

# Besser leben in Rheydt - mit Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung

Projekträger: PariTeam - Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialdienst mbH

## ZIELSETZUNG

---

Die gesundheitsförderliche Weiterentwicklung des Stadtteils Rheydt in Mönchengladbach ist Ziel dieses Projektes. Zusammen mit der Bevölkerung, den Einrichtungen und Akteuren des Quartiers sollen sozialogenorientierte und primärpräventiv ausgelegte Maßnahmen entwickelt und in den jeweiligen Lebenswelten angesiedelt und umgesetzt werden. Einen besonderen Fokus legt das Projekt auf

- sozial benachteiligte Bewohner/-innen des Stadtteils, insbesondere ältere Menschen,
- Menschen mit Migrationshintergrund und
- Alleinerziehende

## LEBENSWELT

---

- Der Stadtteil ist von vielfältigen sozialen und gesundheitlichen Herausforderungen geprägt
- Der Anteil von Armut betroffener Menschen sowie Erwerbsloser und Migrant/-innen liegt überdurchschnittlich hoch
- Der Zugang der Bewohner zu gesundheitsförderlichen Angeboten ist aufgrund finanzieller Schwierigkeiten und mangelhafter Angebotsstruktur eingeschränkt

## ZIELE & MAßNAHMEN

---

- Sozialogen- und teilhabeorientierte sowie niederschwellige Ansätze zur Förderung der Gesundheitsförderung werden entwickelt und erprobt
- Ideen zur Etablierung eines gesunden Alltags unter Weiterentwicklung bereits bestehender Ressourcen werden partizipativ erarbeitet, die Partizipation der Beteiligten und Zielgruppen ist in allen Phasen vorgesehen
- Ein Netzwerk aus Akteuren des Quartiers und der Stadt wird aufgebaut und das Thema Gesundheitsförderung und Prävention nachhaltig in bestehende Unterstützungsstrukturen integriert

## KOORDINATION UND KOOPERATION

---

- Das Quartiersmanagements „Soziale Stadt“ und die lebensweltverantwortlichen, gesundheitsrelevanten Akteuren im Stadtteil sind eingebunden
- Bildungs- und Begegnungszentren, Kitas, Familienzentren, Selbsthilfeorganisationen, die ev. Kirche, das Quartiersmanagement, das Gesundheitsamt und die örtlichen Krankenkassen arbeiten vernetzt zusammen
- Eine enge Zusammenarbeit mit der Geschäftsführung der Kommunalen Gesundheitskonferenz ist etabliert

## NACHHALTIGKEIT

---

- Unter aktiver Beteiligung der Bewohner/-innen als Expert/-innen des Quartiers aufgebaute Vernetzungen bleiben erhalten
- Niederschwellige Zugänge zu Angeboten der Gesundheitsförderung sind erarbeitet und sichern Zugänge auch nach Projektende
- Die regelmäßige Zusammenarbeit mit der Kommunalen Gesundheitskonferenz (KGK) Mönchengladbach sowie dem Quartiersmanagement stellen eine Übertragbarkeit erfolgreicher Strategien sicher

## QUALITÄTSSICHERUNG

---

- Die Ermittlung der Bedarfe und Bedürfnisse erfolgt partizipativ unter Berücksichtigung individueller Ressourcen
- Das Projekt verfolgt kontinuierlich eine systematische Dokumentation (Bestandsaufnahmen, Entwicklungen, Zielerreichung)
- Zur Analyse und Kontrolle der Angemessenheit und Akzeptanz werden niederschwellige Evaluationsmethoden und Feedbackbögen eingesetzt
- Die Kooperationspartner/-innen tauschen sich systematisch aus und passen ihr Handeln den Ergebnissen der Qualitätssicherung an

---

### KONTAKT

Sinead Kleikamp & Katrin Stahlhofen  
PariTeam - Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialdienste mbH  
E-Mail: BeLeR@pariteam-mg.de  
Tel.: 02166/9239-57

