



Liebe Leserinnen und Leser,

mit unserem Newsletter möchten wir Sie in regelmäßigen Abständen über aktuelle Entwicklungen, Projekte und Veranstaltungen des LIGA sowie relevante Inhalte aus dem Bereich „Gesund leben in Gröpelingen“ informieren.

Sie möchten auf dem neusten Stand bleiben und in Zukunft nichts verpassen? Dann melden Sie sich gerne per E-Mail bei unserem Newsletter an: newsletter@liga-groeplingen.de

1. Neues aus der LIGA-Beratungsstelle

Zum Jahresende kann die LIGA-Beratungsstelle mittlerweile auf mehr als ein ganzes Jahr mitten in der Lindenhofstraße zurückblicken. In dem ersten Jahr haben wir unser Konzept erprobt und viele Erfahrungen gesammelt, sodass wir an dieser Stelle ein erstes Fazit ziehen möchten.

Die meisten Beratungen in der Beratungsstelle fanden während der offenen Gesundheitsberatung und der Sprechstunden des Pflegestützpunktes statt.

Ein Großteil der offenen Gesundheitsberatungen fand ohne Termin während unserer Öffnungszeiten statt. Die Ratssuchenden, die uns in der LIGA-Beratungsstelle aufgesucht haben, waren zu 80 % Mig-

rant:innen oder hatten einen Migrationshintergrund. Durch die Kooperation mit den Sprinter:innen und die Unterstützung unserer Gesundheitsbegleiter:innen konnten wir viele Beratungen auf Türkisch, Arabisch und Englisch durchführen – dies sind auch die Sprachen, nach denen am häufigsten gefragt wird.

Die Themen der Gesundheitsberatung sind sehr breit gefächert. Den Themenbereich unserer offenen Gesundheitsberatung haben wir bewusst weitgefasst, um den tatsächlichen Umfang abzudecken und sich an den Bedarfen der Ratsuchenden zu orientieren. So erreichen wir auch Menschen, welche sich aufgrund ihrer vorrangigen sozialen Problemlagen selbst nicht proaktiv um den Themenbereich Prävention und Gesundheitsförderung kümmern.

Besonders häufige und wiederkehrende Themen in der Beratung sind zum einen Fragen zu Gesundheitsanträgen und -formularen sowie Ausfüllhilfen und zum anderen Hilfe bei der Terminvereinbarung und Begleitung/Übersetzung bei Ärzt:innen sowie Therapeut:innen.

Neben der individuellen Gesundheitsberatung hatten wir 2023 regelmäßig Gruppen in der LIGA-Beratungsstelle zu Gast und haben uns innerhalb der Gruppe zu verschiedenen Gesundheitsthemen ausgetauscht, zu Vorsorgeleistungen informiert und ggf. vertiefte Gesundheitsberatungen angeboten. In der Gruppe wurden einzelne Erfahrungen ausgetauscht und gemeinsam Lösungen und Ideen für die unterschiedlichen Anliegen erarbeitet. Unser Ziel ist es stets, die Ratsuchenden einzubeziehen und sie dazu zu befähigen, sich selbst zu helfen bzw. sich selbst Hilfe zu organisieren.

2. Projekte und neue Kooperationen im Quartier

Unsere Gesundheitsbegleiter:innen

Das Projekt „Gesundheitsbegleiter:innen für Gröpelingen“ endet im Dezember 2023. Seit Anfang des Jahres haben die geschulten Gesundheitsbegleiter:innen die Arbeit in der LIGA-Beratungsstelle tatkräftig unterstützt. Das Projekt „Gesundheitsbegleiter:innen für Gröpelingen“ startete 2021 als erste Initiative des LIGA Gröpelingen mit dem Ziel, interessierte Bürger:innen aus Gröpelingen zu gesundheitsrelevanten Themen zu schulen, damit sie Personen aus ihrem Umfeld bzw. ihrer Community durch das Gesundheitssystem begleiten.

Im Rahmen des Projektes wurden unter anderem Hanna Ezzraimi Taieb und Stephan Smilowski als Gesundheitsbegleiter:innen geschult und waren seither ehrenamtlich mit Aufwandsentschädigung in der LIGA-Beratungsstelle tätig.

Hanna Ezzraimi Taieb hat regelmäßig und bei Bedarf mehrmals die Woche in der offenen Gesundheitsberatung ins Arabische übersetzt, bei der Terminvereinbarung im Gesundheitssystem unterstützt und Ratsuchende zu Terminen begleitet.



„Es ist ein schönes Gefühl, den Menschen durch meine Begleitung die Sorgen und Unsicherheiten beim Arztbesuch etwas nehmen zu können und ihren Alltag zu entlasten.“ – Hanna Ezzraimi Taieb

Auch Stephan Smilowski war regelmäßig in der LIGA-Beratungsstelle vor Ort und hat mittwochnachmittags in einer Sprechstunde zu Gesundheitsanträgen und Leistungsansprüchen informiert sowie beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen geholfen. Durch seine jahrzehntelange Tätigkeit bei einer Krankenkasse in Bremen bringt er einen großen Erfahrungs- und Wissensschatz mit, den wir und die Ratsuchenden sehr zu schätzen wissen.

„Mir gefällt der Kontakt zu den Menschen und die Möglichkeit, durch meine Arbeit direkt in meinem Heimatstadtteil, in dem ich aufgewachsen bin, zu unterstützen.“ – Stephan Smilowski



Die Gesundheitsbegleiter:innen sind eine große Bereicherung für die LIGA-Beratungsstelle. Sie schaffen neue, niedrigschwellige Zugänge zu den vorhandenen Gesundheits-, Präventions- und Unterstützungsangeboten in Gröpelingen.

Wir hoffen, auch nach dem Projektende auf eine Möglichkeit einer weiteren Zusammenarbeit.

Gröpelinger Zahnheld*innen

Im September haben wir ein buntes Zahnfest auf dem Spielplatz beim Spielhaus Wohlers-Eichen gefeiert.

Es gab insgesamt sechs Stationen mit interessanten Mitmachaktionen: So konnten die Kinder ihre Zahnputztechnik üben, Zahnketten basteln, in einem Zuckerquiz raten, welche Getränke gut oder schlecht

für die Zähne sind, beim Kamishibai mehr über ihren Mundraum lernen und beim Bemil toben sowie zuckerfreie Getränke und Zauberäpfel genießen. Das Gesundheitsamt Bremen bot zudem eine Zahnkontrolle an, die von den Kindern mit Begleitung sehr gut angenommen wurde. So konnten wir an dem Nachmittag nicht



Üben von Zahnputztechniken an der Handpuppe.

nur mehr Bewusstsein für Mundhygiene vermitteln, sondern auch das Interesse für die eigenen Zähne wecken und sogar die ein oder andere Angst vor Zahnuntersuchungen verringern.



Viele Kinder und Familien haben das Zahnfest an diesem Tag besucht. Das Fest war ein großer Erfolg, somit planen wir bereits das nächste Zahnfest in Gröpelingen im Frühjahr 2023.

Das Zahnfest wurde von LIGA e.V. und dem Gesundheitsfachkräften im Quartier (LVG Niedersachsen Bremen e.V.) in Ko-

operation mit dem Gesundheitsamt Bremen, LAJB Bremen e.V., Kita Bremen, Gesundheitstreffpunkt West e.V. sowie dem Spielhaus Wohlers-Eichen veranstaltet.

Schnacken über ...

Im Sommer 2023 haben wir mit dem Projekt „Schnacken über ...“, das in der „AG LIGA Jetzt“ gemeinsam mit Kooperationspartner:innen erarbeitet wurde, begonnen. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Trägern haben wir an Stadtteilfesten, Aktionen sowie Angeboten im Quartier das Angebot des LIGA bekannt gemacht und unterschiedliche Gesundheitsthemen in den Fokus genommen.



Eltern-Café mit Quiz und Informationsmaterial zum Thema Sonnenschutz

So haben wir beispielsweise auf dem Gröpelinger Sommer zusammen mit dem Pflegestützpunkt zum Thema Pflege und mit TURA zum Thema Bewegung informiert, im Rahmen des Sommerferienprojektes auf dem Gröpelinger Bibliotheksplatz mit dem Gesundheitstreffpunkt West eine Mitmachaktion für Kinder und Eltern zum Thema Sonnenschutz angeboten und im Malteser Sprachcafé für Geflüchtete mit den Gesundheitsfachkräften im Quartier über die Leistungsansprüche des deutschen Gesundheitssystems informiert und wichtige Ansprechpartner:innen und Abläufe in der Gesundheitsversorgung vorgestellt sowie mit Übungen

und entsprechenden Vokabeln Arztgespräche geübt.

Wir planen, diese Reihe fortzusetzen, und freuen uns auf weitere Kooperationen und Ideen im nächsten Jahr.

Aufsuchende Altenarbeit +

Die „Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche“ ist ein Angebot der offenen und ambulanten Altenhilfe der Stadt Bremen. Mit Besuchs- und Begleitdiensten möchte die „Aufsuchende Altenarbeit“ ältere Menschen, die zuhause leben und wenig soziale Kontakte haben, unterstützen. Bereits seit 2009 werden ältere Menschen in Gröpelingen im Rahmen der „Aufsuchenden Altenarbeit“ besucht, begleitet und beraten. Seit 2023 wird an zwei Standorten in der Neustadt und in Gröpelingen ein erweitertes Angebot durch das neue Modellprojekt Aufsuchende Altenarbeit plus (AAA+) angeboten.

Das neue Modellprojekt sieht eine enge Kooperation mit dem LIGA vor. Gemeinsam möchten wir an der Schnittstelle der ambulanten und stationären Versorgung ältere Menschen in ihrem häuslichen Umfeld erreichen und unterstützen, damit diese möglichst lange und selbstbestimmt zuhause leben können.

3. Aktuelles aus dem Hebammen-Zentrum West

Seit der Eröffnung im April dieses Jahres haben wir 55 Familien (aus 17 verschiedenen Nationen) in der Schwangerschaft und im Wochenbett begleitet.

Parallel haben wir unser Kursangebot im Stadtteil etabliert und bauen es weiter aus. Sehr gut werden die Rückbildungsgymnastik-Kurse angenommen sowie die Babymassage, die wir in Kooperation mit der

Frühberatungsstelle Gröpelingen durchführen. Im November konnten wir auch den ersten Geburtsvorbereitungskurs auf Türkisch und Farsi anbieten.

Wir erleben die Familien als sehr dankbar, dass sie in unserem Haus Hebammenhilfe und bei Bedarf auch weitere Unterstützung erfahren.

Wir freuen uns, dass wir im Stadtteil so herzlich aufgenommen wurden und unser Betreuungsangebot auf so großes Interesse stößt. Inzwischen ist die Nachfrage so groß, dass wir Hebammen zur Erweiterung unseres Teams suchen und so werden wir auch in Zukunft weiter wachsen. Das HebammenZentrum befindet sich in direkter Nachbarschaft zur LIGA-Beratungsstelle in der Lindenhofstr. 43a im Kinder- und Familienzentrum „Linden Kids“ im 1.OG.

Aktuelle Angebote, Kurse und Beratungszeiten werden auf der Webseite unter Standort West veröffentlicht.

4. Politische Informationsfahrt nach Berlin

Zum Ende des Jahres wurden wir von der Abgeordneten Dr. Kirsten Kappert-Gonther von Bündnis90/Grüne nach Berlin eingeladen.



Gespräch mit der Abgeordneten Dr. Kirsten Kappert-Gonther

Bei der dreitägigen Reise haben wir einen umfangreichen Einblick in das politische

Berlin bekommen. Neben einem Besuch im Reichstagsgebäude und bei der Landesvertretung Bremen, der Teilnahme an einem Informationsvortrag über Arbeitsweise und Zusammensetzung des Deutschen Bundestages standen auch ein Gespräch mit der Abgeordneten Dr. Kirsten Kappert-Gonther auf dem Programm. So haben wir viel Geschichte, Kunst und Kultur zu sehen und zu erleben bekommen.

5. Neues aus dem Verein

Zum Ende des Jahres nach über 20 Jahren im Quartier verabschiedet sich die Geschäftsführerin des LIGA e.V. und langjährige Koordinatorin des Gesundheitstreffpunkt West, Wilma Warbel, in den Ruhestand. Wilma Warbel hat das LIGA-Projekt von der ersten Idee bis zur Eröffnung der LIGA-Beratungsstelle koordiniert, begleitet und gestaltet. Wir danken ihr für ihr herzliches Engagement für die Menschen in Gröpelingen und ihren unermüdlichen Kampfgeist, der erst Projekte wie das LIGA möglich gemacht hat.

Als Nachfolgerin von Wilma Warbel und neue Geschäftsführerin konnten wir Sonja Schenk gewinnen.

Unsere neue Geschäftsführung Sonja Schenk stellt sich vor



„Seit dem 01.11.23 bin ich nun bei LIGA e.V. als Nachfolgerin für Wilma Warbel und freue mich, dass ich Teil dieses spannenden LIGA-Projekts sein kann.“

Ursprünglich komme ich aus München. Seit 1997 lebe ich mit meiner Familie in Bremen und habe diese schöne Stadt mit ihren weltoffenen und engagierten Bürger:innen kennen und lieben gelernt.

Mit Mitte 40 wollte ich es nochmal ganz genau wissen und habe ein Fernstudium zur Gesundheitsökonomin absolviert. Die nächste Station war dann bis November dieses Jahres die Beratungsstelle „notruf - Psychologische Beratung bei sexueller Gewalt“. Mehr als 8 Jahre war ich dort unter anderem für Öffentlichkeitsarbeit, Projektplanung und Finanzen zuständig.

Ehrenamtlich engagiere ich mich im Vorstand des Fördervereins der Palliativstation am Klinikum Links der Weser und bis vor kurzem als Patientenfürsprecherin an der Roland Klinik. Letzteres musste ich mit einem weinenden und einem lachenden Auge für LIGA aufgeben. Denn die Nachfolge für Wilma anzutreten und an dem Wachsen von LIGA als Gesundheitszentrum in Gröpelingen mitzuwirken, ist eine große und wunderbare Aufgabe, die mich ganz und gar einfordert.“

Wir heißen Sonja Schenk in dem Verein herzlich willkommen und freuen uns auf die zukünftige Zusammenarbeit.

Impressum

LIGA e. V.
Vorsitzende: Annette Düring
Lindenhofstr. 18
28237 Bremen
Tel.: 0421 24 40 72 66
E-Mail: info@liga-groepelingen.de
Web: www.liga-groepelingen.de