

# JobFit

—

ein Ansatz zur Gesundheitsförderung  
Arbeitsloser

# JobFit

Vernetzung von Arbeitsmarktförderung und Gesundheitsförderung



## Die Idee

- Verknüpfung von Gesundheitsförderung mit Maßnahmen der Arbeitsmarktpolitik
  
- JobFit:
  - Setting-Ansatz: Arbeitslose in ihrer „Lebenswelt“ bei Beschäftigungs- und Qualifizierungsträgern erreichen
  - Niedrigschwelligkeit: gesundheitsfördernde Interventionen „aus einer Hand“ anbieten –  
durch den Qualifizierungs- und Beschäftigungsträger

# Gesundheitsförderung und Prävention bei Arbeitslosen

Settingansatz = Qualifizierungsträger erreichen Arbeitslose  
“aus einer Hand – an einem Ort”

## Individuelle Gesundheitskompetenzberatung

ca. 4

S  
T  
U  
N  
D  
E  
N



SGB II-Träger



## Präventionskurs



13,5

S  
T  
U  
N  
D  
E  
N

GKV

- eine eigens für die Zielgruppe der Arbeitslosen konzeptionierte Intervention.
- Thematisierung des gesundheitsbezogenen Lebensstils
  - Ernährung, Bewegung, Stress, Entspannung, Rauchen und Alkoholkonsum
- Bewusstsein schaffen:  
„Wenn Sie an Ihre Gesundheit denken, welche Empfehlung für die Zukunft würden Sie sich selbst geben?“
- Profiling: Identifikation und Reduktion von Risikofaktoren
- Impulse geben:
  - vom Wissen zum Handeln gelangen
  - über und mit Günther sprechen



## Präventionskurs

**Praxishilfe**

Leitfaden für den Präventionskurs

Und keiner kann's glauben -  
Stressfaktor Arbeitslosigkeit



**BKK**

In JobFit neu entwickelter Präventionskurs  
(anerkannt nach § 20 SGB V durch GKV)

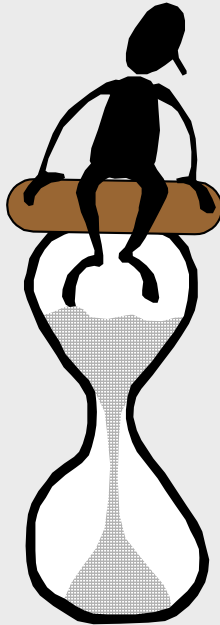
Ziel - Durchführung beim Qualifizierungsträger

- 9 Kurseinheiten (Module) á 90 Minuten
- Flexibilität in der Durchführung z.B.:
- in der Regel 1 x wöchentlich
- beginnend mit einer Blockveranstaltung
- Modul 3 – Stressabbau durch Bewegung im Alltag
- Modul 6 – Genussstraining – Ernährung
- Modul 7 Entspannung und Stressabbau

## Materialien zu JobFit:

Zur Sicherung der Nachhaltigkeit wurden folgende Materialien erarbeitet, die die Grundlage für die Verbreitung des JobFit-Ansatzes darstellen:

- Praxishilfe: „Die Fit Beratung“ Motivierende Gesundheitsgespräche für Arbeitslose, (zur Gesundheitskompetenzberatung)
- Praxishilfe: Leitfaden für den Präventionskurs „Und keiner kann´s glauben Stressfaktor Arbeitslosigkeit“
- Buch im NW-Verlag: JobFit Regional (2007)
- Buch im NW-Verlag: JobFit NRW (2009)
- Ratgeber: JobFit-Leitfaden (auch englisch) mit Handlungsempfehlungen für
  - SGB II-Träger
  - Beschäftigungs- und Qualifizierungsträger
  - Krankenkassen(-verbände)
- <http://www.gib.nrw.de/service/specials/JobFit?darstellungsart=themen>
- <http://www.bkk.de/versicherte/mehr-gesundheit-fuer-alle/gesundheitsfoerderung-bei-arbeitslosigkeit/jobfit/>
- <http://www.dnbgf.de/index.php?id=8>



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

**Kontakt:**

Dr. Monique Faryn-Wewel

Team Gesundheit

Rellinghauser Str. 93

45128 Essen

Telefon: 0201/ 56596-24

Mobil: 0162 2053348

Mail: [Faryn-Wewel@teamgesundheit.de](mailto:Faryn-Wewel@teamgesundheit.de)

[www.teamgesundheit.de](http://www.teamgesundheit.de)