

In Deutschland einzigartig:

Pro A.C.T.I.V. hilft übergewichtigen Menschen ohne Arbeit

Michael Giesbert ist 32 Jahre alt. Anfang Dezember 2016 wog er 161 kg. Heute, ein halbes Jahr später, hat der Dattelner 35 kg abgenommen. „Ich fühle mich beweglicher, fitter und wacher im Kopf“, sagt er glücklich und zeigt seine Hose Größe 64, die ihm früher passte. „Der Groschen ist bei mir gefallen, als ich wegen meines Gewichtes eine Stelle nicht bekommen habe“, sagt er. Dabei hatte er beste Qualifikationen, war gelernter Elektro-Installateur, hatte sein Fachabitur in Elektrotechnik in der Tasche. Dennoch wollte er umschulen auf einen kaufmännischen Beruf, weil er wegen seines Gewichtes körperlich eingeschränkt war und, wie er selber sagt, „immer träger wurde“. Die Bewerbung in einem Elektrofachgeschäft ging schief. Michael Giesbert entschied, so geht es nicht weiter.

Ein halbes Jahr später kann er wieder lachen. Das Modellprojekt Pro A.C.T.I.V. hat ihm geholfen, wieder positiv in die Zukunft zu blicken. Das Projekt wird im Rahmen der ESF-Integrationsrichtlinie „Integration statt Ausgrenzung“ vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales und dem Europäischen Sozialfond gefördert. Es wird finanziell unterstützt durch

das Jobcenter Kreis Recklinghausen. Das Bildungszentrum des Handels e.V. führt das Projekt in Kooperation mit RE/init e.V. durch. Es wendet sich an Menschen aus dem gesamten Kreis Recklinghausen, die durch ihr starkes Übergewicht nicht nur Probleme mit ihrer Gesundheit bekommen, sondern bei der Suche nach einem neuen Job große Schwierigkeiten haben.

„Unsere langjährige Erfahrung mit der Vermittlungsunterstützung von Menschen auf der Suche nach Ausbildung und Arbeit hat uns gezeigt, dass es stark Übergewichtige grundsätzlich schwerer haben, beruflich Fuß zu fassen als die sogenannten Normalgewichtigen“, sagt Rainer Hanses, Projektleiter beim Bildungszentrum des Handels e.V. „Diese Erfahrung war Auslöser für die Idee, für diese Zielgruppe einen völlig neuen konzeptionellen Ansatz zu entwickeln.“ Diplom-Sozialpädagogin Sabine Liedtke ergänzt: „Ungesunde Ernährung, mangelnde Bewegung und Übergewicht sind längst zur Volkskrankheit geworden. Wir haben uns Gedanken gemacht, wie wir Einstellungen verändern und die berufliche Integration dieser Menschen nachhaltig unterstützen können.“

Ausgewiesenes Ziel von Pro A.C.T.I.V. ist es, über gesundheitliche Prävention, gesunde Ernährung und viel Bewegung die Teilnehmenden zu motivieren und persönliche Einstellungen zu ändern, so dass die Voraussetzung für eine berufliche Neu-Orientierung geschaffen ist. Dabei steht A für aktivieren, C für coachen, T für trainieren, I für integrieren und V für vermitteln.

Michael Giesbert beschreibt das Projekt aus seiner Sicht. „Als ich mit dem Training begonnen habe, dachte ich, ich muss sterben“, erzählt er. Bewegung wird in der Gruppe intensiv in einem Fitnessstudio trainiert. „Aber irgendwann merkt man, das Bewegung Spaß macht“. Die Ernährungsumstellung wird zunächst theoretisch vermittelt. „Da gab es viele Aha-Momente, zum Beispiel wieviel Zucker in Eistee ist und den habe ich literweise getrunken. Heute trinke ich nur noch Wasser und Tee“. Im praktischen Teil der Ernährungsumstellung lernen die Teilnehmer, richtig einzukaufen und gesundheitsbewusst zu kochen. „Man lernt gesunde Gerichte kennen, die richtig lecker sind“, erzählt Michael Giesbert.

Etwa zur Projekthälfte verlagert sich der Schwerpunkt der Arbeit auf die Berufsförderung. Zentrale Elemente sind hier die intensiven Bewerbungs- und Präsentationstrainings in Verbindung mit berufspraktischen und betrieblichen Qualifizierungen. „Hier arbeiten wir mit vielen Partnern der heimischen Unternehmen zusammen, um unsere Teilnehmer wieder in Arbeit zu bringen“, sagt Thorsten Greffing,



Teammitglieder von Pro A.C.T.I.V. v.l.: Thorsten Greffing, Andreas Schortemeier, Projektteilnehmer Michael Giesbert, Rainer Hanses, Sabine Liedtke.



Michael Giesbert hat seit Dezember 35 kg abgenommen

Jobcoach und Sportwissenschaftler, „denn Ziel ist es, den Teilnehmenden eine gute Anschlussperspektive nach Beendigung des Projekts zu ermöglichen. Daher ist ein gutes Netzwerk nötig“.

Häufig vermittelt das Jobcenter Menschen an das Projektteam. Die Teilnahme indes ist freiwillig: „Es geht darum, das Gewicht und die Lebenssituation zu verbessern und Lust auf einen Job zu machen“, sagt Sabine Liedtke. „Selten kommt es vor, dass Teilnehmende abbrechen“.

Pro A.C.T.I.V. ist ein einmaliges Vorzeigeprojekt in Deutschland.

„Es ist einzigartig, weil wir ja zum einen Jobvermittler sind, andererseits aber mit unserem Angebot auch das Krankheitsbild zum Thema machen. Wir haben beides kombiniert und ernten positive Reaktionen“, berichtet Rainer Hanses vom Bildungszentrum. „Damit das anspruchsvolle Ziel – die Schaffung einer nachhaltigen beruflichen Perspektive – erreicht wird, stehen Ernährungsberater, Sportwissenschaftler, Verhaltenstrainer, Lehrer, Psychologen, Sozialpädagogen, Job-Coaches sowie ein Koch den Teilnehmenden durchgängig zur Verfügung.“



Erich Wielebski hat immer tolle Rezepte parat, hier bereitet das Team Wraps aus Vollkornmehl zu mit frischen Salaten.

Info

Voraussetzung für die Teilnahme an Pro A.C.T.I.V.:

- Sie sind zwischen 18 und 35 Jahre alt
- Sie sind zur Zeit nicht berufstätig, möchten aber eine Ausbildung beginnen oder zurück in das Berufsleben
- Sie sind übergewichtig (BMI über 30)

Inhalte und Ablauf:

- Einführung in das Projekt und Kennenlernen
- Ermitteln der persönlichen Potenziale
- Ernährungs- und Sportcoaching
- Erweiterung der beruflichen Perspektiven und berufliche Erprobung
- Jobcoaching und Vermittlung

Das nächste Projekt startet am 1. November 2017 und dauert elf Monate mit einer Stundenzahl von mindestens 30 Stunden pro Woche. Pro A.C.T.I.V. wird im Rahmen der ESF-Integrationsrichtlinie Bund, Handlungsschwerpunkt „Integration statt Ausgrenzung“ gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales und des Europäischen Sozialfonds für Deutschland. Das Jobcenter Kreis Recklinghausen beteiligt sich ebenfalls an der Finanzierung des Projektes.

Bildungszentrum des Handels e.V.

Die Aufgaben des Vereins gliedern sich in vier Schwerpunkte:

- Ausbildung
- Sprache und Integration
- Berufsvorbereitung
- Weiterbildung

www.bzdhd.de

Jobcenter
Kreis Recklinghausen

Bezirksstelle Dorsten
Telefon: 02362 609-0
dorsten@vestische-arbeit.de
Bezirksstelle Haltern am See
Telefon: 02364 10544-0
haltern@vestische-arbeit.de