

Gefördert durch:



# Willkommen in guter Nachbarschaft: Gesund leben im Quartier Abteiberg/ Innenstadt Mönchengladbach

Projektträger: Arbeitslosenzentrum Mönchengladbach e.V.

## ZIELSETZUNG

---

Durch das Projekt sollen im Quartier Abteiberg/ Innenstadt gesundheitsförderliche Strukturen sowie die Gesundheitskompetenz der Bewohnerschaft gestärkt werden, um die Gesundheit der Menschen vor Ort zu fördern und die Lebensbedingungen zu verbessern. Zielgruppen des Projektes sind die Bewohnerinnen und Bewohner des Quartiers, mit einem besonderen Fokus auf

- Menschen in Bezug von SGB II und SGB III Leistungen sowie
- Menschen in Bezug von Leistungen der Grundsicherung nach SGB XII.

## LEBENSWELT

---

- Das Quartier Innenstadt umfasst den Altstadtkern Mönchengladbachs mit dem historischen Abteiberg, das Gründerzeitviertel, den Bereich um die Fußgängerzone und das Gebiet rund um den Bahnhof.
- Der Lebensraum ist durch überdurchschnittlich hohe Arbeitslosigkeit, einen hohen Anteil an jüngeren Menschen mit Migrationshintergrund und einen hohen Anonymisierungsgrad (viele Einzelhaushalte) geprägt.
- Der Anteil der über 65-Jährigen ist doppelt so hoch wie im städtischen Mittel.
- Zahlreiche bürgerliche Initiativen kümmern sich um die Entwicklung und den Erhalt des sozialen Miteinanders.
- Im Quartier findet sich eine hohe Dichte sozialer und kultureller Einrichtungen.

## ZIELE & MAßNAHMEN

---

- Verbesserung und Erhalt der Gesundheit und damit der Lebensqualität der Bewohnerschaft des Quartiers, insbesondere der erwerbslosen und benachteiligten Menschen.
- Förderung der gesundheitlichen Chancengleichheit.
- Durchbrechen des negativen Kreislaufs zwischen Arbeitslosigkeit und Gesundheit, durch Schaffung gesundheitsgerechter Lebensbedingungen.

Gefördert durch:



- Verankerung gesundheitsförderlicher Strukturen in den Einrichtungen und Lebenswelten des Settings.
- Stärkung der Gesundheitskompetenz.
- Bestandsanalyse zu Akteuren und Angeboten der Primärprävention und Gesundheitsförderung im Quartier sowie eine Bedarfsanalyse mit der Zielgruppe.
- Initiierung niedrigschwelliger präventiver Angebote in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung (z. B. Einkaufstraining, Gartenarbeit, Resilienztraining, Stadtspaziergänge, Kochkurse, Entspannungsangebote, Gesprächskreise, gesundheitliche Selbsthilfe, Sportangebote) unter aktiver Beteiligung der Zielgruppe.
- Sensibilisierung zentraler Einrichtungen im Quartier für ein quartiersbezogenes gesundheitsförderliches Engagement.
- Runde Tische mit Vertretungen der Einrichtungen und Quartiersbewohnerinnen und -bewohnern.
- Aufbau eines Präventionsnetzwerkes Abteiberg.
- Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in geeigneten Einrichtungen des Quartiers sowie Ausbildung von „Gesundheitspatinnen und Gesundheitspaten“ (Peerschulungen).
- Beratung zum Ausbau der Barrierefreiheit im Quartier unter aktiver Beteiligung der Zielgruppe (bspw. Quartiersbegehungen).

## KOORDINATION UND KOOPERATION

---

- Das Arbeitslosenzentrum Mönchengladbach e. V., welches eine günstige und zentrale Lage im Quartier bezieht, eignet sich besonders als Initiator eines Projektes zur Förderung der gesundheitlichen Chancengleichheit im Quartier Abteiberg/ Innenstadt.
- Zur Durchführung des Projektes wird eine Koordinierungsstelle im Arbeitslosenzentrum e. V. angestellt, welche die o.g. Projektaufgaben übernimmt.
- Es wird eine Steuerungsgruppe, bestehend aus Arbeitslosenzentrum, Fachbereich Gesundheit der Stadt Mönchengladbach, Volkshochschule, Hochschule Niederrhein, Jobcenter und Stadtsportbund gebildet und durch die Koordinationskraft angeleitet.
- Neben den Kooperationspartnerschaften in der Steuerungsgruppe werden noch weitere Akteure auf Quartiers- und Kommunalebene einbezogen (z. B. Vernetzung und Erfahrungsaustausch mit dem Projekt „Besser Leben in Rheydt“).
- Durch das Projekt wird das Integrierte Handlungskonzept (Programm „Soziale Stadt“) für die Innenstadt gesundheitsförderlich ergänzt.
- Gemeinsame Teilnahme mit dem Jobcenter an der Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung von Arbeitslosen der Kommunalen Gesundheitskonferenz sowie an der Steuerungsgruppe des Verzahnungsprojektes von Arbeits- und Gesundheitsförderung des GKV-Bündnisses.

Gefördert durch:



## NACHHALTIGKEIT

---

- In die Konzeption und Steuerung des Projektes sind wichtige Akteure auf kommunaler Ebene einbezogen (Fachbereich Gesundheit und Jobcenter).
- Das im Projekt aufgebaute Präventionsnetzwerk Abteiberg auf Quartiersebene soll auch nach Beendigung des Projektes weiter Bestand haben.
- Die Nachhaltigkeit des Projektes wird ebenfalls durch die Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie Gesundheitspatinnen und Gesundheitspaten im Quartier unterstützt.

## QUALITÄTSSICHERUNG

---

- Umfassende Bedarfsanalyse mit der Zielgruppe innerhalb des ersten Projektjahres.
  - Dokumentation des Projektverlaufs in Form von Sitzungsprotokollen, Fotodokumentationen von Angeboten, Sammlung von Presseberichten und selbst erstellten Materialien.
  - Dokumentation der quantitativen Annahme der Angebote.
  - Durchführung von Teilnehmendenbefragungen (Feedbackbögen) bei den Angeboten.
  - Berichterstattung und Auswertung der Ergebnisse aus Gesundheitsgesprächen und Runder Tische auf lokaler Ebene in der Steuerungsgruppe.
- 

### KONTAKT

Julia Sticker  
Arbeitslosenzentrum Mönchengladbach e.V.  
E-Mail: [julia.sticker@arbeitslosenzentrum-mg.de](mailto:julia.sticker@arbeitslosenzentrum-mg.de)  
Tel.: 0177/4803116