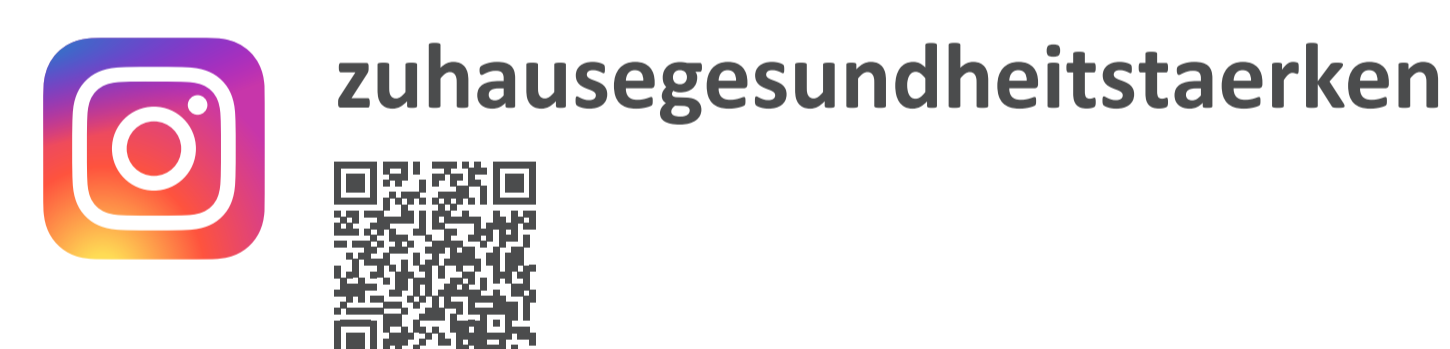
Viele der klassischen Inhalte im Projekt, die auf der Begegnung von Menschen basieren, konnten aufgrund der Covid-19-Pandemie nicht stattfinden. Um dennoch weiterhin Angebote für Menschen in Erwerbslosigkeit aufrecht zu erhalten, wurden die Online-Kursreihen "Zuhause Gesundheit stärken" gestartet. So konnte das Ziel, Menschen in Erwerbslosigkeit weiter für das Thema Gesundheit zu sensibilisieren und zur Teilnahme an gesundheitsfördernden Angeboten zu motivieren, weiterverfolgt werden.

### Unsere Online-Kurse bieten:

- Qualifizierte Anbieter\*innen
- jede Woche zwei Kurse á einer Stunde
- Themenfelder: Bewegung, Ernährung, Umgang mit Stress und Suchtprävention
- vielfältige Methoden wie theoretische Vorträge, alltagspraktische Tipps oder Übungen
- aktiven Einbezug der Teilnehmenden durch Chat-, Sprech- und Videofunktionen sowie eine Evaluation
- kostenfreie, anonyme, freiwillige und unverbindliche Teilnahme



## WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN



## ERGEBNISSE / FAZIT

### THEMEN DER KURSREIHEN



- Anzahl bisheriger Kursreihen: 18
- Einwahlen Teilnehmende gesamt: 1.580
- durchschnittliche Teilnehmendenzahl (pro Kursreihe): 87
- durchschnittliche Teilnehmendenzahl (pro Termin): 11



Durchschnittliche Bewertung: 4,83



Gerordert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V