

Gruppenkurse zur Gesundheitsförderung bei älteren MigrantInnen

Kaatje Sprenger

Schweizerisches Rotes Kreuz

Dep. Gesundheit und Integration

Projektleitung Alter und Migration

Aufbau Referat

- Ausgangslage
- Projektbeschreibung
- Projektwirkung
- Migrationsspezifische Best Practice
Erkenntnisse in der
Gesundheitsförderung und Prävention

Ausgangslage

- 200'000 MigrantInnen über 55 J. leben momentan in der Schweiz. Mindestens 50% kehrt nach der Pensionierung nicht ins Herkunftsland zurück.
- Es bestehen wesentliche Info-Defizite bzgl. Gesundheits-und Altersversorgung sowie Gesundheitsförderung.

Zugangsbarrieren für MigrantInnen in bezug auf die Altersversorgung der CH

- Wenig Wissen über Altersversorgung in der CH
- Sprachbarrieren und Kommunikationsschwierigkeiten
- Komplexität der administrativen Abläufe
- Misstrauen
- Negative Erfahrungen im Herkunftsland
- Rechtliche und finanzielle Unsicherheit
- Fehlende transkulturelle Kompetenz in Institutionen

Projektziele

Operative Leistungsziele

- Durchführung von 2 Gruppenkursen mit 2 verschiedenen Sprachgruppen
- Erstellen einer begleitenden Info-Mappe zu den Inhalten des Gruppenkurses
- Evaluation des Projektes und Empfehlungen für eine weitere Projektphase

Projektbeschreibung

- 2 Gruppenkurse: albanische und italienische Sprachgruppe
 - Kursleiter aus albanischer o italienischer Sprachgruppe
 - Rekrutierung der TN via Schlüsselpersonen/Fokusgruppe
 - Kursmodalitäten
 - Kurssprache und Unterlagen ist Herkunftssprache der Gruppe
 - 3 Module à 3 Stunden
 - Niederschwelliges Anmeldeprozedere
 - Kursort innerhalb der Strukturen der Sprachgruppe (dezentral)
- Inhalt: analog zu nationalem Gesundheitsprofilverfahren
 - Ernährung
 - Soziales
 - Bewegung
 - Vorsorgeuntersuchung im Alter und Medikamentengebrauch
- Info-Mappe
 - Zusammenfassung der Inhalte des Gruppenkurses in Herkunftssprache der Gruppe
 - Diverse Broschüren zu Alter/Gesundheit in Herkunftssprache der Gruppe

Vorgehen

- Durchführung des Projektes mit 2 Rotkreuz-Kantonalverbänden (RK-KV)
- Auftrag RK-KV: Wahl einer Sprachgruppe, Kontaktaufnahme mit geeigneter Schlüsselperson, Bildung einer Fokusgruppe, Bestimmung der spez. Marketingkanäle
- Konzepterarbeitung: Gruppenkurs, Info-Mappe, Definition Anforderungsprofil KL, Schulungskurs KL

Migrationsspezifische Aspekte des Gruppenkurses

- Ernährung: Einbezug der Ernährungs“gewohnheiten“ der Sprachgruppe
- Soziales:
 - Lebensmittelpunkt im Alter: Dableiben, Pendeln, Zurückkehren
 - Bedeutung migrationsspez. Netze
 - Liste mit spez. Beratungsstellen (Beratung möglichst in Herkunftssprache der Gruppe)

Methodisch-didaktische Grundlagen des Gruppenkurses

- Alltagsbezug und Handlungsorientierung
- Ressourcenansatz
- Methodenvielfalt
- Soziales Lernen und Vernetzung
- Sicherung der Lernergebnisse: Aktionsplan, „Hausaufgaben“
- Weitgehender Verzicht auf lesen/schreiben



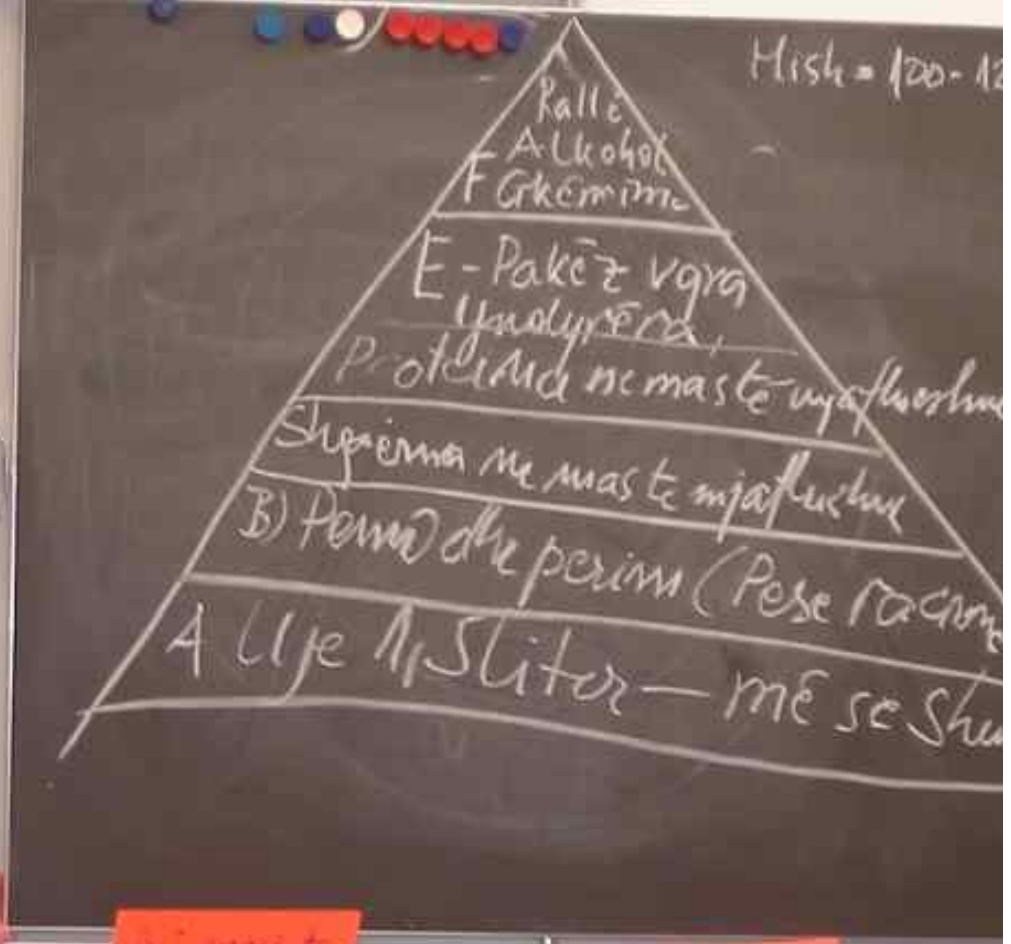


Handwritten notes on a whiteboard, likely a list of items or topics. The text is partially legible and includes:

- 1. ...
- 2. ...
- 3. ...
- 4. ...
- 5. ...
- 6. ...

Red sign on the table with handwritten text, possibly a name or title.

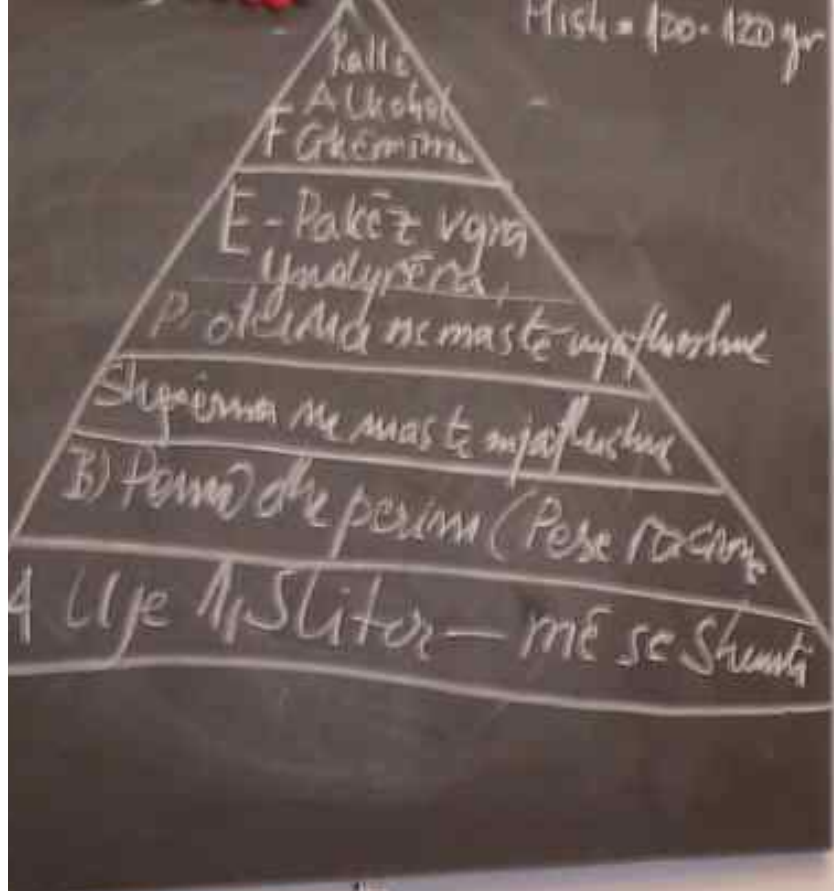
Red sign on the table with handwritten text, possibly a name or title.



Më se shumë
Uje = 1,5
Liter

Më masë të
mjaftueshme
Përmirë dhe
Perime
Pese racione

Më masë të
mjaftueshme
Karbhidrate





Projektergebnis: positive Aspekte

- Beide Kurse erfolgreich durchgeführt
 - ital. Gruppe 16-19 TN: 2/3 Frauen, 1/3 Männer
 - alban. Gruppe 15 TN: alles Frauen.
- Praktisch lückenlose und aktive Teilnahme an allen 3 Modulen.
- Hohe Zufriedenheit der Teilnehmenden in Bezug auf Lernzuwachs, Relevanz der Themen und Anwendbarkeit im Alltag.
- Nachfrage nach weiteren Themen zur Gesundheitsförderung.
- Kursleitende erachten Ziele/Inhalte/Methoden der Gruppenkurse als sinnvoll.

Projektergebnis: offene Punkte

- Ergebnissicherung: Aktionsplan, „Haus“aufgaben haben sich nicht bewährt
- Infomappe: Zielgruppenerreichung inhaltlich und sprachlich nicht geklärt
- 3x3 Stunden evtl. zu intensiv
- Nur punktueller Einbezug von MigrantInnen, da Konzept bereits vorhanden war

Best Practice Erkenntnisse bei migrationsspezifischen Projekten

- Einbezug der Lebensbedingungen (sozioökonomische Faktoren, Sprachkompetenz, Migrationserfahrungen)
- Partizipation der Zielgruppe (z.B. durch Fokusgruppe)
- Einbezug von Fachpersonen mit Migrationshintergrund
- Nutzung informeller Wege zum Ansprechen der Zielgruppe (aufsuchende Arbeit)
- Ressourcenorientierung und Empowerment
- Berücksichtigung der Bedürfnisse der Zielgruppe in Bezug auf inhaltliche Schwerpunkte, Kursmodus, etc.