

# Gesprächsleitfaden



Thüringer Modellprojekt zur Förderung  
von Gesundheit und Beschäftigungsfähigkeit

## Bitte folgende Hinweise vor der Nutzung des Gesprächsleitfaden lesen!

Wir empfehlen Ihnen, die **Anwendungshinweise** zum Gesprächsleitfaden vor der Nutzung zu lesen. Sie erhalten dort nützliche Hinweise sowie Hintergrundinformationen zu den einzelnen Fragekomplexen und Arbeitshilfen (Übungen).

Der Gesprächsleitfaden unterteilt sich in die drei Bereiche **Alltag – Gesundheit – soziale Ressourcen & persönliche Stärken**. Die Bereiche sind in sich geschlossen, d. h. sie können unabhängig voneinander durchgeführt werden. Die im Gesprächsleitfaden vorgegebene Reihenfolge ist nicht bindend. Methodisch stützt sich der Gesprächsleitfaden auf offene und geschlossene Fragen sowie auf einen großen Anteil an praktischen Übungen. Diese sind unter dem Begriff der Arbeitshilfen zu finden.

Zu den einzelnen Arbeitshilfen erhalten Sie in den **Anwendungshinweisen** nützliche Hinweise zur Nutzung und Umsetzung in der Arbeit mit den Klienten. Sie erhalten Informationen zum zeitlichen Umfang und auch zu ggf. zusätzlich benötigtem Material. Weiterhin erhalten Sie Hinweise, inwieweit sich die Methode für eine Einzel- und Gruppenarbeit oder Hausaufgabe eignet.

Wir empfehlen Ihnen, wenn möglich, alle drei Bereiche des Gesprächsleitfaden mit den Klienten zu besprechen. Sollte dies nicht gewünscht oder nicht möglich/nötig sein, so empfehlen wir Ihnen den jeweiligen Teilbereich jedoch vollständig zu bearbeiten.

Viel Spaß bei der Anwendung,

Ihr CARDEA-Team!

## Inhaltsverzeichnis

---

### Alltag

- Arbeitshilfe 1: Mein Tagesablauf
- Arbeitshilfe 2: Angenehme und unangenehme Aufgaben und Aktivitäten
- Arbeitshilfe 3: Veränderungen wagen
- Arbeitshilfe 4: Zeitmanagement

### Gesundheit

- Arbeitshilfe 5: Mein Ernährungstagebuch
- Arbeitshilfe 6: Mein Bewegungstagebuch

### soziale Ressourcen und persönliche Stärken

- Arbeitshilfe 7: Mein persönliches Umfeld
- Arbeitshilfe 8: Meine Gefühlswelt
- Arbeitshilfe 9: Schöne Momente
- Arbeitshilfe 10: Wichtige Erfahrungen und Stationen in meinem Leben
- Arbeitshilfe 11: Meine Stärken
- Arbeitshilfe 12: Eine Zeitreise
- Arbeitshilfe 13: Meine Zukunftsplanung

## Themenbereich:

# Alltag

Der Themenbereich „Alltag“ beschäftigt sich mit dem persönlichen Tagesablauf der Klienten, mit notwendigen Aufgaben, möglicher Belastungen, alltäglicher Verpflichtungen, Verantwortlichkeiten sowie der Freizeitgestaltung. Durch verschiedene Übungen werden die Klienten angeregt, über die Struktur ihres Alltages und sich daraus ergebenden Handlungsbedarfen nachzudenken. Erste Veränderungsmöglichkeiten können auch unter zu Hilfenahme verschiedener Arbeitshilfen geübt werden.



---

## Unterstützende und weiterführende Fragen: Alltag

---

**Wohnen Sie allein oder mit anderen Personen zusammen?**

allein                       mit: \_\_\_\_\_

**Bei Kindern: Unterstützt Sie jemand bei der Betreuung Ihrer Kinder?**

nein                       ja, und zwar: \_\_\_\_\_

**Betreuen Sie kranke oder pflegebedürftige Familienmitglieder?**

nein                       ja, und zwar: \_\_\_\_\_

**Was würden Sie sagen: Wann haben Sie freie Zeit am Tag und wie viele Stunden sind das?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Was machen Sie am liebsten in dieser freien Zeit?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Was wollten Sie schon immer mal in Ihrer Freizeit machen?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Arbeitshilfe 1: Tagesablauf

Uhrzeit	Aktivität, Tätigkeit, Aufgabe
06:00	
07:00	
08:00	
09:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	
23:00	
24:00	

---

**Unterstützende und weiterführende Fragen: Aufgaben und Aktivitäten im Alltag**

---

**Gibt es Dinge die Sie im Alltag belasten? Wenn ja, welche?**

---

---

---

**Wo sehen Sie Möglichkeiten daran etwas zu verändern?**

---

---

---

**Was brauchen Sie dazu?**

---

---

---



---

## Arbeitshilfe 2: angenehme und unangenehme Aufgaben & Aktivitäten

---

**Überlegen Sie einmal: Gibt es Aufgaben, die eine Belastung für Sie sind?**

unangenehme Aufgaben und Aktivitäten

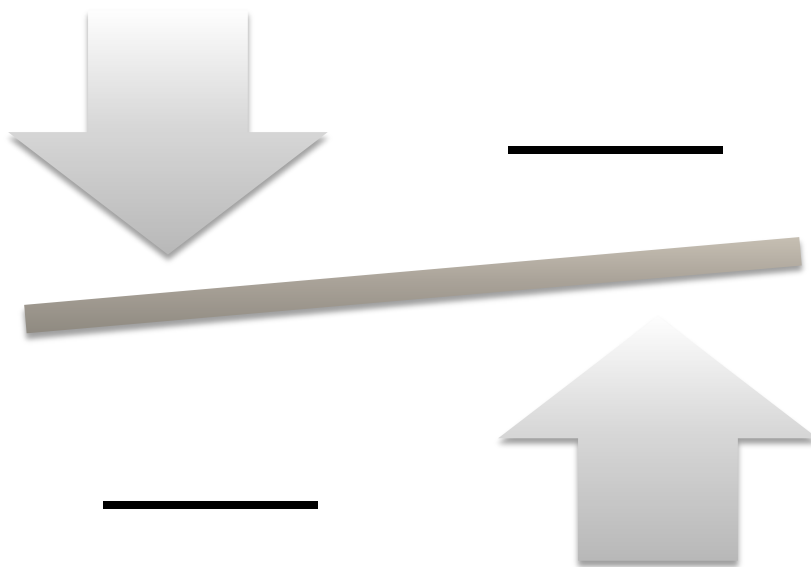
**Überlegen Sie: Welche Ihrer täglichen Aufgaben bereiten Ihnen Freude?**

angenehme Aufgaben und Aktivitäten

## Arbeitshilfe 2: angenehme und unangenehme Aufgaben & Aktivitäten

Wie empfinden Sie das Verhältnis zwischen Ihren angenehmen und unangenehmen Aufgaben?

*Beschriften Sie die Waage: Was überwiegt bei Ihnen?*



Wenn Sie sich das Verhältnis betrachten, möchten Sie daran etwas verändern?

ja

nein

Wo sehen Sie Möglichkeiten etwas zu verändern?

---

---

---

Was brauchen Sie dazu?

---

---

---

### Arbeitshilfe 3: Veränderungen wagen

Das möchte ich verändern	Meine nächsten Schritte sind...	Ich benötige Unterstützung und Hilfe von...	Bis wann?

Fragen Sie noch heute konkret bei den von Ihnen benannten Personen nach Hilfe und Unterstützung. Sie brauchen sich nicht zu scheuen! Sie können nur gewinnen und nichts verlieren. Sie werden sehen, wie viel positive Unterstützung Sie erhalten werden - nur Mut!

### Überlegen Sie einmal, welche Aktivitäten Ihnen gut tun können?

Aktivitäten allein	Aktivitäten mit Familie / Anderen

Überprüfen Sie nun, an welchem Tag in der Woche Sie eine oder mehrere dieser Aktivitäten in Ihrer freien Zeit nachgehen können. Fangen Sie diese Woche damit an! Sie werden sehen, wie viel Freude und schöne Stunden Ihnen diese Aktivitäten in Ihrer freien Zeit bereiten werden. Daraus können Sie wieder Kraft schöpfen!

## Arbeitshilfe 4: Zeitmanagement

### Wie sollte Ihre Woche aussehen, damit Sie sich wohl fühlen können?

Benutzen Sie den folgenden Wochenplaner, um ihren alltäglichen und wöchentlichen Aufgaben neu zu verteilen. Planen Sie die kommende Woche durch und nehmen Sie sich nur so viel am Tag vor, wie Sie auch wirklich schaffen! Bauen Sie bewusst individuelle freie Zeit für Aktivitäten ein, die Ihnen gut tun!

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06:00 -08:00							
08:00 – 10:00							
10:00 - 12:00							
12:00 – 14:00							
14:00 – 16:00							
16:00 - 18:00							
18:00 - 20:00							
20:00 - 22:00							

## Themenbereich:

# Gesundheit

In diesem Bereich steht die persönliche Einschätzung und Zufriedenheit des Klienten zum eigenen Gesundheits-, Ernährungs-, Schlaf- und Bewegungsverhalten im Vordergrund. Die Klienten sollen gemeinsam mit dem Berater den jeweiligen Teilbereich analysieren und bei einem bestehenden Handlungsbedarf erste Veränderungsmöglichkeiten besprechen. Im zweiten Schritt werden die Klienten durch verschiedene Übungen dazu motiviert Veränderungswünsche in diesen Bereichen in die Tat umzusetzen.

## Gesundheit

---

**Wie zufrieden sind Sie zurzeit mit Ihrer Gesundheit?**

- sehr zufrieden       zufrieden       weniger zufrieden       gar nicht zufrieden

**Haben Sie Erkrankungen, die Sie persönlich einschränken?**

- Nein       Ja, nämlich: \_\_\_\_\_

**Sind Sie deswegen in regelmäßiger Behandlung?**

- Ja       Nein

**Was ist für Ihre Gesundheit besonders gut und förderlich?**

---

---

---

## Gesundheit

---

**Gibt es etwas, dass Sie gern in Bezug auf Ihre körperliche Gesundheit verändern möchten?**

---

---

---

**Was brauchen Sie dafür?**

---

---

---

**Wer oder was könnte Sie dabei unterstützen?**

---

---

---

## Schlafverhalten

---

**Haben Sie das Gefühl ausreichend zu schlafen?**

Ja       Nein

**Wenn nein, was denken Sie warum das so ist?**

---

---

---

**Was glauben Sie, könnte Ihnen dabei helfen, besser zu schlafen?**

---

---

---

**Haben Sie bestimmte Rituale oder Einschlafgewohnheiten? Wenn ja, welche?**

---

---

---

**Wo schlafen Sie?** \_\_\_\_\_

**Empfinden Sie dies als guten Schlafort?**       nein       ja

**Gibt es etwas, dass Sie in Bezug auf Ihr Schlafverhalten verändern möchten?**

---

---

---



## Ernährung

---

### Welche Mahlzeiten nehmen Sie ein?

- Frühstück       Zwischenmahlzeit am Vormittag       Mittag
- Zwischenmahlzeit am Nachmittag       Abendbrot

### Mit wem und wo nehmen Sie Ihre Mahlzeiten ein?

---

---

---

### Gibt es bei Ihnen bestimmte Gewohnheiten beim Essen?

---

---

---

### Wer bereitet Ihre Mahlzeiten zu?

---

---

---

## Ernährung

Wie schätzen Sie ihr Ernährungsverhalten ein?

😊😊 Sehr gut

😊 gut

😊 weiß nicht

😞 geht so

😞😞 schlecht

▲ Nutzen Sie auch die Arbeitshilfe 5, um einen genauen Überblick über ihre Essgewohnheiten zu erhalten.

Gibt es etwas, dass Sie gern in Bezug auf Ihr Ernährungsverhalten verändern möchten?

---

---

---

Was brauchen Sie dafür?

---

---

---

Wer oder was könnte Sie dabei unterstützen?

---

---

---

## Arbeitshilfe 5: Ernährungstagebuch

Tag / Datum :

### Mein Ernährungstagebuch

Frühstück			
Was gegessen/getrunken?	Um welche Uhrzeit?	Wie viel davon?	Wer bereitet es zu?

Zwischenmahlzeit			
Was gegessen/getrunken?	Um welche Uhrzeit?	Wie viel davon?	Wer bereitet es zu?

Mittagessen			
Was gegessen/getrunken?	Um welche Uhrzeit?	Wie viel davon?	Wer bereitet es zu?

Zwischenmahlzeit			
Was gegessen/getrunken?	Um welche Uhrzeit?	Wie viel davon?	Wer bereitet es zu?

Abendessen			
Was gegessen/getrunken?	Um welche Uhrzeit?	Wie viel davon?	Wer bereitet es zu?

## Bewegung

### Erzählen Sie einmal: Wie bewegen Sie sich im Alltag fort?

Zum Einkaufen, Kinder bringen/abholen, Freunde & Familie besuchen, zu den Terminen im Projekt oder Jobcenter, in der Freizeit ...

▲ Sie können an dieser Stelle auch die Arbeitshilfe 6 – das Bewegungstagebuch - nutzen.

---

---

---

---

---

---

---

### Wie schätzen Sie ihr Bewegungsverhalten persönlich ein?

-   Sehr gut
-  gut
-  weiß nicht
-  geht so
-   schlecht

### Betreiben Sie eine der folgenden Sport- oder Bewegungsarten regelmäßig?

- Joggen/Walken  Schwimmen  Rad fahren
- Fitness  Ski/Langlauf  Inliner fahren
- Mannschaftssport, und zwar: \_\_\_\_\_
- regelmäßiges Spazieren gehen
- vorzugsweise Treppen steigen
- Aufgaben und Termine zu Fuß erledigen/wahrnehmen
- Sonstiges, und zwar: \_\_\_\_\_

## Bewegung

---

**Gibt es etwas, dass Sie gern in Bezug auf Ihr Bewegungsverhalten verändern möchten?**

---

---

---

**Was brauchen Sie dafür?**

---

---

---

**Wer oder was könnte Sie dabei unterstützen?**

---

---

---

## Arbeitshilfe 6: Bewegungstagebuch

### **Mein Bewegungstagebuch**

Bitte tragen Sie ein, wie Sie sich am Tag bewegt haben oder welcher sportlichen Aktivität Sie nachgegangen sind. Es zählen hierbei alle Bewegungen von mindestens 10 Minuten Dauer. Notieren Sie deswegen auch die Minuten hinter der Bewegungsart.

Bitte kopieren Sie dieses Blatt, wenn Sie ihr Bewegungsverhalten für mehr als einen Tag notieren möchten.

	<b>Wochentag:</b>
<b>vormittags</b>	
<b>mittags</b>	
<b>nachmittags</b>	
<b>abends</b>	

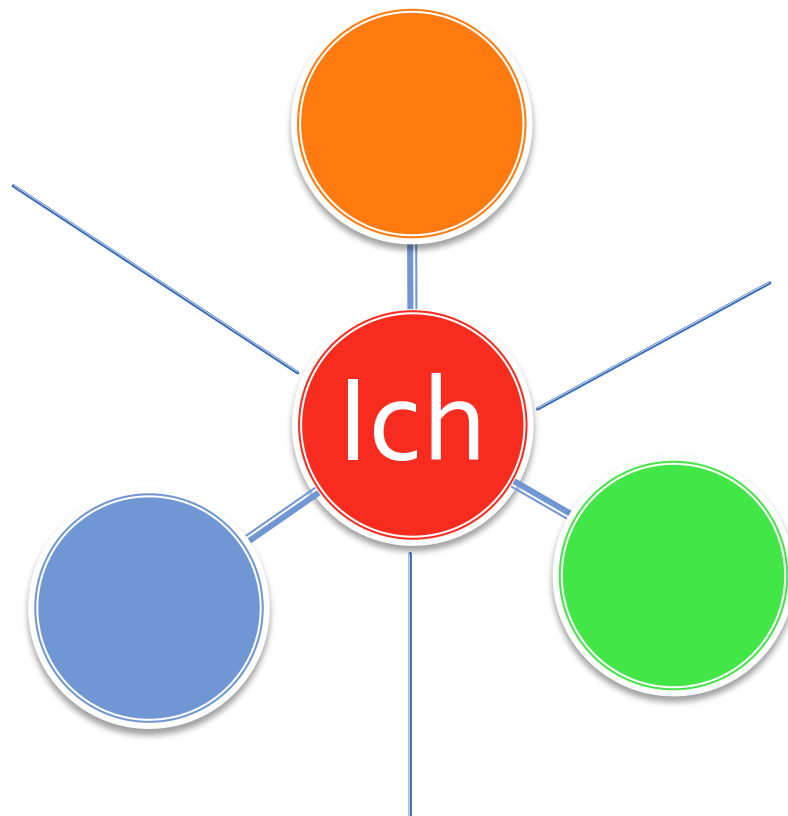
## Themenbereich:

# Soziale Ressourcen und persönliche Stärken

In diesem Themenbereich setzen sich die Klienten unter zu Hilfenahme verschiedener Übungen mit ihren sozialen Ressourcen und persönlichen Stärken auseinander. Ziel ist es auf der einen Seite zu erkennen, wo ihre persönlichen Stärken liegen um diese im Alltag beim Auftreten von Problemen gezielt einsetzen zu können. Auf der anderen Seite besteht ein weiteres Ziel darin, einen Blick in die Zukunft zu wagen und die dort bestehenden Veränderungswünsche unter zu Hilfenahme der sozialer Ressourcen und persönlicher Stärken zu planen.

## Arbeitshilfe 7: Mein persönliches Umfeld

Überlegen Sie einmal: Wer freut sich mit Ihnen, wenn Sie etwas Schönes erlebt haben? Wer steht Ihnen bei, wenn Sie Sorgen oder Probleme haben? Welche Freundschaften und Kontakte geben Ihnen Kraft? Wer hat Ihnen in einer Krise geholfen? Notieren Sie diese Personen in Ihrem „persönlichem Umfeld“! Diese können Partner, Eltern, Kinder, Freunde und Bekannte aber auch Ärzte, Sozialpädagogen oder auch Beratungsstellen sein. Fügen Sie einfach weitere Kreise und Verbindungsstriche hinzu und schreiben Sie den Namen der Person in den Kreis.



Wie wichtig sind Ihnen diese Personen? Bitte vergeben Sie an jede Person jeweils 1 bis 3 Sterne (\* = wichtig; \*\* = sehr wichtig; \*\*\* = besondere Bedeutung)



---

## Unterstützende und weiterführende Fragen: soziales Umfeld

---

**Gibt es jemanden zu dem Sie mehr Kontakt haben möchten und warum?**

---

---

---

**Was mögen andere Menschen an Ihnen besonders?**

---

---

---

**Wie und wobei unterstützen Sie andere Personen in Ihrem sozialen Umfeld?**

---

---

---

**Haben Sie schon einmal anderen Personen in einer schwierigen Situation beigestanden?**       ja       nein       weiß nicht

**Wie haben Sie geholfen?**

---

---

---

**Wie haben Sie sich dabei gefühlt?**

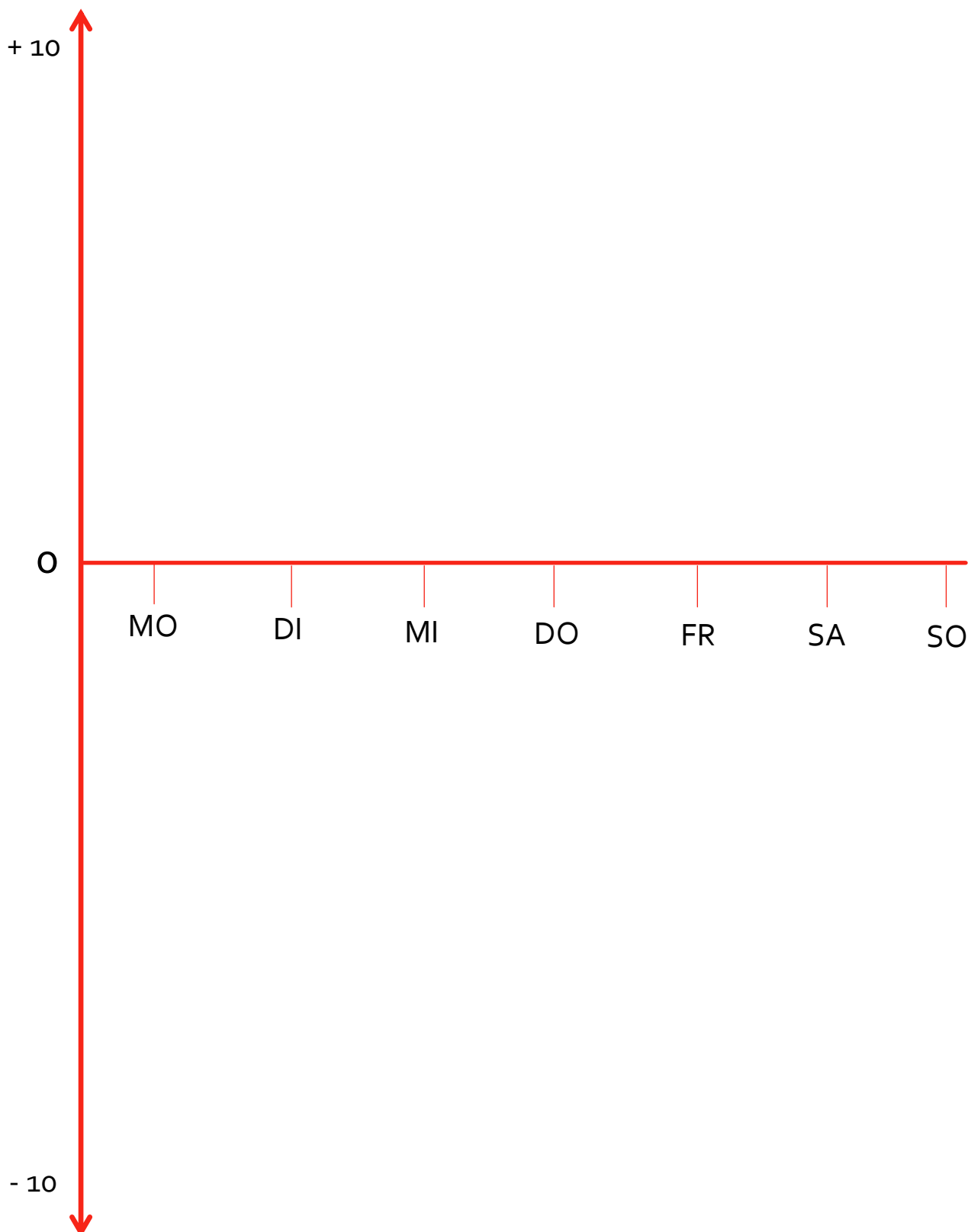
---

---

---

## Arbeitshilfe 8: Meine Gefühlswelt

Denken Sie an die vergangene Woche: Wie ist es Ihnen „gefühlsmäßig“ ergangen? Waren Sie besonders gut drauf oder eher niedergeschlagen? Bitte setzen Sie für jeden Tag ein Kreuz, auf der Skala von +10 bis -10. Dabei ist +10 = „Es ging mir sehr gut.“ und -10 = „Es ging mir sehr schlecht.“. Verbinden Sie anschließend die Punkte und Tage über eine fortlaufende Linie von Montag – Sonntag miteinander. Sie erhalten ein grafisches Bild Ihrer Gefühlswelt während der vergangenen Woche.



## Unterstützende und weiterführende Fragen: Gefühlswelt

---

**In welchen Situationen / Momenten waren die positiven Gefühle besonders stark?**

---

---

---

**In welchen Situationen / Momenten waren die negativen Gefühle besonders stark? Welche negativen Gefühle haben Sie dabei empfunden?**

---

---

---

**In den letzten vier Wochen: Welche Gefühle haben überwogen?**

---

---

---

**Wenn negative Gefühle überwogen haben: Was denken Sie, wie können Sie ein Gleichgewicht zwischen positiven und negativen Gefühlen herstellen?**

---

---

---

## Arbeitshilfe 9: Schöne Momente

Notieren Sie eine Woche lang jeden Abend mindestens ein schönes Erlebnis, das Sie am Tag erfahren haben. Zum Beispiel: das Vogelgezwitscher am Morgen, die Sonne am Mittag, ein Gespräch mit einer Freundin, der Spaziergang mit dem Hund, das Stück Schokolade, eine zufällige Begegnung im Supermarkt an der Kasse, die Tasse Kaffee. Einfach die kleinen schönen Dinge am Tag, die einem Freude bereiten, die man aber auch so schnell wieder vergisst.

*Am Ende der Woche gehen Sie zu Ihrem Lieblingsplatz und lesen Sie sich Ihre schönen Erlebnisse noch einmal durch! Wie geht es Ihnen dabei? Was fühlen Sie?*

**Meine Woche vom:** \_\_\_\_\_ **bis zum** \_\_\_\_\_

Wochentag	Ein schöner Moment am heutigen Tag war...
Montag	
Dienstag	
Mittwoch	
Donnerstag	
Freitag	
Samstag	
Sonntag	

## Arbeitshilfe 10: Erfolge meines Lebens

Denken Sie einmal darüber nach, welche Erfolge Sie im beruflichen als auch privatem Leben bis heute gemacht haben! Tragen Sie diese bitte einzeln in die Puzzle-Steine ein. Sie können das Bild um weitere Puzzle-Steine gerne erweitern!



## Unterstützende und weiterführende Fragen

---

**Worauf sind Sie in Ihrem bisherigen Leben besonders stolz?**

---

---

---

**Welche schwierigen Dinge haben Sie in der Vergangenheit bereits gemeistert?**

---

---

---

**Was hat Ihnen in einer Krise / bei einem Problem schon einmal gut geholfen?**

---

---

---

## Arbeitshilfe 11: Meine Stärken

---

Denken Sie nach, was mögen und schätzen Sie besonders an sich?! Schreiben Sie mindestens drei Dinge auf, die Sie an sich schätzen!

**Das schätze ich besonders an mir...**

In der folgenden Übung schauen Sie nur auf Ihre Stärken! Darauf was Sie besonders gut können! Überlegen Sie auch, was Ihre Freunde und Familie an dieser Stelle an positiven Eigenschaften über Sie erzählen würden!

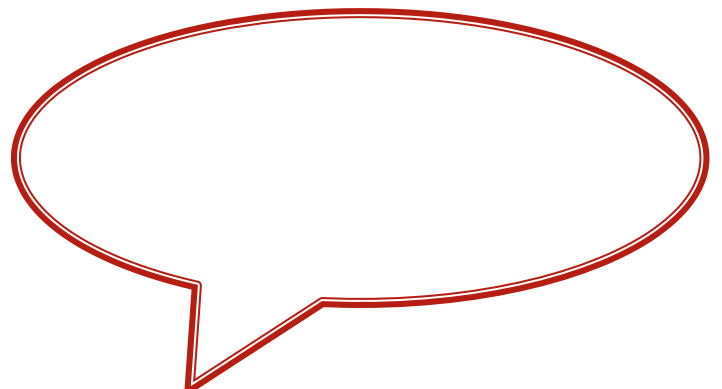
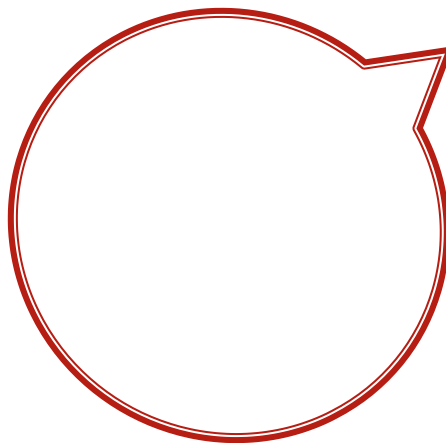
**Meine persönlichen Stärken sind:**

## Arbeitshilfe 12: Zeitreise

Wir machen eine Reise: Stellen Sie sich vor, wir reisen in die Zukunft. Es ist jetzt genau ein Jahr später. Bitte notieren Sie als erstes das Datum an der vorgesehenen Stelle!

Sie blicken nun ein Jahr zurück: Welche Veränderungen gab es in diesem vergangenen Jahr in Ihrem Leben und persönlichem Umfeld? Schreiben Sie 3 – 5 Dinge auf! Welche Veränderungen waren besonders wichtig für Sie?

**Wir schreiben den Tag und das Jahr:**





## Arbeitshilfe 13: Zukunftsplanung

---

**In dem kommenden Jahre möchte ich...**

..... \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Um diese(s) Ziel(e) zu erreichen werde ich folgende Schritte gehen...**

1. Schritt: \_\_\_\_\_

2. Schritt: \_\_\_\_\_

3. Schritt: \_\_\_\_\_

4. Schritt: \_\_\_\_\_

**Wer oder was könnte zu Ihrer Veränderung / Zielerreichung beitragen:**

\_\_\_\_\_

**Woran werden Sie feststellen können, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?**

\_\_\_\_\_

## **Der PARITÄTISCHE Landesverband Thüringen e.V.**

Das Projekt „Gesunde Kooperation – bedarfsorientierte Gesundheitsförderung von Langzeitarbeitslosen“ (im Weiteren „Gesunde Kooperation“ genannt) war 2010 das erste Projekt in Thüringen, welches sich explizit mit dem Thema der Gesundheitsförderung von Langzeitarbeitslosen beschäftigt hat. Ziel des Projektes war es, Kenntnisse über Erfahrungen der Gesundheitsförderung von Langzeitarbeitslosen durch transnationale Partnerschaften zu gewinnen, diese modellhaft zu übertragen und vorrangig mit ausgewählten Teilnehmerinnen des Landesarbeitsmarktprogrammes (LAP) zu erproben.

Im Oktober 2012 endete die „Gesunde Kooperation“ mit folgenden Ergebnissen:

- ✓ Entstehung transnationaler Partnerschaften (Österreich, Italien, Irland)
- ✓ Entwicklung eines teilstandardisierten Fragebogens zur Erfassung des körperlichen Gesundheitszustandes und zum aktiven Gesundheitsverhalten der Projektteilnehmer
- ✓ Nachweis der Notwendigkeit von gesundheitsfördernden Modulen in arbeitsmarktpolitischen Projekten
- ✓ Erkenntnis, dass es auch Angebote für die Gesundheit der Berater geben muss

Unter dem Namen CARDEA startete am 01.01.2013 das neue ESF-finanzierte Modellprojekt des PARITÄTISCHEN Landesverbandes mit einer Laufzeit bis 31.12.2015. Es knüpft an die Erfahrungen aus der „Gesunden Kooperation“ an und versteht sich als dessen Weiterentwicklung.

Das Projekt CARDEA richtet sich an zwei landesweite Programme in Thüringen: Zum einen an das Landesarbeitsmarktprogramm (LAP) und zum anderen an das Programm Thüringer Initiative zur Integration und Armutsbekämpfung – Nachhaltigkeit (TIZIAN). Die Programme wurden jeweils vom Thüringer Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Technologie (TMWAT) und vom Thüringer Ministerium für Soziales, Familie und Gesundheit (TMSFG) initiiert. Darüber hinaus sind weitere Adressaten die sechs Thüringer CORA-Projekte, einem Netzwerkprojekt Thüringer Frauenzentren zur Förderung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Die übergeordnete Zielstellung von CARDEA ist es, durch eine Weiterentwicklung des Fragebogens zum Gesundheitsverhalten und der Entwicklung von Gesundheitsmodulen die Beratung zur Förderung von Gesundheit und Beschäftigungsfähigkeit von (langzeit-) arbeitslosen Frauen und Männern in Thüringen weiter zu verbessern.

Das Projekt CARDEA legt gleichzeitig auch einen Schwerpunkt auf die Personen (und ihre Gesundheit), die mit arbeitslosen Frauen und Männern intensiv arbeiten. Durch den hochgradig psychisch belastenden Arbeitsalltag und die Probleme der Teilnehmer, die oft „nach Feierabend mit nach Hause genommen werden“, stehen viele Berater stark und vor allem dauerhaft unter Stress. Darum richtet das Projekt CARDEA ein besonderes Augenmerk darauf, die psychische und physische Gesundheit der Berater zu stärken, um deren eigene Beschäftigungsfähigkeit zu erhalten.

*Kontaktdaten:*

CARDEA -

Thüringer Modellprojekt zur Förderung von Gesundheit und Beschäftigungsfähigkeit

Der PARITÄTISCHE Landesverband Thüringen e. V.

OT Neudietendorf

Bergstr. 11

99192 Nesse-Apfelstädt

[www.paritaet-th.de](http://www.paritaet-th.de)

[www.cardea.paritaet-th.de](http://www.cardea.paritaet-th.de)

## **Die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V.**

Die AGETHUR ist thüringenweit die zentrale Fach- und Servicestelle für den Bereich der Gesundheitsförderung/Prävention und für den Bereich HIV/AIDS-Prävention.

In dieser Funktion übernimmt die AGETHUR folgende Aufgaben:

- Planung und Umsetzung von strategischen Programmen und Projekten zur Förderung der Gesundheit der Bevölkerung. Dabei steht die Stärkung von Strukturen im Mittelpunkt.
- Förderung und Unterstützung der Qualitätsentwicklung von Programmen und Projekten
- Aktive Mitwirkung am Thüringer Gesundheitszieleprozess
- Qualifizierung von Fachkräften
- Gestaltung und Begleitung ressortübergreifender Vernetzungsprozesse
- Vermittlung zwischen Praxis und Wissenschaft
- Entwicklung von Materialien für Bürgerinnen und Bürger

Die AGETHUR ist Träger der Koordinierungsstelle „Gesundheitliche Chancengleichheit“ Thüringen im Rahmen des bundesweiten Kooperationsverbundes „Gesundheitliche Chancengleichheit“. Der Kooperationsverbund „Gesundheitliche Chancengleichheit“ ist ein Verbundprojekt von Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Bundes- und Landesvereinigungen für Gesundheit, Krankenkassen und Ärzteverbänden, den kommunalen Spitzenverbänden, der Bundesagentur für Arbeit, Wohlfahrtsverbänden und vielen weiteren Partnerorganisationen. Er wurde 2003 auf Initiative der BZgA gegründet und wird maßgeblich durch die BZgA getragen.

Bei der AGETHUR ist darüber hinaus der Arbeitsbereich „Psychische Gesundheit im Thüringer Gesundheitszieleprozess“ angegliedert. Ziele sind die Fortbildung und Sensibilisierung von Thüringer Fachkräften und Multiplikatoren für die Bedeutung psychischer Gesundheit in allen Lebensbereichen und Altersphasen. Der Fokus liegt dabei auf der Stärkung von personalen und sozialen Ressourcen als Weg zur Förderung psychischer Gesundheit. Darüber hinaus wird im Arbeitsbereich die Vernetzung und Kooperation von Akteuren und Maßnahmenträgern in Thüringen unterstützt sowie die flächendeckende Implementation von ausgewählten qualitätsgesicherten Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit koordiniert.

*Kontaktdaten:*

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. – AGETHUR –

Carl-August-Allee 9

99423 Weimar

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

**Impressum**

CARDEA – Thüringer Modellprojekt zur Förderung von Gesundheit und Beschäftigungsfähigkeit

Der PARITÄTISCHE Landesverband Thüringen e. V.

OT Neudietendorf

Bergstr. 11

99192 Nesse-Apfelstädt

[www.paritaet-th.de](http://www.paritaet-th.de)

[www.cardea.paritaet-th.de](http://www.cardea.paritaet-th.de)