

## Stadtteilbezogene Gesundheitsförderung in Nürnberg während der Corona-Pandemie

# Perspektiven für die Zukunft

Das Jahr 2020 erzwang im Frühling durch das Auftreten der ersten Corona-Fälle und dem anschließenden Lockdown zunächst die Absagen aller geplanten stadtteilbezogenen Gesundheitsförderungsangebote. Das gesamte Team des Bereichs der Gesundheitsförderung der Stadt Nürnberg unterstützt zu dieser Zeit den Infektionsschutz zur Bekämpfung der Pandemie.

Mit den Lockerungen im Frühsommer 2020 konnten Angebote draußen unter strengen Hygieneauflagen und Kontakterfassung der Teilnehmer:innen wieder aufgenommen werden. Trotz der damit verbundenen Hürden stiegen die Teilnehmer:innenzahlen über die Zeit und die Angebote hatten starken Zulauf. Die Pandemie und die Erfahrungen des Lockdowns hatten der Bereitschaft zur Beteiligung an Bewegungsangeboten draußen offenbar einen großen Schub gegeben. Unsere Bewegungstreffs als niedrigschwellige kostenlose Bewegungsangebote drau-

ßen, wie Sport im Park, geführte Spaziergänge, Walking und Entspannungsangebote im Wald oder Yoga auf der Wiese, bekamen größeren Zulauf als in den Jahren zuvor. Das Bedürfnis nach gemeinschaftlicher Bewegung und Entspannung war und ist groß, die Feedbacks der Teilnehmer:innen teils fast enthusiastisch, eine Fortführung der Angebote für 2021 wird nachgefragt und gewünscht.

Auch Onlineangebote etablierten sich in unterschiedlichen Zielgruppen und es zeigt sich, dass durch dieses Format manche flexibler teilnehmen können, wie z.B. Alleinerziehende an abendlichen Sport- und Entspannungsangeboten.

Anders sieht es bei den (hochbetagten) Senior:innen aus, denn es wird deutlich: Ein Umstellen auf digitale Angebote ist aufgrund der teils wenig vorhandenen medialen Kompetenzen und technischen Ausstattung nur



schwer umsetzbar, neue digitale Angebote werden von Hochbetagten nicht angenommen und das Interesse an einer virtuellen Fortführung ist in bestehenden Gruppen sehr verhalten. Gleichzeitig werden die Hürden, Kurse und Gruppen unter den jeweiligen Auflagen anzubieten und wahrzunehmen, höher und können teils gar nicht mehr bewältigt werden. So sollten öffentliche Verkehrsmittel gemieden werden, die Teilnehmer:innenanzahl ist zeitweise für Senior:innen sehr begrenzt und Treffen sollten nur im Freien stattfinden, wo weder stabile Sitzmöglichkeiten noch ebener, stolpersicherer Grund vorhanden sind und kein Schutz vor Sonne und Regen bereitgestellt werden kann. Zudem sind die personellen Ressourcen der Gesundheitskoordination weiterhin für den Infektionsschutz gebunden, Maßnahmen die besonders viel Vorlauf und Organisation benötigen, können nicht durchgeführt werden. Und dennoch brauchen gerade alleinlebende Senior:innen die soziale Zusammenkunft!

Frühzeitig wurde deutlich: Da diese Menschen mit den virtuellen Angeboten nicht erreicht werden konnten und ebenso nicht (mehr) an den regulären Sportgruppen im Park teilnehmen können, müssen sie besonders im Fokus der kommunalen Gesundheitsförderung stehen. Die Kompensationsmöglichkeiten der Hochbetagten sind gering, häufig die finanziellen Ressourcen ebenso, aber der Effekt von Gesundheitsförderung besonders hoch – auf der psychosozialen und gesundheitlichen Ebene.

Es hat sich in einer bestehenden Gruppe herausgestellt, dass sehr niedrigschwellige virtuelle Formate, wie tägliche Bewegungstipps und ein konstanter Austausch via WhatsApp in kleinen Gruppen (6 bis 8 Teilnehmer:innen) funktionieren können – wenn sich die Personen bereits als Teil einer bestehenden Gruppe identifizieren. Diese Bezüge werden mit dem immer größer werdenden Zeitabstand zu Vor-Corona-Zeiten kaum mehr zur Verfügung stehen.

Solange keine Herdenimmunität erreicht ist und sich das Infektionsgeschehen dynamisch verändern wird, werden gruppen- und situationsspezifische Gesundheitsförderungsmaßnahmen mehr Ressourcen als vor der Pandemie benötigen. Der koordinative Ansatz, der unserer Arbeit bisher zugrunde lag, weicht damit einem eher handlungszentrierten, der auf Ad-Hoc-Maßnahmen nach den aktuellen Möglichkeiten fokussiert. Eine kürzere Planungsvorlaufzeit, geringere Planungssicherheit und kleine Gruppengrößen benötigen einen hohen personellen Aufwand, der nötig ist, um die Bevölkerungsgruppe, die am stärksten von der Pandemie getroffen ist, zu unterstützen und zu schützen. ■

#### KONTAKT

Sarah Hentrich | Katharina Seebaß  
 Stadt Nürnberg, Gesundheitsamt  
 Gesundheitskoordination im Stadtteil  
[gesundheitimstadtteil@stadt.nuernberg.de](mailto:gesundheitimstadtteil@stadt.nuernberg.de)



Yoga im Park in Langwasser © Bild Stadt Nürnberg