

Kompetentes Verhalten in kompetenten Verhältnissen: Wie können wir Eigenverantwortung für Gesundheit wirksam stärken?

Ein Blick aus der Praxis von
München Aktiv für Gesundheit e.V.

Irmtraud Lechner info@mags-muenchen.de

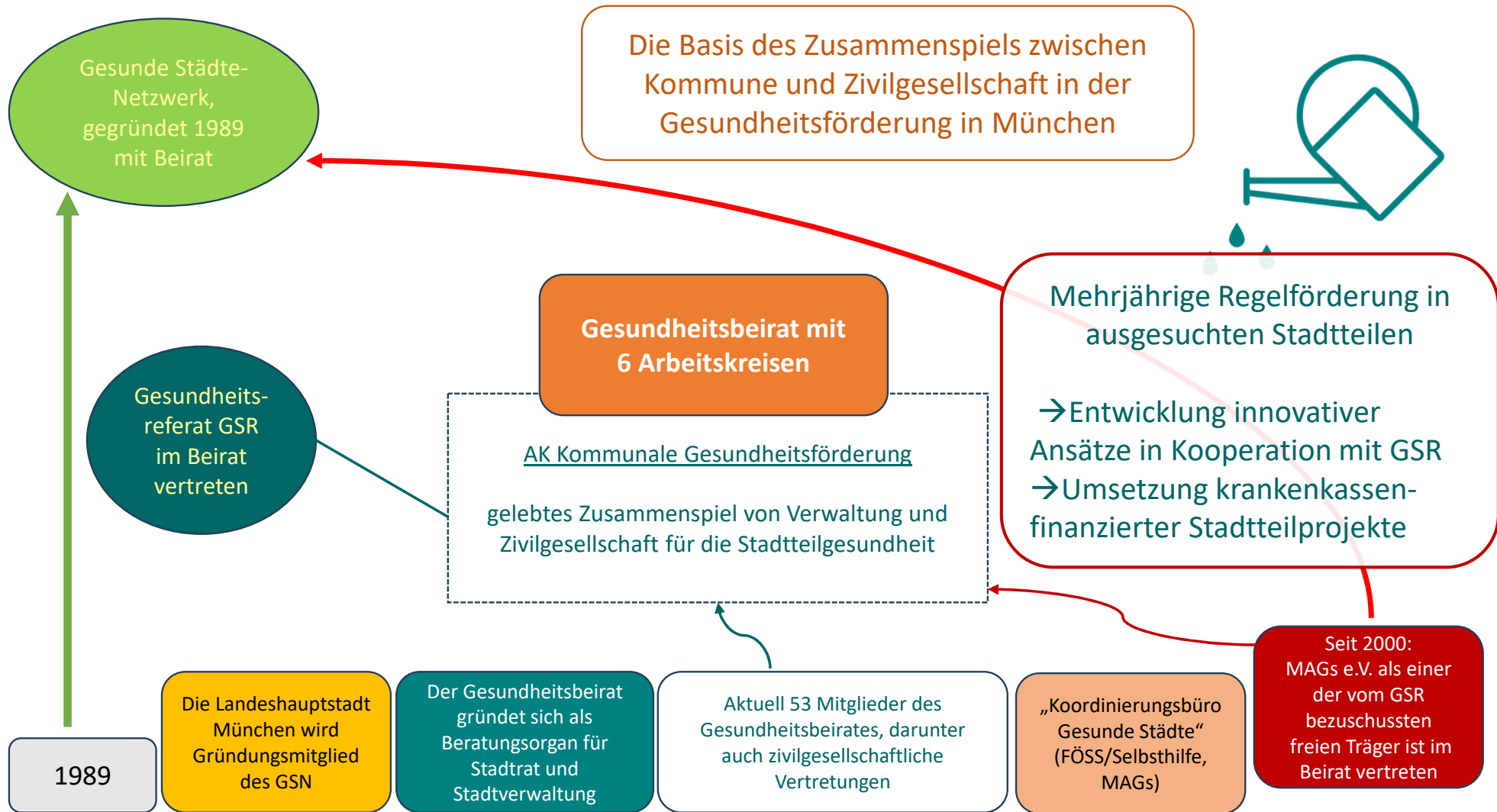
Wer ist MAGs ?

- **2000 gegründet als gemeinnütziger Verein:** „Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit“, kurz MAGs, **seit 2022: MAGs – München Aktiv für Gesundheit e.V.**
- **Seit 2000: Förderung durch RGU/GSR**
- **Seit 2010 Träger von Nachbarschafts-Treffs in Berg am Laim (Förderung durch SOZ)**
- Seit 2017 Durchführung von krankenkassenfinanzierten Projekten in Umsetzung des Präventionsgesetzes (**Lebensweltbezogene Gesundheitsförderung und Prävention nach § 20a SGB V**)

Entstehungshintergrund:

1989 internationales Gesunde-Städte-Projekt der WHO, LH München eines der Gründungsmitglieder des Gesunde Städte-Netzwerks Deutschland <https://gesunde-staedte-netzwerk.de/>

München ist auch aktuell im Beirat/Sprecher*innenrat des GSN vertreten, im Tandem der kommunalen Vertretung (Gesundheitsreferat/Gesundheitsplanung) und der zivilgesellschaftlichen Vertretung (MAGs)

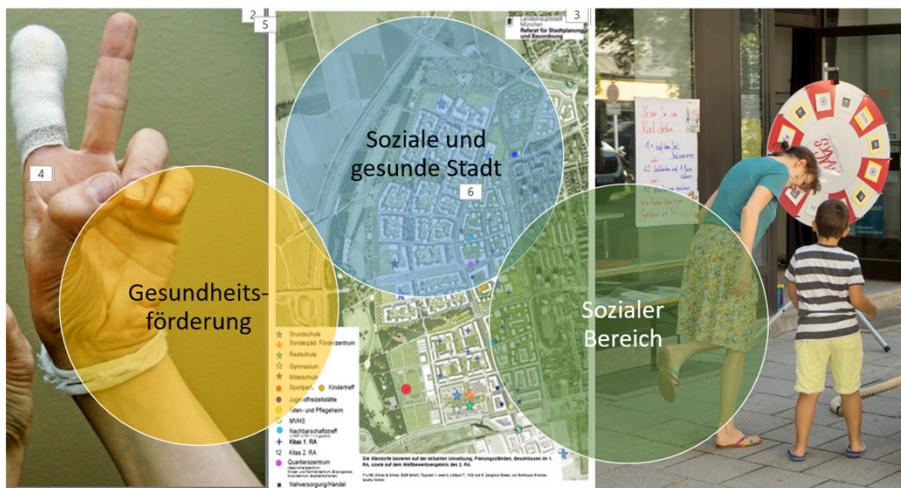




Gesundheitsförderung



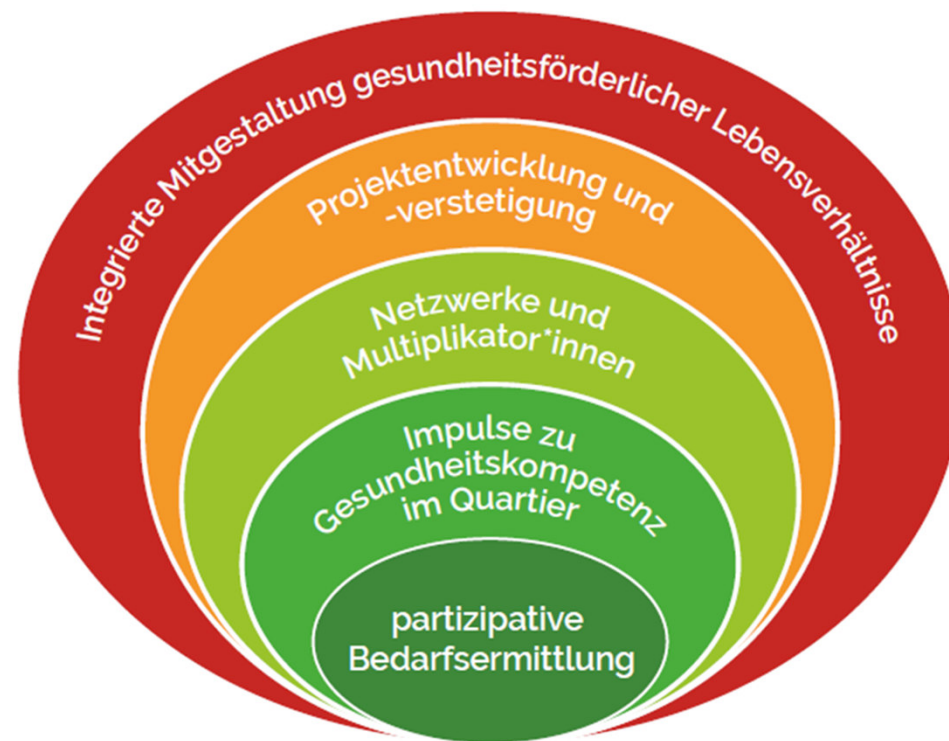
In welchem Rahmen arbeitet MAGs in München?



Bezuschusst durch das GSR, gesteuert über den Geschäftsbereich „Gesundheitsplanung“ (GSR-GP), Abteilung Stadtteilgesundheit (GSR-GP-STG2), ergänzende Finanzierung über Krankenkassen nach SGB V, §20a

Bezuschusst durch SOZ/Amt für Wohnen und Migration Sachgebiet Angebote im Sozialraum (S-III-S/AS)

Netzwerkpartner von zivilgesellschaftlichen Akteur*innen



Aktuelle Projekte der Stadtteil-Gesundheitsförderung von MAGs mit Netzwerk- und Kooperationspartner*innen aus den Stadtteilen



Bisheriger Mehrwert für die soziale und gesunde Stadtentwicklung:

- Bewohnerorientierte Quartiersarbeit bzw. sozialraumbezogene Vernetzung in Stadtteilen mit besonderem Handlungsbedarf und in großen Neubaugebieten
- „Übersetzungshilfe“ zwischen Stadtteilbasis und Planungsebene



„Solarium“ für Stadtteil-gesundheit in (Neu-) Aubing/Westkreuz

Gesunde Nachbarschaft in Berg am Laim



Stadtteilübergreifend:
<https://hitzefrei-muenchen.de>

Unser Ansatz: Gesundheit & Soziales in stadtteilbezogener Netzwerkarbeit

- » für Chancengleichheit und inklusiven Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten und zur sozialen Teilhabe
- » für nachhaltige Netzwerke und Wirkungen mit Akteur*innen in den Stadtteilen
- » für gesundheitsorientierte Quartiersentwicklung
- » für nachbarschaftlichen Zusammenhalt

Rund 600 Netzwerkpartner*innen in 8 Projekten in 4 Schwerpunkt-Stadtteilen

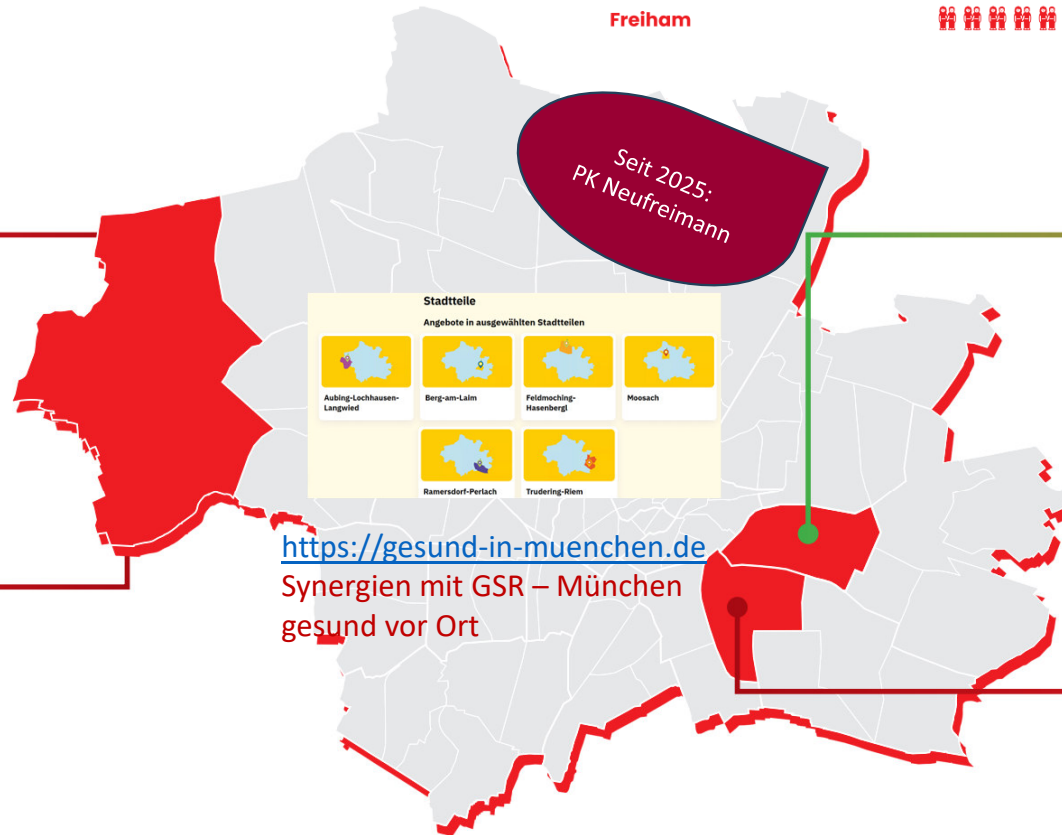
Berg am Laim		150
Ramersdorf		127
Aubing-Neuaubing-Westkreuz		170
Freiham		154

Aubing-Neuaubing-Westkreuz

Gesundheitskompetenz und Inklusion
 Hitzeresilienz
 Mobile Information
 Online-Gesundheitswegweiser

Freiham

Netzwerkmanagement Präventionskette Freiham
 Online-Gesundheitswegweiser



Berg am Laim

Bewegung und Entspannung
 Ernährung und Nachhaltigkeit
 Gesundheitskompetenz und Inklusion
 Hitzeschutz
 Online-Gesundheitswegweiser
 Quartierbezogene Bewohnerarbeit

Ramersdorf

Online-Gesundheitswegweiser
 Psychisches Wohlbefinden

Im Fokus des heutigen Austauschs

Gesundheitsförderung in Bestandsgebieten – Lebensweltbezug in (ehemaligen) städtebaulichen Sanierungsgebieten, integrierte Gesundheitsförderung

Analoge und digitale Teilhabe

(Integrierte) Gesundheitsorientierung <https://gesund-in-muenchen.de>

Hitzeschutz – Hitzeresilienz <https://hitzefrei-muenchen.de> (aktuell in technischer Überarbeitung)

Prävention lebensphasenübergreifend

Präventionsketten für gutes und gesundes Aufwachsen in Neubaugebieten (Freiham und Neufreimann)

Präventionskette für aktive Teilhabe im Alter (PiA Ramersdorf)

Fazit

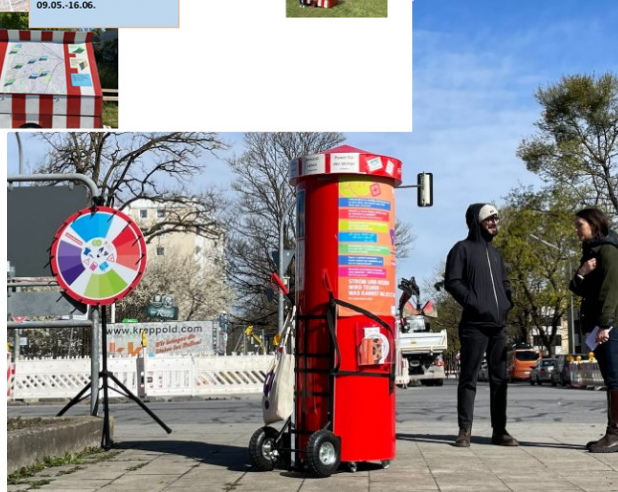
Aktuelle Herausforderungen und „Ermöglichungsfaktoren“ für eine gesundheitsförderliche und soziale Stadtgestaltung

MobilInfo 1.0-3.0 → im Dialog über gesundes Miteinander

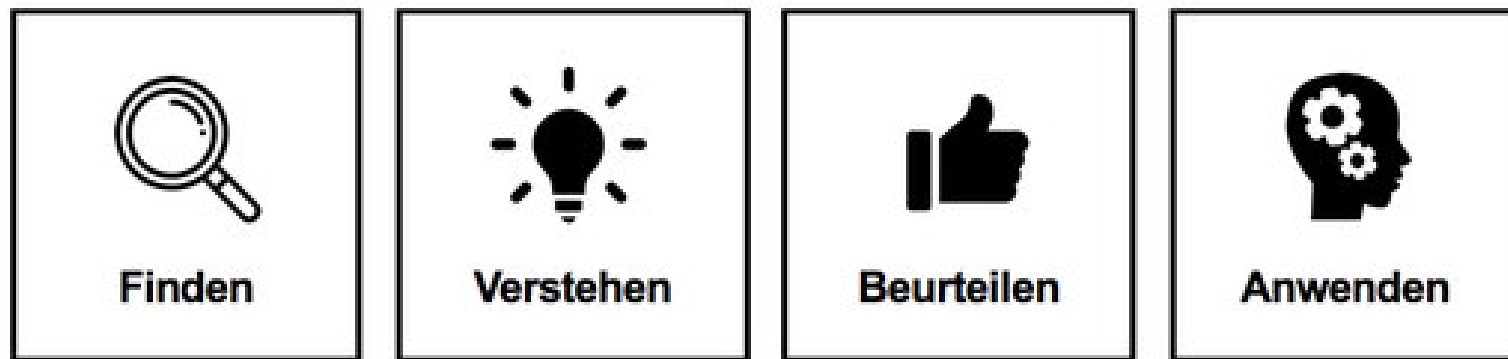


Im städtebaulichen Sanierungsgebiet Aubing-Neuaubing-Westkreuz an der Grenze zu Freiham

Von corona-tauglichen Gesprächsformaten über nachhaltige Thementage zum Zeitungsroller mit Infos zum Stadtteil und „Solarium“



Gesundheitskompetenz



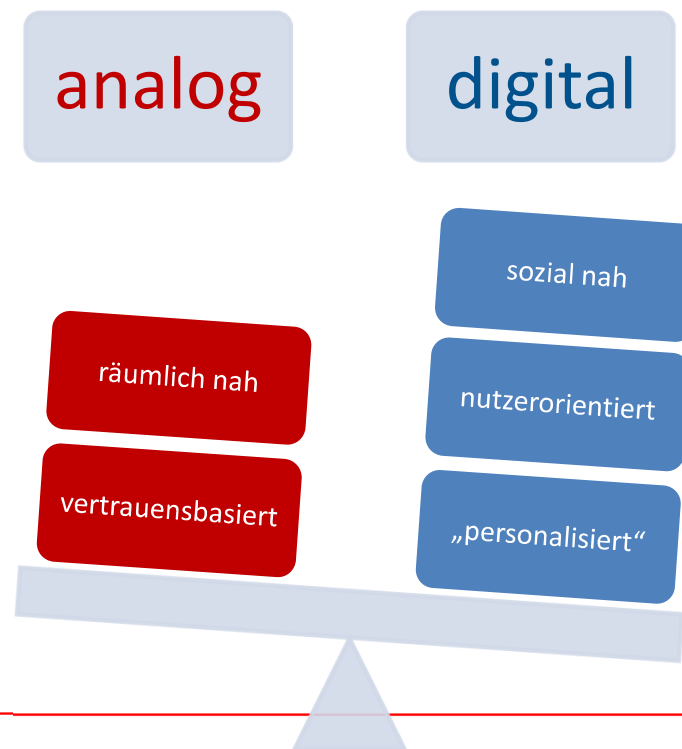
Die Herausforderung der Verhaltens- → → → und Verhältnisprävention

Wie werden Settings kompetent(er)?

Wie erreicht man wen aktivierend?

Informationen finden – verstehen – beurteilen - anwenden

Ein Blick auf gesund-in-muenchen.de



Unser Pilot: <https://hitzefrei-muenchen.de>

Unser Ansatz – Hitze als ganzjähriges Thema

- Analog und digital drei Handlungsebenen verknüpfen (verhältnispräventiv)
- Informationen über Hitzeschutz (Tipps), Wetterwarnungen, kühle Orte und Zugang zu (Trink-)Wasser gut zugänglich machen (verhaltenspräventiv)



Geodatenbasierte Anzeige von:



...stadtteilbezogen und stadtweit

Verlinkung mit [dwd-Hitzewarn-Schnittstelle](#)

Nützliche Tipps für heiße Tage

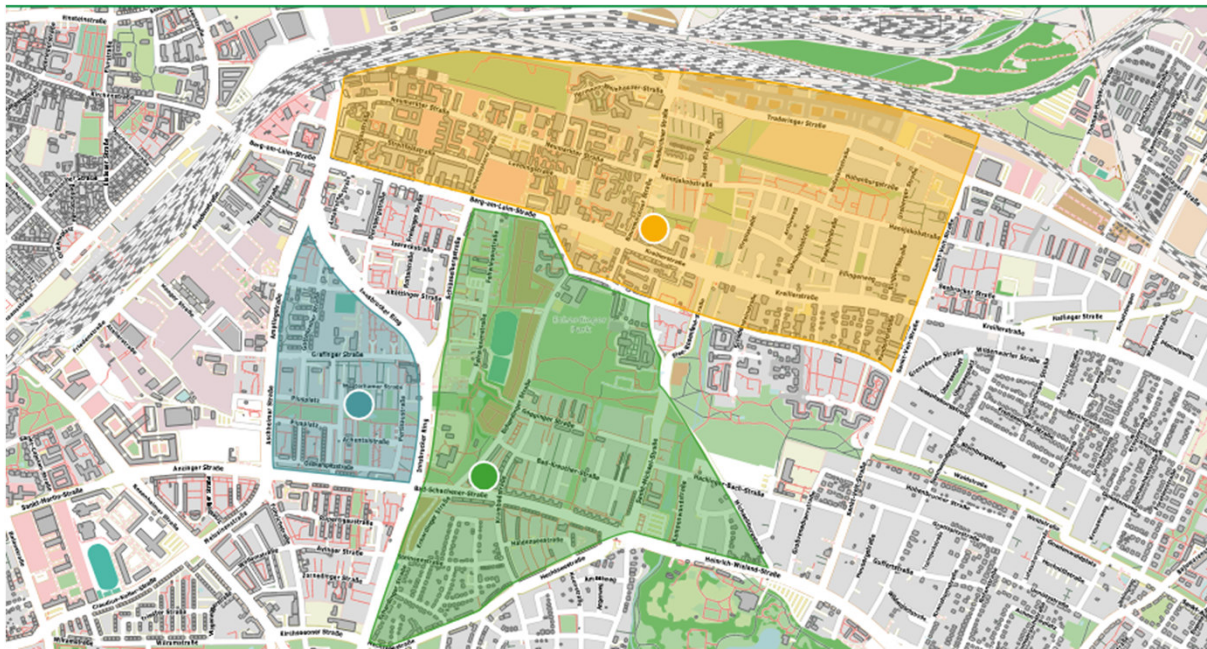
Nutzen Sie unsere Tipp-Sektion für wertvolle Ratschläge bei hohen Temperaturen. Durchstöbern Sie die Kategorien und passen Sie Ihre Gewohnheiten an den Sommer an!



- ▽ Essen
- ▽ Trinken
- ▽ Sport
- ▽ Wohnen

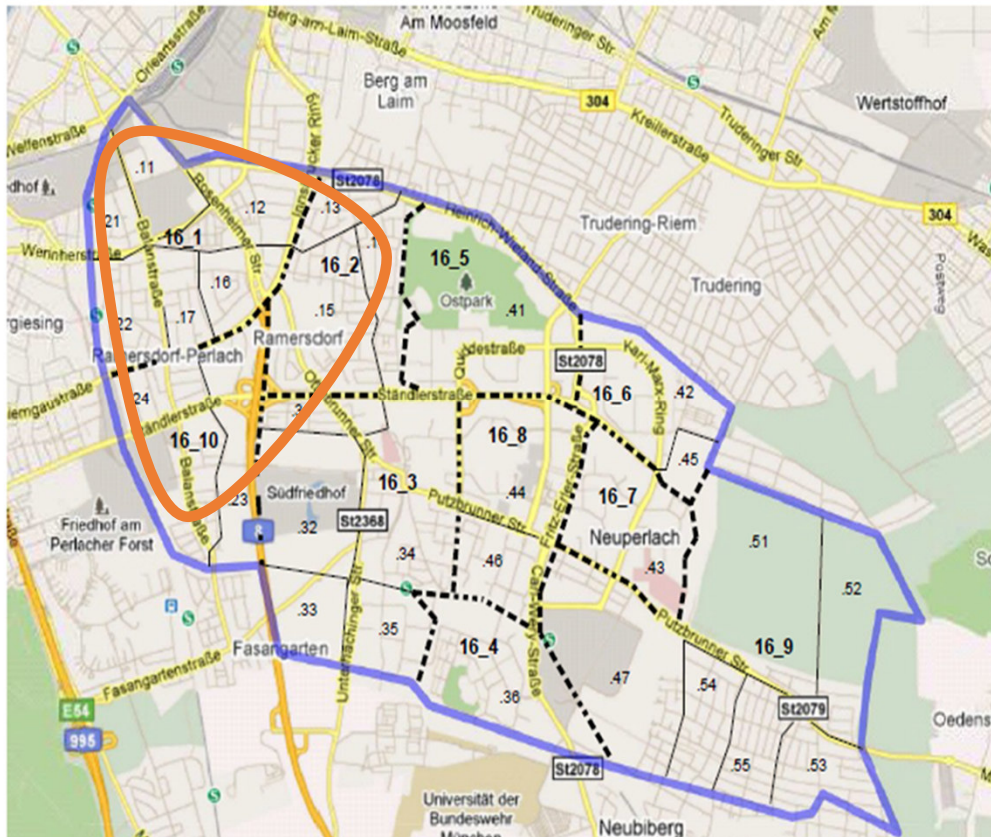
Kombination analoger und digitaler Angebote im Wohnumfeld

Nachbarschaftstreffe als „Vermittlungspunkte“



Krankenkassenfinanziertes Projekt „PasSt“ (01.04.2022-31.03.2027)

Stadtbezirk 16 – Ramersdorf / Perlach



- **Ein Netzwerk** zum Thema Psychisches Wohlbefinden aufbauen, auf Basis bestehender Netzwerke
- **Die Bewohner*innen mit ihren Ressourcen** für psychisches Wohlbefinden in die Angebote der Netzwerkpartner*innen einbeziehen.



PasSt

Psychisch aufgehoben sein.
Stark in Ramersdorf.


Netzwerkaufbau über „Input“


Workshops z.B. zum Thema „Erfahrungsexpertise“,


Veranstaltungsreihe

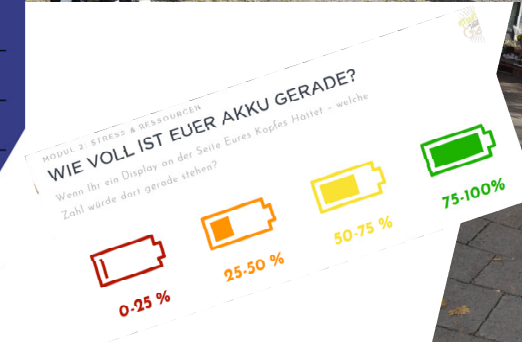
Angebot einer 2-tägigen
Sensibilisierung als
Mental Health Guide

Gemeinsame Kommunika-
tionskanäle entwickeln
(Informationen im Stadt-
teil, Öffentlichkeitsarbeit
mit Logo) und **Sichtbarkeit
des Themas**

Reine Kopfsache  **PasSt**
Psychisch aufgehoben sein.
Stark in Ramersdorf.

3 Themen, 3 Termine, 3 spannende Vorträge
= **3-fach Power für mehr Wohlbefinden** **SCAN ME!**
Details zu den Workshops finden Sie hier: 

1. Chance		2. Chance	
MI 11. NOV. 20	RICHTIG ZUHÖREN KANN DOCH JEDER?	DO 12. FEB. 25	RICHTIG ZUHÖREN KANN DOCH JEDER?
FR 10. DEZ. 23	DER KOPF IST VOLL, DER AKKU LEER?	DO 12. MÄRZ 25	DER KOPF IST VOLL, DER AKKU LEER?
MO 10. JAN. 25	LET'S TALK ABOUT MENTAL HEALTH	DI 13. MÄRZ 25	LET'S TALK ABOUT MENTAL HEALTH
verPasSt?		verPasSt?	
FR 10. APR. 25	RICHTIG ZUHÖREN KANN DOCH JEDER?	Alle Workshops sind kostenlos, aber bitte vorher anmelden!	
SO 10. JUN. 25	DER KOPF IST VOLL, DER AKKU LEER?	mags@mags-muenchen.de	
MO 10. OKT. 25	LET'S TALK ABOUT MENTAL HEALTH	089 53295654	
3. Chance		 <small>Landeshauptstadt München Gesundheitsreferat</small>	



Prävention in der Baugrube - Präventionsketten in großen Neubaugebieten Münchens



Präventionskettenansatz - in München



Alle Kinder und Jugendlichen erhalten die **gleichen Chancen auf Bildung, Gesundheit und soziale Teilhabe** sowie **Unterstützung bei Lebensphasenübergängen**

Umsetzung einer integrierten kommunalen Gesamtstrategie

Projektstruktur der Präventionsketten in München

Ein Kooperationsprojekt der



Landeshauptstadt
München

Gesundheitsreferat
Referat für Bildung und Sport
Sozialreferat



München Aktiv für Gesundheit e.V.

Netzwerk-
management



Vernetzungs-
partnerschaft



Evaluierende
Begleitforschung



Finanzierung des
Aufbauprozesses

Der Präventionskettenansatz in München wurde mit TK-Finanzierung im Neubaugebiet Freiham pilothaft entwickelt (2017-2023).

Der Aufbauprozess der Präventionskette in Neufreimann wird ebenfalls von der TK finanziert (2024-2029)

Hinderlich <--> Förderlich: Gesunde und soziale Stadt

In Stadtteilen mit überdurchschnittlich hohem Anteil von Bewohner*innen in herausfordernden Lebenslagen ist der Alltag geprägt durch

... finanzielle Grenzen der Haushalte (z.B. im Zugang zu gesunder und nachhaltiger Nahversorgung, sozialer Teilhabe)

... Belastung durch steigende Nebenkosten (bei unterdurchschnittlicher Wohnqualität, Stichwort schlecht isolierte Fernwärme-Rohre, Feuchtigkeit ...)

... beengten Wohnraum, oftmals an stark frequentierten Straßen (Lärm-/Feinstaub-, Hitzebelastung)

... zeitliche Einschränkungen im Engagement für die eigene Gesundheit und für die Gemeinschaft (z.B. durch mehrere schlecht bezahlte Jobs in verschiedenen Schichten, Alleinerziehenden-Status)

Die Wahrnehmung, dass wohnortnah erreichbare Angebote eher eingeschränkt als ausgebaut werden (Fachkräftemangel, Haushaltskonsolidierung), verstärkt Misstrauen und Resignation.

Wahrnehmung des „Ermöglichs“ stärken:

- Weniger „Information vermitteln“ als „zuhören“ und empowern (Quartiersebene)
- Qualitative Beobachtungen in Quartieren/ Stadtteilen bündeln: Welchen Zusammenhang zwischen Gesundheit und sozialem Zusammenhalt stellen Bewohner*innen von sich aus her?
- Zugehörigkeit, Kompetenz und Mitgestaltung im Quartier stärken (Fachkräfte, Bewohner*innen, Entscheider*innen – auf Augenhöhe)
- „Übersetzungshilfe“ zwischen Stadtteilbasis und Planung sein (Bedarf, Ressourcen, passende Ansätze)

Dazu braucht es langfristige planbare Präsenz und Sichtbarkeit vor Ort => eine Vertrauensbasis

Förderlich



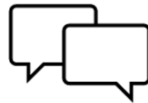
Gesundheitsförderung gelingt dort, wo Beziehungen, Strukturen und Räume zusammengedacht werden



Improvisationstalent ...

... wenn es mal wieder bauliche Verzögerungen gibt, Bewohner*innen in unterschiedlicher Wagenreihung vor der Öffnung von Einrichtungen zuziehen, Fachkräfte in Provisorien jonglieren und die Personalfuktuation einen doppelten Boden für ein tragendes Netzwerk erfordert ...

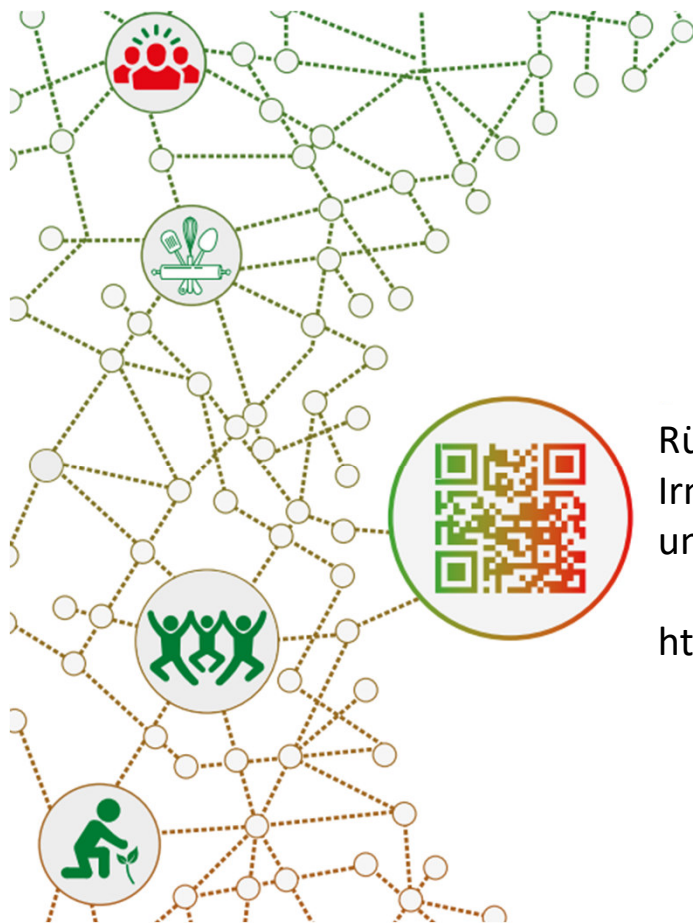
Fachkräfte dort einbinden, wo sie schon sind, keine Zusatzformate schaffen



Bewohner*innen können oft Ressourcen leichter definierbaren als eigene Bedarfe benennen

AS1

AS1 Hier passt das Wort noch nicht ganz...
Schöttle, Anika; 2026-02-27T10:46:00.426



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Rückfragen gerne an
Irmtraud Lechner i.lechner@mags-muenchen.de
und info@mags-muenchen.de

<https://mags-muenchen.de>

AB1 Zu Beginn ist nur die info@ Adresse, hier auch die persönliche ist das gewollt ?

Basili, Acelya; 2026-02-26T09:00:18.669