Verfügungsfonds der Techniker Krankenkasse (TK) zur Umsetzung von Angeboten und Maßnahmen der Gesundheitsförderung (Umsetzung in den Jahren 2023/2024)

Sachverhaltsdarstellung

1. Verfügungsfonds der Techniker Krankenkasse

Der Verfügungsfonds der Techniker Krankenkasse (TK) ist eines von mehreren Kooperationsprojekten mit Krankenkassen des Fachbereichs Gesundheitsförderung, welches im Rahmen des Förderschwerpunkts „Gesunde Kommune" gefördert wird. Grundlage ist das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (PrävG), das die §§ 20ff. des SGB V geändert hatte. Das Gesetz dient als Grundlage für eine bessere Zusammenarbeit zwischen Sozialversicherungsträger, Ländern und Kommunen und soll vor allem die Prävention und Gesundheitsförderung in den Lebenswelten stärken, d.h. „insbesondere des Wohnens, des Lernens, des Studierens, der medizinischen und pflegerischen Versorgung sowie der Freizeitgestaltung einschließlich des Sports" (§ 20a Abs. 1 SGB V).

Seit 2023 wird dieser Verfügungsfonds seitens der TK zur Verfügung gestellt und durch das Gesundheitsamt koordiniert, um kurzfristig und bedarfsgerecht Angebote und Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen.
Freie Träger, Vereine, Verbände und auch die Stadtverwaltung selbst haben so die Möglichkeit, Projekte in Nürnberg zu realisieren, die zu 90% von der TK über diesen Verfügungsfonds finanziert werden. 10% sind von der antragstellenden Stelle zu tragen. Der Verfügungsfonds wird jährlich bei der TK beantragt. Projekte können stets im jeweiligen Haushaltsjahr realisiert werden. Koordiniert wird der Fonds durch den Bereich Gesundheitsförderung und –planung des Gesundheitsamts.
Ursprünglich hat sich der Verfügungsfonds aus dem Projekt „Jungen und Männergesundheit" entwickelt, um konkret Maßnahmen für diese Zielgruppe anzubieten. Bereits im ersten Jahr wurde der Verfügungsfonds jedoch thematisch breiter gefasst und steht allen Zielgruppen zur Verfügung.

Der Verfügungsfonds versteht sich als ein flexibles und wirkungsvolles Instrument der Engagement- und Gesundheitsförderung. Es handelt sich dabei eher um kleinere Maßnahmen, die in einem Jahr umgesetzt werden müssen und die schnell und unbürokratisch realisiert werden sollen. Der Verfügungsfonds dient u.a. der Anschubfinanzierung gesundheitsförderlicher (Mikro-)Projekte.

Gefördert werden können Projekte im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention wie beispielsweise:

- Angebote zur Vermittlung von Gesundheitsinformationen oder auch praktischen Fertigkeiten (z.B. Kochangebote, Bewegungsangebote …)
- Qualitätssicherung, Dokumentation und Evaluation
- Maßnahmen zur Qualifizierung z.B. von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren
- Schulungen oder Aktivitäten zur Vernetzung und Koordination wie beispielsweise der Einrichtung von Arbeitsgruppen.

Projekte müssen über ein vorgegebenes Antragsformular eingereicht werden. Die Anträge werden fachlich durch den Bereich Gesundheitsförderung unterstützt und beraten und stets mit der TK abgestimmt.
Alle Angebote sind niedrigschwellig zu gestalten: sie sind kostenlos für die Zielgruppe und sollen möglichst im Stadtteilsetting angeboten werden. Zudem soll eine Teilnahme ohne großen Hürden (Anmeldung, Ausrüstung etc.) möglich sein.

Der Verfügungsfonds wurde in verschiedenen Arbeitskreisen und Netzwerken bekannt gemacht. Zudem wurden gezielt Kooperationspartner- und partnerinnen und zentrale Akteure und Akteurinnen wie z.B. die Stadtteilkoordinationen oder die Seniorennetzwerkkoordination zur Umsetzung von Angeboten angesprochen. Explizit wurde der Verfügungsfonds auch im Netzwerk der Jungen-und Männergesundheit vorgestellt.

2023 standen für den Verfügungsfonds erstmalig 30.000 Euro für die Umsetzung von Projekten zur Verfügung. Aufgrund der erfolgreichen Umsetzung im ersten Jahr wurde der Verfügungsfonds für das Jahr 2024 auf 45.000 Euro erhöht.

Was sind Voraussetzungen für die Förderung?

Bevor das Projekt genehmigt werden kann, müssen folgende Punkte im Vorhinein geklärt sein:

- ☑ **Bedarf** ermittelt: Welchen Bedarf gibt es bei der Zielgruppe/der Einrichtung?
- ☑ **Ziele:** Welche Ziele werden mit dem Projekt verfolgt? (konkret, realistisch, überprüfbar)
- ☑ **Projektkonzept:** Wie soll das Projekt aufgebaut sein? (Methodik, Zeitraum, Inhalt)
- ☑ **Qualifikation Fach-/Honorarkraft:** Ist eine/mehrere ausreichend qualifizierte (gemäß GKV-Präventionsleitfaden) Fach-/Honorarkräfte vorhanden?
- ☑ **Nachhaltigkeit:** Wie kann die Nachhaltigkeit gewährleistet werden?
- ☑ **Partizipation:** Sind Vertreterinnen und Vertreter der Zielgruppe bei Projektplanung, -durchführung und –auswertung eingebunden?
- ☑ **Eigenmittel:** Welche Kosten können als 10% Eigenanteil anerkannt werden?

Das Projekt muss anhand eines vorgegebenen Dokumentationsbogens dokumentiert werden, um Teilnahmerzahlen, Inhalte sowie Projektergebnisse festzuhalten. Zusätzlich müssen die Projekte evaluiert werden – dafür gibt einen vorgefertigten Feedbackbogen, der je nach Zielgruppe (Kinder, Erwachsene, Personen, die die deutsche Sprache nicht sprechen) angepasst wird. Bei Gruppen, die kein Deutsch sprechen, werden die Feedbackmethoden angepasst bzw. mit entsprechender Übersetzung gearbeitet.

2. Umgesetzte Projekte 2023 & 2024

Im Jahr **2023** wurden etwa 20 Beratungsgespräche geführt, von welchen etwa die Hälfte in konkrete Projekte mündeten. Die größte Hürde für eine Umsetzung und Projektbewilligung stellt zumeist die unzureichende Qualifikation der durchführenden Person(en) dar, weil diese den jeweiligen Vorgaben für das Handlungsfeld des GKV-Präventionsleitfadens zur Umsetzung des Präventionsgesetzes entsprechen müssen.

2023 wurden schlussendlich neun verschiedene Projekte umgesetzt: Sechs Projekte wurden im Bereich der Bewegung umgesetzt (Bewegung für alle im Freien, Bewegung für Frauen,

Bewegung für Männer …), ein Projekt zum Netzwerkaufbau sowie zwei Projekte zu Rollenbildern, Gewaltprävention und Männergesundheit (siehe Anlage A).

Die Dokumentation und Rückmeldungen der Durchführenden sowie Kooperationspartnerinnen und -partner zeigen, dass die Projekte gut als Anschub dienen können, um „Angebote auszuprobieren". Da die Projekte nicht langfristig über den Verfügungsfonds finanziert werden können, muss im Sinne der Nachhaltigkeit möglichst schon im Vorhinein geklärt werden, wie nach einer erfolgreichen Durchführung des Projekts eine Weiterfinanzierung gewährleistet werden kann.

Des Weiteren wurden folgende Punkte als positiv und Projekterfolge beschrieben:

- Die Teilnehmenden konnten Hilfsangebote und Zugänge kennenlernen und für die Thematik (hier: Rolle des Mannes, Inter*-Gesundheit) sensibilisiert werden.
- Jungen haben gelernt, im Team zusammen zu arbeiten.
- Zum Thema Intergeschlechtlichkeit wurde ein Netzwerk gestartet und aufgebaut.
  → Dieses Netzwerk mündete nun in ein größeres Projekt (Projekt zur geschlechtersensiblen Prävention), welches ebenfalls seit Dezember 2023 durch die TK gefördert wird.

In den Bewegungsangeboten konnte die Selbstwirksamkeit sowie Mobilität, Koordination und allgemeine körperliche Fitness gestärkt werden.
Die Entspannungsangebote haben zu mehr Achtsamkeit und Entspannung im Alltag sowie zur Verbesserung der Entspannungsfähigkeit beigetragen. In vielen Fällen konnte dadurch auch die Alltagssituation der Teilnehmenden verbessert werden. Kleine Tipps und Möglichkeiten für den Alltagstransfer konnten den Teilnehmenden mitgegeben werden und wurden als wertvoll angenommen.
Zudem konnte der Spaß an der Bewegung vermittelt werden, teilweise haben sich Teilnehmende danach bei Vereinen angemeldet.

Neben der Förderung der psychischen und physischen Gesundheit spielt vor allem die soziale Komponente auch eine wichtige Rolle: In einigen Gruppen hat es sich etabliert, dass die Teilnehmenden danach noch zusammen Kaffee trinken oder gemeinsam Mittag essen gehen. Ebenso wird durch das gemeinsame Erleben in der Gruppe oder auch in Tandem-Übungen die psychosoziale Komponente gestärkt. Gerade bei den Bewegungsangeboten im Freien nehmen Personen aus unterschiedlichen Altersgruppen (ca. 30 – 85 Jahre) und Kulturen teil, viele sind alleinstehend.

Insgesamt wurden in 2023 ausgehend von den Dokumentationen der Projektpartner ca. 320 Personen erreicht, viele davon in regelmäßigen Angeboten, die wöchentlich über einen längeren Zeitraum stattgefunden haben. Über die Netzwerke und die Multiplikatoren-Effekte der Angebote ist zusätzlich davon auszugehen, dass eine deutliche höhere Personenanzahl auch indirekt von den Maßnahmen profitiert hat.

Das Feedback der teilnehmenden Personen zeigt, dass die meisten sehr zufrieden sind mit den Angeboten. Die meisten bewerten das Angebot sehr positiv (auf einer Skala von 1-5). Des Weiteren geben die meisten Personen an, das Gelernte gut im Alltag umsetzen zu können. Vor allem die Inhalte und die Leitung des Angebots werden sehr positiv bewertet.
Zum Teil gibt es negative Rückmeldungen zu Zeitpunkt und Erreichbarkeit der Orte. Erfahren haben die meisten bei offenen Angeboten über Printmedien (Tageszeitung und Co.) von dem

konkreten Angebot. Bei den Angeboten, die direkt in den Einrichtungen stattgefunden haben, hat eine Ansprache über die Einrichtung oder Mund-zu-Mund-Propaganda gut funktioniert.

In **2024** wurden bisher ca. 15 Beratungsgespräche zur Beantragung eines Projekts über den TK-Verfügungsfonds geführt. Davon konnten sechs Projekte genehmigt werden. Da die Projektlaufzeit für das Jahr **2024** (Stand 02.08.2024) noch nicht abgeschlossen ist, werden die bisher eingereichten Projekte kurz dargestellt:

- Bewegung und Entspannung im Freien:
  Bewegungs- und Entspannungsangebot an sieben unterschiedlichen Standorten in fünf Stadtteilen für alle Bewohnerinnen und Bewohner offen, wöchentliche Angebote von Mai – Oktober 2024
  - *Gesundheitsamt in Kooperation u.a. mit dem ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V.*

- Bewegungsspaß im Luitpoldhain:
  Bewegungsangebot im Freien im Luitpoldhain im Juni und Juli für Senioren und Seniorinnen im Nürnberger Süden, wöchentliches Angebot
  - *Kooperation mit dem Seniorennetzwerk Südstadt West, Noris-Arbeit (NOA) gGmbH*

- Bohnenpower:
  Ernährungsangebot für Alleinerziehende (und ihren Kindern) zum Kochen mit Hülsenfrüchten und Co. – Hinführung zu einer ballaststoffreichen und gesunden Ernährung, insgesamt 6 Termine mit jeweils 4 Stunden über das ganze Jahr hinweg
  - *Kooperation mit der evangelischen Familienbildungsstätte Gostenhof*

- Präventionslotsen:
  Schulung von ehrenamtlichen Lotsen und Lotsinnen zum Thema Gesundheitskompetenzen, Entspannung, Bewegung und Ernährung. Die Lotsinnen und Lotsen geben das gelernte Wissen in weiteren Veranstaltungen und Angeboten in ihrer jeweiligen Muttersprache weiter, insgesamt 9 Schulungstermine von August – Dezember sowie 60 geplante Einsätze (Veranstaltungen) der Lotsinnen und Lotsen
  - *Kooperation mit Frizu e.V.*

- Yoga für Frauen:
  Entspannt und bewegt durch das Jahr: Bewegungs- und Entspannungsangebot für Frauen inkl. Kinderbetreuung, Termine einmal wöchentlich von Januar – Dezember
  - *Kooperation mit Khayam e.V.*

- Manns-Bilder:
  Fortführung der Reihe von 2023, Angehende Erzieherinnen und Erzieher der Fachakademie für Sozialpädagogik werden zum Umgang mit Rollenbildern und Gewalt in ihrer täglichen Praxis sensibilisiert und geschult, zwei Termine in 2024.
  - *Kooperation mit der Gewaltberatung Nürnberg e.V.*

Weitere Angebote für 2024, beispielsweise in Kooperation mit der Noris Inklusion (Tante Noris im Park) und weiteren Partnerinnen und Partnern, sind geplant.

3. Ausblick – weitere Planungen

Für 2025 ist geplant, den Verfügungsfonds erneut zu beantragen. Zudem soll der Kreis der Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner erweitert werden. Dafür werden gezielt Stadtteile angesprochen, die bisher noch nicht erreicht wurden, beispielsweise der Stadtteil Langwasser.

Anlage A

Nr.	Titel des Projekts	Inhalt	Zielgruppe(n)	Antragsteller
2023-01	Aufbau eines Netzwerkes & Sensibilisierung von Fachkräften	Geschlechtersensible Prävention mit Fokus auf (werdende) Eltern von Kindern mit Varianten der Geschlechtsentwicklung bzw. intergeschlechtliche Menschen	Multiplikator*innen, Fachkräfte	pro familia Nürnberg e.V.
2023-02	Junge sein - Mann werden	Jungenprojekt zur Reflektion der Rollenbilder und der Gewaltprävention	Jungen	Jungenbüro des Schlupfwinkel e.V.
2023-03	Bewegung und Entspannung im Freien	Bewegungstreffs und Entspannungsangebote für alle in vier Stadtteilen	alle	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2023-04	Gebersdorf bewegt	Bewegungstreffs in Gebersdorf mit 2 Angeboten an unterschiedlichen Standorten	alle	ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V./Gesundheitsamt Nürnberg
2023-05	Yoga-Projekt für Mädchen	IFMZ	Mädchen	Internationales Frauen- und Mädchenzentrum
2023-06	Man-Power. Fit und stark in jedem Alter.	Bewegungsangebot für Rentner zur körperlichen Aktivierung und sozialen Interaktion	Ältere Männer	Noris Arbeit / Post SV
2023-07	Yoga für Frauen - Entspannt durch den Herbst	Bewegungsangebot für Frauen des iranischen Kulturvereins	Frauen	Iranischer Kulturverein Khayam e.V.
2023-08	Manns-Bilder	Gewaltprävention, Entspannung & Stressbewältigung, Beteiligung & Aktivierung, seelische Gesundheit	Jungs 14-18 Jahren, junge Männer von 18-25 Jahren.	Gewaltberatung Nürnberg e.V.
2023-09	Bewegung und Entspannung im Freien - im Herbst	Bewegungstreffs und Entspannungsangebote für alle in vier Stadtteilen (Fortführung Projekt 2023-03 im Herbst)	alle	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung