

# Pressemitteilung

Nr. 05/2012 – 01. Juni 2012

## Projekt Visionen 50plus: Gesundheit ist das A und O. Bewerbungstraining allein reicht nicht aus – auf den ganzheitlichen Ansatz kommt es an

**Das Projekt Visionen 50plus des Jobcenters Rhein-Kreis Neuss veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Kreis Neuss die erste Vortragsreihe zum Thema Gesundheit.**

„Tipps und Tricks für ein gesünderes Leben durch die richtige Ernährung und warum Bewegung gut tut“, so titelte die erste Einladung zu einer durch das Projekt Visionen 50plus des Jobcenters Rhein-Kreis Neuss in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Kreis Neuss organisierten Vortragsreihe zum Thema Gesundheit. Damit tritt das Projekt einem immer größer werdenden Problem entgegen. Nationale und internationale Studien belegen, anhaltende Arbeitslosigkeit macht krank. Bereits heute weist jeder dritte Bezieher von Leistungen nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch (SGB II) gesundheitliche Einschränkungen auf. Arbeitslosigkeit wird von den Betroffenen als einschneidendes Erlebnis empfunden, das ihnen den Boden unter den Füßen entzieht.

Herr Dr. Karl-Heinz Munter vom Gesundheitsamt des Rhein-Kreis Neuss beriet die über 50-Jährigen Teilnehmer des Projekts in Fragen zu gesunder Ernährung und Bewegung. Wie wichtig deswegen das Thema Gesundheit für die Teilnehmer des Projekts ist, stellte auch Frau Sylvia Becker, Teamleiterin von Visionen 50plus klar. „In unserem Projekt steht nicht allein das Bewerbungstraining im Vordergrund, sondern der ganzheitliche Ansatz - mobilisieren, aktivieren und motivieren“, so Frau Becker. Dazu trägt unter anderem ein ansprechendes Fitnessangebot bei, das darauf hinwirkt, dass die über 50-Jährigen Projektteilnehmer möglichst gesund bleiben oder gesund werden. Die Fitness- und Gesundheitstrainerin Martina Hilden gibt im Auftrag

des Projekts seit zwei Jahren in einem extra eingerichteten Fitnessraum Kurse in „Gesundheits-Workout“ und „Yogilates“, einer Kombination aus Yoga und Pilates, für die Teilnehmer des Projekts.

Auch die heute 62-jährige Diplom Sozialarbeiterin Monika S. ist vom Sportangebot von Visionen 50plus überzeugt. Dass die ehemalige Teilnehmerin des Projekts seit Januar diesen Jahres wieder in ihrem alten Beruf arbeiten kann, führt sie unter anderem auch auf die ganzheitliche Betreuung bei Visionen 50plus zurück. Die an Arthrose erkrankte Diplom Sozialarbeiterin konnte sich während ihrer Arbeitslosigkeit keine Sportkurse leisten. „Gesundheitliche Maßnahmen fallen einfach nicht in das Budget, wenn man Arbeitslosengeld II bezieht“, so Frau S., „mir war aber bewusst, dass nur Bewegung meine Krankheitssymptome lindern kann“. Im Mai 2011 fielen ihr mehrere Plakate in den Räumlichkeiten des Projekts ins Auge, mit denen auf die kostenlose Teilnahme an den Sportkursen von Martina Hilden aufmerksam gemacht wurde. Sofort fragte Monika S. nach, ob noch ein Platz im Kurs „Gesundheits-Workout“ frei sei. Mit Beginn der Teilnahme an dem Sportkurs ging es für Monika S. nicht nur gesundheitlich wieder bergauf, sondern sie kam auch aus einem psychischen Tief heraus. „Soziale Kontakte mit Gleichgesinnten im Sportkurs knüpfen und pflegen zu können, war für mich sehr wichtig“, so Monika S., „da es an Geld mangelte, um andere beispielsweise in einem Café zu treffen.“ Kurz nach dem Beginn des Sportkurses begann Frau S. mit der von Visionen 50plus durchgeführten Maßnahme „Gesundheitsbegleitung“. Da auch dort die Sportkurse des Projekts über Plakate beworben wurden, war es kein Problem zu vereinbaren, dass Monika S. fünf Monate lang jeden Mittwochmorgen vor dem Beginn der Maßnahme zunächst am Sportkurs im Fitnessraum von Visionen 50plus teilnehmen konnte. „Aufgrund der guten Kombination von Praktikum und Sportkurs war es mir wieder möglich, positiv nach vorne zu schauen“, so die Diplom Sozialarbeiterin, „außerdem hatten wir viel Spaß und haben viel gelacht, was in dieser Lage natürlich wichtig ist, um wieder ein gutes Lebensgefühl zu bekommen“. Nach der fünfmonatigen Maßnahme schlossen sich ein weiteres Praktikum an, das so viel Zeit in Anspruch nahmen, dass Monika S. nicht mehr das Sportangebot von Visionen 50plus wahrnehmen konnte. Allerdings ist für sie auch heute noch Bewegung und Sport ein wichtiges Thema. „Von meinem ersten Gehalt nach der Arbeitslosigkeit habe ich mir gute Laufschuhe gekauft“, so Frau S., „da ich mindestens sechs Kilometer pro Tag im Seniorenheim zwischen den von mir zu betreuenden Gruppen zurücklege. Außerdem versuche ich morgens regelmäßig Gymnastik zu machen.“ Monika S. ist für die soziale Betreuung in Wohneinheiten im Seniorenheim zuständig. Auch den Senioren selbst macht sie Bewegungsangebote, bei denen die Bewegung trainiert wird. Der Sportkurs bei Visionen 50plus hat Monika S. geholfen, ihre positive Einstellung wiederzufinden, zu realisieren und weiter zu praktizieren. Nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere.

Über das Jahr 2012 verteilt sollen in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Kreis Neuss beim Projekt Visionen 50plus verschiedene Fachvorträge zum Thema Gesundheit, wie zum Beispiel Borout, Osteoporose und „Wie werde ich gesund Alt“, den Teilnehmern interessante und wertvolle Informationen liefern, um sich fit und gesund zu halten.

Das Jobcenter Rhein-Kreis Neuss gehört seit dem 01.07.2009 zum „NiederRhein-Ruhr-Westfalen-Pakt 50plus“ (NRRW-Pakt 50plus). Mit dem Bundesprojekt Visionen 50plus stellt das Bundesministeriums für Arbeit und

Soziales (BMAS) seit Ende 2005 ein gesondertes Budget zur Betreuung und Integration älterer Arbeitsloser über 50 Jahre zu Verfügung.

Die Bekämpfung der Langzeitarbeitslosigkeit war und ist für das Jobcenter Rhein-Kreis Neuss ein wichtiges Thema, dem es sich von Anfang an intensiv gewidmet hat. Dabei steht besonders die Langzeitarbeitslosigkeit von älteren Arbeitslosen im Vordergrund.

Das Jobcenter Rhein-Kreis Neuss setzt für das örtliche Projekt mit dem Arbeitstitel „Visionen 50plus“ eigene Vermittler ein, übernimmt die Steuerung und bezieht als erfahrene operative Partner die Beschäftigungsförderungsgesellschaft mbH des Rhein-Kreises Neuss, die Berufshilfe e.V. und den Internationalen Bund e.V. in Kooperation ein.

Informationen über das Projekt Visionen 50plus finden Sie auf der Homepage des Jobcenters Rhein-Kreis Neuss unter [www.jobcenter-rhein-kreis-neuss.de](http://www.jobcenter-rhein-kreis-neuss.de) oder schreiben Sie direkt eine E-Mail an das Projekt: [Jobcenter-Rhein-Kreis-Neuss.Team-541@jobcenter-ge.de](mailto:Jobcenter-Rhein-Kreis-Neuss.Team-541@jobcenter-ge.de).