Projektantrag GROW HAPPY NBG SÜD- Psychisch gesund auch in unsicheren Zeiten

Stand: 04. Mai 2026

In den vergangenen Jahren hat sich gezeigt, dass die psychische Gesundheit junger Menschen in Nürnberg vor vielfältigen Herausforderungen steht. Um diesen Entwicklungen frühzeitig und wirksam zu begegnen, wurde das Projekt „GROW HAPPY NBG - Seelisch gesund Aufwachsen im Stadtteil“ entwickelt, das seit 2023 durch eine Förderung der AOK Bayern umgesetzt wird. Das Projekt verfolgt einen verhaltens- und verhältnispräventiven Ansatz und richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 0 bis 25 Jahren in sozial belasteten Stadtteilen. Als Projektgebiete wurden der Nürnberger Westen (Muggenhof, Eberhardshof, Bärenschanze, Gostenhof), St. Leonhard/ Schweinau/ Sündersbühl sowie Galgenhof/ Steinbühl und Gibitzenhof/ Rabus/ Sandreuth gewählt.

Wie bereits in den Ausschüssen am 09.10.2024 und 16.10.2025 berichtet, konnte GROW HAPPY NBG seit Projektbeginn wichtige Erfolge erzielen. Besonders hervorzuheben sind die hohe Erreichbarkeit und Beteiligung der Zielgruppe, die Vielfalt der entwickelten Angebote zur Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen sowie der erfolgreiche Aufbau sozialraumbezogener Kooperationen. So entstanden tragfähige Netzwerke mit Schulen, Jugendhilfe, Vereinen und weiteren Akteuren, die eine kontinuierliche Zusammenarbeit ermöglichen. Die im Projekt durchgeführten Befragungen durch ein externes Evaluationsinstitut (Nexus) zeigen eine hohe Zufriedenheit und Wirksamkeit: 93,6 % der Teilnehmenden fühlten sich in den Angeboten wohl, über 90 % berichteten von neu erworbenen alltagsrelevanten Kompetenzen (z. B. im Bereich Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Stressbewältigung, Kommunikation).

Unabhängig von den bisherigen Erfolgen bleibt der Bedarf an Förderung der psychischen Gesundheit junger Menschen weiterhin hoch (Kaman et al., 2025). Studien belegen, dass sich das psychische Wohlbefinden nach der Pandemie nicht vollständig stabilisiert hat und junge Menschen stark unter multiplen Krisen leiden. 46 % der 14- bis 29-Jährigen berichten von Stress, 35 % von Erschöpfung und 33 % von Selbstzweifeln. Klimakrise, Krieg in Europa und Inflation verstärken diese Belastungen zusätzlich (Schnetzer et al., 2023). Hinzu können weitere Belastungsfaktoren, wie schulischer Druck, Zukunftsängste und familiäre Konflikte kommen. Besonders betroffen sind junge Menschen aus sozioökonomisch benachteiligten Verhältnissen, die häufiger unter Einsamkeit, Schlafproblemen und geringerer Lebenszufriedenheit leiden (Karman et al., 2024). Mehr als die Hälfte aller psychischen Erkrankungen entsteht bereits im Kindes- und Jugendalter, und viele Jugendliche wissen trotz wachsendem Problembewusstsein nicht, wo sie Unterstützung finden können oder scheuen davor zurück, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Die Ergebnisse der Fokusgruppeninterviews im Rahmen von GROW HAPPY NBG bestätigen diese Befunde und verdeutlichen den Bedarf an verlässlichen Beziehungen, psychosozialer Unterstützung, Partizipation und besser verzahnten Angeboten.

Vor dem Hintergrund dieses anhaltend hohen Bedarfs wurde das Folgeprojekt „GROW HAPPY NBG SÜD – Psychisch gesund auch in unsicheren Zeiten“ konzipiert. Es knüpft an die Erfahrungen und Erkenntnisse des laufenden Projekts an und verfolgt das Ziel, die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 0 bis 25 Jahren

in sozial belasteten Stadtteilen Nürnbergers zu stärken. Die im bisherigen Projekt erhobenen Bedarfe – etwa der Wunsch nach sicheren Treffpunkten, Anerkennung, Freizeitangeboten, Partizipation und sozialer Unterstützung – bilden eine zentrale Grundlage für die inhaltliche Ausrichtung des neuen Projekts. Zudem greift das Projekt Ziele aus dem Masterplan Prävention der Bayerischen Staatsregierung auf. Darin wird u.a. gefordert (Gesundheitliches Ziel 2) Maßnahmen im Rahmen der Gesundheitsförderung und Prävention zu ergreifen, welche die psychische Gesundheit stärken, in Krisen unterstützen, Einsamkeit verringern insbesondere für Jugendliche und junge Erwachsene (StmGP, 2025). Das Folgeprojekt verfolgt einen verhaltens- und verhältnispräventiven sowie partizipativen Ansatz. Unter Mitwirkung der jungen Menschen sollen Angebote entstehen, die Resilienz, Gesundheitskompetenz, Selbstwirksamkeit und weitere Schutzfaktoren der psychischen Gesundheit stärken. Gleichzeitig sollen gesundheitsförderliche Strukturen aufgebaut und durch kooperative Planung langfristig verankert werden. Dafür ist eine dienststellenübergreifende Zusammenarbeit im Sinne von „Health in all policies“ angestrebt. Das neue Projektgebiet umfasst große Teile der Nürnberger Südstadt und südlichen Außenstadt, darunter Ludwigsfeld, Glockenhof, Guntherstraße, Hummelstein, Gugelstraße, Marienvorstadt, Tafelhof, Dutzendteich, Hasenbuck, Rangierbahnhof, Rangierbahnhof-Siedlung, Katzwanger Straße, den neuen Stadtteil Lichtenreuth sowie Langwasser Nordwest, Nordost, Südwest, Südost und Beuthener Straße. In vielen dieser Gebiete bestehen bislang nur wenige gesundheitsförderliche Strukturen für junge Menschen, sodass ein erheblicher Bedarf besteht.

Ein zentraler Vorteil des neuen Projekts liegt darin, dass es auf den im ersten Projekt aufgebauten Ressourcen aufbaut. Dazu gehören etablierte Kooperationen, erprobte Formate, vorhandene Materialien, gewachsene Netzwerke und das im Team entwickelte Fachwissen und Kompetenz. Diese Grundlage ermöglicht einen besonders effizienten Ressourceneinsatz und eine Maximierung der Wirkung.

Die Umsetzung des Projekts ist auf einen Zeitraum von drei Jahren ausgelegt. Das Gesamtbudget beläuft sich auf 1.941.730 EUR, davon werden 1.683.500 EUR durch die AOK Bayern gefördert. Das Budget beinhaltet drei Vollzeitstellen für Gesundheitskoordinatorinnen und -koordinatoren in den Stadtteilen, eine 0,5-Stelle für die Projektleitung sowie Sachmittel für Maßnahmen und Partizipation, Mittel für Evaluation und Öffentlichkeitsarbeit. Der erforderliche Eigenanteil von mindestens 10% wird erreicht und ermittelt sich aus bereits bestehenden Betriebs- und Personalkosten, darunter Aufwendungen innerhalb des Gesundheitsamtes für Personalverwaltung, Finanzwesen und Controlling sowie Unterstützung aus dem Fachbereich und aus laufenden Kosten für Miete und Infrastruktur.

Quellen:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention (Hrsg.) (2025). Masterplan Prävention Bayern: Für mehr Gesundheitsbewusstsein, Gesundheitsförderung, Vorsorge und Früherkennung. München.

Kaman, A., Erhart, M., Devine, J., Napp, A. K., Reiß, F., Behn, S., & Ravens-Sieberer, U. (2025). Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Zeiten globaler Krisen: Ergebnisse der COPSY-Längsschnittstudie von 2020 bis 2024. *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz*, 1–11. https://doi.org/10.1007/s00103-025-04045-1

Kaman, A., Ravens-Sieberer, U., et al. (2024). *Youth mental health in times of global crises: Evidence from the longitudinal COPSY study* [Preprint]. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2025.05.010

Schnetzer, S., Hampel, K., & Hurrelmann, K. (2024). *Trendstudie Jugend in Deutschland: Verantwortung für die Zukunft? Ja, aber.* University of Muenster, Institutional Repository MI-AMI. https://doi.org/10.17879/86948700064