

Vorlageart: Berichtsvorlage
Federführung: Gesundheit
Verantwortung: Frau Dr. Weber, Herr Motschull

„Gemeinsam Gesund -Gesundheitsförderung von Alleinerziehenden“

Beratungsfolge

25.06.2026	Sozialausschuss	Kenntnisnahme
13.10.2026	Gleichstellungsausschuss	Kenntnisnahme

Bezug

Berichtsvorlage Drucksache M/17/1318-01 (Sozialausschuss am 01.12.2021)
Berichtsvorlage Drucksache M/17/3937-01 (Sozialausschuss am 24.10.2023 und am 15.11.2023 im Gleichstellungsausschuss)

Sachverhalt

1 1. Sachdarstellung

2 Das Projekt „Gemeinsam Gesund – Gesundheitsförderung von Alleinerziehenden“ wurde im
3 Zeitraum vom 01.04.2021 bis zum 31.03.2026 im Rahmen des Förderprogramms des GKV-
4 Bündnisses für Gesundheit durch die Stadt Oberhausen in Kooperation mit der
5 RUHRWERKSTATT Kultur-Arbeit im Revier e.V. umgesetzt.

6 Ausgangspunkt des Projekts war die auf kommunaler Ebene festgestellte Notwendigkeit, die
7 gesundheitliche Chancengleichheit für die Zielgruppe der Alleinerziehenden gezielt zu
8 stärken. Sowohl die Datenlage als auch die im Vorfeld durchgeführten
9 Expert:inneninterviews zeigten einen erhöhten Unterstützungsbedarf insbesondere im
10 Bereich der psychosozialen Belastung, der Gesundheitskompetenz sowie der
11 Alltagsbewältigung.
12 Gleichzeitig wurde deutlich, dass bestehende Angebote der Gesundheitsförderung und
13 Prävention die Zielgruppe häufig nicht in ausreichendem Maße erreichen. Vor diesem
14 Hintergrund wurde das Ziel verfolgt, gesundheitsförderliche Maßnahmen stärker an den
15 Lebenswelten der Alleinerziehenden auszurichten, bestehende Strukturen besser zu
16 vernetzen und niedrigschwellige Zugänge zu schaffen.
17 Die Förderung durch das GKV-Bündnis ist planmäßig ausgelaufen. Aufgrund der positiven
18 Entwicklung und der erzielten Wirkungen wurde das Projekt in kommunale Strukturen
19 überführt und wird durch eine Kooperationsvereinbarung zwischen der Stadt Oberhausen
20 (Bereich Gesundheit) und der RUHRWERKSTATT fortgeführt.

21 2. Tätigkeitsbericht

22 Im Projektzeitraum wurden vielfältige Maßnahmen zur Gesundheitsförderung umgesetzt und
23 kontinuierlich weiterentwickelt. Hierzu zählen insbesondere:

- 24 • Bewegungs- und Gesundheitsangebote (z. B. Fitness, Yoga, Eltern-Kind-Kurse)
- 25 • Workshops zu Themen wie Stressbewältigung, Ernährung und Alltagsorganisation
- 26 • Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit und Resilienz
- 27

- Begegnungs- und Austauschformate (z. B. Alleinerziehenden-Café, Gruppenangebote im Quartier)
- Ein zentrales Merkmal des Projekts war die konsequente Ausrichtung an den Lebensrealitäten der Zielgruppe. Niedrigschwellige Zugänge sowie die Berücksichtigung von Kinderbetreuung waren wesentliche Erfolgsfaktoren. Die Umsetzung erfolgte in enger Kooperation mit lokalen Akteuren wie Kindertageseinrichtungen, Beratungsstellen, dem Stadtteilbüro sowie weiteren Einrichtungen im Sozialraum. Die Koordination wurde durch ein gemeinsames Steuerungsgremium sichergestellt.

3. Ergebnisse und Wirkung

Im Verlauf des Projekts konnte eine kontinuierlich steigende Inanspruchnahme der Angebote festgestellt werden. Über den gesamten Förderzeitraum hinweg wurden insgesamt rund 500 bis 550 Teilnehmende erreicht. Dabei handelt es sich ausdrücklich überwiegend um Personen, die regelmäßig an Angeboten teilgenommen haben und nicht lediglich einmalige Kontakte darstellten.

Die Entwicklung der Teilnehmendenzahlen zeigt, dass sich die Angebote im Sozialraum zunehmend etabliert haben und die Zielgruppe im Projektverlauf immer besser erreicht werden konnte. Besonders die niedrigschwelligen Gruppen-, Bewegungs- und Begegnungsangebote wurden regelmäßig genutzt und stießen auf eine insgesamt positive Resonanz.

Ein Schlüsselfaktor war hierbei die aktive Netzwerkarbeit im Sozialraum. Durch die kontinuierliche Präsenz des Projektträgers in bestehenden Strukturen und Einrichtungen konnten Angebote niedrigschwellig beworben, Zielgruppen direkt angesprochen und Synergien mit bereits vorhandenen Unterstützungsstrukturen entwickelt werden. Im Projektverlauf entstanden bzw. vertieften sich Kooperationen unter anderem mit Einrichtungen der Selbsthilfe, dem Deutschen Roten Kreuz Oberhausen, dem Gertrud-Zillich-Haus, dem Projekt „EmpowerMom“ des Jobcenters Oberhausen sowie weiteren Akteuren der sozialen und gesundheitlichen Unterstützungslandschaft. Darüber hinaus fand ein fachlicher Austausch mit spezialisierten Einrichtungen und Netzwerken statt, unter anderem mit der Landesfachstelle Alleinerziehende sowie Trägern der Familien- und Jugendhilfe. Diese Vernetzungsarbeit unterstützte sowohl die bedarfsgerechte Weiterentwicklung der Angebote als auch die stärkere Verankerung des Projekts innerhalb bestehender kommunaler Strukturen.

Gleichzeitig hat das Projekt gezeigt, dass die Entwicklung wirksamer Angebote für die Zielgruppe der Alleinerziehenden eine hohe Flexibilität und kontinuierliche Anpassungsfähigkeit erfordert. Nicht alle initiierten Formate konnten langfristig aufrechterhalten werden; einzelne Angebote mussten aufgrund ausbleibender Teilnahme wieder eingestellt werden. Dies verdeutlicht, dass geäußerte Interessen nicht immer unmittelbar in eine tatsächliche Teilnahme überführt werden können, da die Lebensrealität Alleinerziehender häufig von Zeitmangel, hoher Alltagsbelastung und eingeschränkten Ressourcen geprägt ist.

Die Möglichkeit, Angebote flexibel anzupassen, weiterzuentwickeln oder auch einzustellen, stellte daher eine wichtige Gelingensbedingung des Projekts dar. Auf diese Weise konnten tragfähige und bedarfsgerechte Angebotsstrukturen entwickelt werden.

Begleitend wurden regelmäßig Rückmeldungen der Teilnehmenden eingeholt, um sowohl die Qualität der Angebote weiterzuentwickeln als auch Erkenntnisse über deren Wirkung zu gewinnen. Die Rückmeldungen zeigen insbesondere positive Effekte im Bereich der sozialen Vernetzung, der psychosozialen Stabilisierung sowie der individuellen Gesundheitsförderung.

Von besonderer Bedeutung war für viele Teilnehmende die Möglichkeit, andere Menschen in vergleichbaren Lebenssituationen kennenzulernen und soziale Kontakte aufzubauen.

Darüber hinaus wurde vielfach rückgemeldet, dass durch die Angebote wieder stärker ein Bewusstsein für die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden geschaffen werden konnte.

Das Projekt hat damit nicht nur zur Förderung gesundheitsbezogenen Handelns beigetragen, sondern zugleich soziale Teilhabe, gegenseitige Unterstützung und niedrigschwellige Zugänge zu bestehenden Hilfestrukturen gestärkt.

Positiv entwickelt hat sich darüber hinaus die projektbezogene Internetseite, die im Projektverlauf zunehmend als zentrale Informationsplattform ausgebaut wurde. Neben Informationen zu aktuellen Angeboten wurden dort auch zahlreiche weiterführende Beratungs- und Unterstützungsangebote für Alleinerziehende sichtbar gemacht. Hierzu zählen unter anderem die im „Wegweiser für Alleinerziehende“ der Stadt Oberhausen aufgeführten Anlaufstellen und Hilfsangebote zu Themen wie Kinderbetreuung, Beratung, Integration, Familie, Gesundheit sowie Arbeit und Beruf. Die digitale Bündelung dieser Informationen hat sich insbesondere im Rahmen der niedrigschwelligen Verweisberatung als hilfreich erwiesen. Teilnehmende konnten passgenau und unkompliziert an geeignete Unterstützungsangebote weitervermittelt werden. Gleichzeitig erleichtert die transparente Darstellung bestehender Hilfestrukturen den Zugang zu Unterstützungsleistungen und trägt dazu bei, Hemmschwellen abzubauen. Die Fortentwicklung individueller Beratungsangebote sowie gruppenbezogener Austauschformate stellt aus Sicht der Projektbeteiligten einen bedeutenden Baustein zur weiteren Stärkung von Resilienz, Selbsthilfekompetenz und sozialer Stabilisierung der Zielgruppe dar. Die Sichtbarmachung vorhandener Unterstützungsstrukturen war hierfür ein wichtiger und notwendiger Schritt.

4. Verstetigung als kommunales Modell

Vor dem Hintergrund der positiven Ergebnisse wurde das Projekt nach Auslaufen der Förderung bewusst in die kommunalen Strukturen überführt. Mit Abschluss einer Kooperationsvereinbarung zwischen der Stadt Oberhausen (Bereich Gesundheit) und der RUHRWERKSTATT wird die Fortführung des Projekts langfristig sichergestellt. Das Projekt stellt damit ein gelungenes Beispiel für die nachhaltige Implementierung eines zunächst geförderten Vorhabens in die Regelstrukturen der kommunalen Gesundheitsförderung dar. Insbesondere die enge Zusammenarbeit zwischen Kommune und freiem Träger hat sich als wesentlicher Erfolgsfaktor erwiesen.

5. Ausblick

Im Rahmen der Fortführung wird das Projekt inhaltlich weiterentwickelt.

Ein zukünftiger Schwerpunkt liegt in der stärkeren Ausrichtung auf:

- individuelle Beratung und Unterstützung von Alleinerziehenden
- Ausbau niedrigschwelliger Zugänge zu gesundheitsbezogenen Informationen
- weitere Vernetzung relevanter Akteure im Sozialraum

Die bestehenden Angebote in den Bereichen Bewegung, Prävention und sozialer Austausch bleiben weiterhin ein zentraler Bestandteil.

Ziel ist es, die passgenaue Unterstützung für Alleinerziehende weiter auszubauen und die nachhaltige Wirkung des Projekts langfristig zu sichern.

Anlage/n

Keine