

Tülin Duman

Migrantinnen als Gesundheitsmanagerinnen der Familie, Gesundheit Berlin e.V.

Eltern müssen als wichtige Akteure bei gesundheitsfördernden Maßnahmen für Kinder und Jugendliche miteinbezogen werden, damit das erlernte präventive Gesundheitsverhalten auch im Elternhaus umgesetzt, bzw. verbessert wird. Dies gilt insbesondere für Familien mit Migrationshintergrund, die aus kulturellen oder religiösen Gründen andere Lebensgewohnheiten haben und somit der Unterschied zwischen Schule und Elternhaus in den Bereichen Ernährung, Erziehung, Lebensumfeld und gesundheitliche Versorgung deutlich ausgeprägt ist.

Mütter spielen dabei eine große Rolle. Besonders in türkischsprachigen Familien kümmern sich hauptsächlich Frauen um die gesundheitliche Versorgung ihrer Kinder. Aus diesem Grund sollten Maßnahmen und Angebote, die darauf abzielen, das Präventionsverhalten einzuüben und zu verbessern

- sich an Mütter (als Multiplikatorinnen) richten,
- die Mütter direkt in die Gestaltung und Durchführung der Angebote einbeziehen,
- sich an kulturell bedingte Hintergründe anpassen,
- zur Qualifizierung der Müttern führen.

Der BKK Bundesverband und Gesundheit Berlin e.V. setzten sich mit zwei Projektmodulen das Ziel, türkischsprachige Migrantinnen in ihrer Kompetenz als Gesundheitsmanagerinnen der Familie zu stärken.

Modul A – Türkischsprachiges Kiezkochbuch

Das Projektmodul befasst sich intensiv mit dem Thema gesunder und ausgewogener Ernährung, das aufgrund der Übergewichtsproblematik besonders bei türkischsprachigen Kindern und Jugendlichen in den Fokus des Gesundheitswesens gerückt ist. Anders als bei den deutschen Kindern, ist das Problem Übergewicht bei türkischsprachigen Kindern und Jugendlichen nicht abhängig von Einkommen und sozialer Schicht der Eltern, sondern hat kulturell bedingte Hintergründe.

Inhalte des Projektes:

- Aufbereitung und Gestaltung eines Kiez-Kochbuchs,
- Vermittlung der themenspezifischen Inhalte in Form eines Kochkurses,
- Vermittlung der themenspezifischen Inhalte in Form eines Gesprächskreises,

- Vermittlung theoretischer und praktischer Kenntnisse zu Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung, Ernährungsgewohnheiten, Kinderernährung, Essstörungen bei Jugendlichen, Prävention von Übergewicht bei Kindern und Prävention von Essstörungen.

Besonders berücksichtigt wurden dabei die spezifischen Ernährungsgewohnheiten des türkischsprachigen Kulturraumes bzw. die Art und Weise, wie türkischsprachige Familien sich hier in Deutschland ernähren.

Ziele des Projektes:

- Vermittlung theoretischer und praktischer Kenntnisse über eine gesunde und ausgewogene Ernährung.
- Sensibilisierung der Zielgruppe zu den Themen „Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen“ und „Essstörungen bei Jugendlichen“.
- Stärkung der Strukturen und Selbstorganisation von Frauengruppen und Fraueninitiativen im Setting Kiez bzw. Quartier.

Zielgruppe:

Türkischsprachige Frauen und ihre Familien

Kooperationspartner:

Interkulturelles Gemeinwesenzentrum mit Gesundheitsförderung, Berlin-Wedding.

Ergebnisse des Projekts:

Als konkrete Ergebnisse des Projektmoduls „Kiez-Kochbuch“ wurde zum einen ein Kochbuch „Gesund Essen mit Freude“ herausgegeben, das neben Rezepten auch Informationen in türkischer Sprache zum Thema gesunde Ernährung enthält. Bei der Gestaltung der Inhalte wurden kulturspezifische Aspekte berücksichtigt. Analog zur praktischen Durchführung des Moduls wurde zum anderen ein Kursmanual erstellt, das als Grundlage zur Implementierung weiterer Kurse für türkischsprachige Migranten/innen zum Thema Ernährung dient.

Modul B – Aufbau eines Frauen-Internettreffs im Kiez/Quartier:

Mit diesem Projektmodul wird ein Frauen-Internettreff aufgebaut, der Migrantinnen als Anlaufpunkt für gesundheitliche Fragestellungen dienen soll. Gefördert wird hier vor allem das gesundheitsfördernde Potential von Migrantinnen im Sinne einer Selbsthilfestruktur. Sie sollen Orientierung zu gesundheitlichen Themen und zur Angebots- und Unterstützungsstruktur in ihrem Umfeld erhalten, sowie Gesundheitsseiten im Internet kennen lernen, die beispielsweise auch für ihre Kinder interessant

sind. Internetkenntnisse bzw. der Umgang mit neuen Medien sind für die Frauen ein attraktiver Aufhänger und das Internet ein geschätztes Hilfsmittel, um sich mit gesundheitlichen Themen zu beschäftigen.

Indem Frauen befähigt werden, sich selbst und ihre Familie bzw. Bekannte und Nachbarschaft im Schneeballsystem mit Informationen zu versorgen, wird ihre Kompetenz als Gesundheitsmanagerinnen gestärkt.

Kontakt:

Tülin Duman
Gesundheit Berlin e. V.
Friedrichstr. 231
10969 Berlin
Telefon: 030/ 4431 9084
Email: duman@gesundheitberlin.de

Inhalte des Projektes:

- Vermittlung von Internetkenntnissen als Informations- und Kommunikationsmittel im gesundheitlichen Bereich.
- Vermittlung von Gesundheitsinformationen für präventives Gesundheitsverhalten nach Relevanz für die Teilnehmerinnen.
- Organisation und Einrichtung der Infrastruktur eines Frauen-Internetteffs.

Ziele des Projektes:

- Stärkung der gesundheitsfördernden Strukturen im Quartier.
- Förderung der Selbständigkeit, Kommunikationsfähigkeit und interkulturellen Kompetenz der Zielgruppe.
- Schaffung einer Infrastruktur zur Errichtung eines Frauen-Internetteffs im Kiez in Eigenregie der Frauen.

Zielgruppe:

Türkischsprachige Mütter

Kooperationspartner:

AWO Begegnungszentrum Adalbertstraße, Berlin-Kreuzberg.

Voraussetzung für den Erfolg des Projektes war die gute Zusammenarbeit mit dem Kooperationspartner AWO Adalbertstraße. Den Mitarbeitern/innen war es in einem langen Prozess gelungen, sich als niedrighwelliges Angebot im Stadtteil zu etablieren. Über vielschichtige Angebote, die sich an alle Mitglieder der Familien und auch an Alleinstehende richten, konnte eine große Akzeptanz der Zielgruppen für das Begegnungszentrum aufgebaut werden. Dadurch gelingt der Zugang auch zu Gruppen, die sonst nur schwer zu erreichen sind.

Ergebnisse des Projektes:

Aus dem Projektmodul „Aufbau eines Frauen-Internetteffs“ ist in enger Kooperation mit dem AWO Begegnungszentrum Adalbertstraße eine Art Selbsthilfetreffpunkt von Migrantinnen für Migranten/innen zum Thema Gesundheit entstanden, der von den Teilnehmerinnen inhaltlich selbst gestaltet wird. Das Internet dient dabei als schnelles Informations- und Kommu-