

Damit Frauen gesund bleiben

Projekt Zusammen mit der AOK Bayern werden Bewegungsprogramme entwickelt. Anmeldung im Landratsamt

Dillingen Mit „BIG“ – Bewegung als Investition in Gesundheit – hat der Landkreis ein Projekt gestartet, das vor allem muslimische Frauen mit Migrationshintergrund und in schwieriger Lebenslage bei der gezielten Gesundheitsförderung unterstützen soll. Gestartet wurde es im Rahmen der von Landrat Leo Schnell initiierten Gesundheitskonferenz. Den Anstoß für die Konferenz gab der Gesundheitsbericht für den Landkreis aus dem Jahr 2011 unter Eiobeziehung statistischer Daten des Landesamtes für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit, etwa zu Aspekten der Sterblichkeit im Landkreis. Danach haben soziale und sozioökonomische Faktoren im Landkreis den größten Einfluss auf die Gesundheit und Lebenserwartung.

Konkrete Maßnahmen und Projekte

Deshalb ergriff der Landrat im Jahr 2012 die Initiative zur Gründung einer Gesundheitskonferenz, mit dem Ziel, anhand von konkreten Maßnahmen und Projekten eine Strategie für den Landkreis zu entwickeln. Sie soll dazu beitragen, die Gesundheit der Bevölkerung in allen Le-

bensphasen und Lebenswelten zu fördern und damit die Grundlage für ein möglichst langes Leben bei guter Gesundheit zu schaffen. Der Präventionsansatz von BIG wurde 2005 an der Universität Erlangen modellhaft entwickelt und zielt auf eine adäquate Gesundheitsförderung von Frauen in schwierigen Lebenslagen. Angesprochen werden sollen beispielsweise Frauen mit Migrationshintergrund oder Alleinerziehende. Das Projekt wurde bundesweit bereits an verschiedenen Orten erfolgreich umgesetzt. Das Konzept für das Projekt BIG hat überzeugt. So wurde der Landkreis Dillingen vom Institut für Sportwissenschaften und Sport Erlangen (ISS) als einer von nur fünf bayerischen Standorten ausgewählt und wird unter anderem aus Mitteln der Gesundheitsinitiative „Gesund.Leben.Bayern“ des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit finanziell unterstützt sowie durch das ISS wissenschaftlich begleitet.

Mit dem Projekt werden insbesondere Bewegungsprogramme und -gelegenheiten entwickelt, umgesetzt und nachhaltig etabliert. So bekommen die Frauen die Chance, ein Bewusstsein für ihre eigene Gesund-

heit zu entwickeln, soziale Kontakte zu knüpfen, Berührungspunkte abzubauen und so ihr Selbstvertrauen und ihr Selbstwertgefühl auszubauen und zu stärken.

Im Landkreis war die Sterblich-

keit bei Frauen aufgrund von Bluthochdruck in der Vergangenheit signifikant höher als in Vergleichslandkreisen. Deshalb setzt auch das BIG-Projekt bei der Vorbeugung bzw. Verbesserung des Gesund-

heitszustandes durch sportliche Aktivitäten an. Der Landrat ist überzeugt, dass BIG bei den am Projekt beteiligten Frauen einen effektiven Beitrag zu einer nachhaltigen Gesundheitsförderung leisten wird. Deshalb ruft er Frauen, die aufgrund ihrer Lebenslage bislang keinen Zugang zu gesundheitsfördernden Maßnahmen oder sportlichen Aktivitäten hatten, zur Teilnahme am Projekt auf.

Projektpartner ist die AOK

Die Frauen werden in die Konzeptentwicklung eingebunden, um das Projekt bedarfsgerecht umzusetzen. Als Projektpartner konnte bislang die AOK Bayern gewonnen werden. Wer Interesse hat, sich an BIG zu beteiligen, kann sich an die Koordinatorin des Projektes, Eugenie Fuhrmann, wenden (Landratsamt Dillingen – Fachbereich Gesundheit, Weberstr. 14, 89407 Dillingen a. d. Donau, Tel.: 09071/51-4055, E-Mail: eugenie.fuhrmann@landratsamt.dillingen.de). Weitere Informationen zur Umsetzung von BIG im Landkreis Dillingen sind zudem unter www.big-projekt.de/dillingen erhältlich. (pmt)



Vor allem an muslimische Frauen mit Migrationshintergrund und in schwieriger Lebenslage richtet sich ein neues Gesundheitsprojekt im Kreis. Foto: Landratsamt