



# Interkulturelle Gesundheitsförderung

- Erfahrungen aus der BKK-Initiative  
„Mehr Gesundheit für alle“ -

- Grundprinzipien
- ausgewählte Praxisbeispiele

weitere Informationen unter  
[www.bkk.de/mehr-gesundheit-fuer-alle](http://www.bkk.de/mehr-gesundheit-fuer-alle)



# Grundprinzipien erfolgreicher interkultureller Gesundheitsförderung

- „MIT Migranten FÜR Migranten“
- Herausforderungen erkennen, Chancen nutzen
- Partizipation
- Empowerment
- mehrsprachig
- kultursensibel
- an der Lebenswelt orientiert
- Vernetzung relevanter Akteure



## Praxisbeispiel Projekt „MiMi

(Mit Migranten für Migranten)

- Seit 2003 werden bundesweit gut integrierte Zugewanderte, die in beiden Sprachen und Kulturen verankert sind zu Gesundheitsmediatoren/-Lotsen ausgebildet
- Anschließend informieren sie ihre Landsleute in deren Lebensumfeld über das Deutsche Gesundheitssystem und verschiedenste Themen der Prävention und Gesundheitsförderung und werden zugleich zu wichtigen Mittlern innerhalb ihrer Communities für Gesundheitsfragen
- Evaluation zeigt, dass auf diesem Weg Zielgruppen erreicht werden, die aufgrund ihrer sozialen Situation bislang nicht erreicht werden konnten
- weitere Informationen unter: [www.bkk-promig.de](http://www.bkk-promig.de)



## Praxisbeispiel: Wegweiser durch das deutsche Gesundheitssystem (Hand in Hand)

- entwickelt im MiMi-Projekt
- führt in 14 Sprachen durch das Deutsche Gesundheitswesen
- inzwischen in dritter Auflage erschienen
- Ziel: selbständige und gezielte Nutzung der Möglichkeiten und Angebote des deutschen Gesundheitssystems
- Abrufbar unter: [www.bkk-promig.de](http://www.bkk-promig.de)



## Praxisbeispiel: Gesund essen mit Freude (Migrantinnen als Gesundheitsmanagerinnen der Familie)

- Kultursensible Ernährungskurse im Setting
- Der Kurs unterstützt das gesundheitsbewusste Ernährungs- und Kochverhalten in der Familie. Kulturbedingte Ernährungsgewohnheiten werden berücksichtigt, um das Erlernte leichter im Alltag umzusetzen (erfüllt Kriterien nach § 20 SGB V)
- Orientiert sich an den Ressourcen der Familien und unterstützt die Entwicklung gesundheitsfördernder Strukturen im Setting (z. B. Kita, Schule und Stadtteil)
- Partizipativer Ansatz mit Wechsel aus Theorie und Praxis
- Materialien: Kursmanual, Leitfaden, Kochbuch



## Praxisbeispiel: Gesundheit in Sprachkursen

- Gesundheitsthemen als Unterrichtsthemen in einen Sprachkurs integriert
- Intensive Auseinandersetzung mit den Inhalten und hohe Akzeptanz (Umsetzung im Alltag)
- Praxishilfe zur weiteren Verbreitung des Ansatzes



## Fazit

- Zielgruppenorientierte Ansprache und Vermittlung
- alltagsnahe und alltagstaugliche Maßnahmen
- Stärkung eigener Kompetenzen