

---

Liebe Kooperationspartner\*innen,  
liebe Leser\*innen,

wir freuen uns Ihnen die erste Ausgabe des „München – gesund vor Ort“-Newsletters  
zukommen zu lassen.

Auch wenn die Pandemie immer noch unser aller Alltag durcheinander wirbelt, können wir  
glücklicherweise mehr und mehr Normalität wagen. Das Projektteam unterstützt zwar  
weiterhin den Infektionsschutz in der Pandemiebekämpfung, jedoch eröffnen sich wieder mehr  
Möglichkeiten für Angebote im Stadtteil.

Zukünftig möchten wir Sie regelmäßig über Maßnahmen, Veranstaltungen und andere  
Neuigkeiten rund um Gesundheitsförderung im Stadtteil informieren.

**Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen das  
Projektteam „München – gesund vor Ort“**



---

## → Allgemeine News

### „München - gesund vor Ort“ geht in die Verlängerung

„München - gesund vor Ort“ wird um ein weiteres Jahr verlängert. Bis Juli 2023 ist die  
Finanzierung des bundesweit größten kommunalen Projekts zur Gesundheitsförderung nun  
gesichert. Durch die Corona-Pandemie war die Umsetzung verzögert worden und eine  
Verlängerung bietet nun die Möglichkeit, die geplanten Pilotprojekte optimal entfalten und auch  
weitere Maßnahmen anstoßen zu können.

### Impfen im Stadtteil

Im Juli 2021 fanden dezentrale Impfaktionen in den vier  
Projektstadtteilen statt – insgesamt waren die Aktionen ein  
voller Erfolg und es konnten 670 Bewohner\*innen geimpft  
werden.

Herzlichen Dank an die Unterstützer\*innen vor Ort!

Bei Fragen zu weiteren Impfaktionen stehen wir Ihnen  
jederzeit zur Verfügung und unterstützen Sie gerne bei der  
Planung.



© Barbara Fröhlich-Rausch, ASZ Perlach

Weitere Termine:

- Olympia-Einkaufszentrum, Hanauer Straße 68  
12. bis 14. August von 11 bis 18 Uhr
- PEP Einkaufszentrum Neuperlach, Thomas-Dehler-  
Straße 10, im EG neben Esprit  
12. bis 14. August von 11 bis 18 Uhr

---

### **Patientenberatung**

Der Gesundheitsladen München e.V. bietet seit Februar 2020 in den vier Projektstadtteilen persönliche Außensprechstunden für die Bewohner\*innen an. Die Mitarbeiter\*innen des Gesundheitsladens München e.V. informieren, beraten und unterstützen kostenlos. Alle Termine und Kontaktdaten finden Sie auf unserer Projekthomepage: [www.muenchen.de/gesund-vor-ort](http://www.muenchen.de/gesund-vor-ort)

---

### → **Neues aus Moosach**

#### **Gesundheitsonlineschule – Gesund in Moosach (in Kooperation mit MiMi-Gesundheitsinitiative Bayern)**

Mit der Internetseite, die in sechs Sprachen übersetzt wird und sich mit den Schwerpunktthemen Familiengesundheit, psychische Gesundheit, Bewegung und Ernährung, Diabetes, das deutsche Gesundheitssystem und Digitalisierung befasst, sollen nicht nur die Gesundheitskompetenzen von Migrant\*innen sondern aller Moosacher\*innen gestärkt werden. Sobald die Pandemie es zulässt, werden auch Präsenzveranstaltungen und -schulungen vorbereitet. Am 12. und 15. Juli 2021 fanden erste Bewohner\*innen Workshops statt, um die bis dahin entwickelten Inhalte zu erproben.



© Helena Auer, Gesundheitsreferat

Anlässlich der bevorstehenden Impfkaktionstage in Moosach wurde in den beiden Workshops das Thema Impfen behandelt. Die erste Veranstaltung fand live im Stadteilladen Moosach statt. Die zweite Veranstaltung wurde unter großer Beteiligung online durchgeführt. Die nächsten Workshops sind mit den Fachkräften aus dem Stadtteil geplant. Bei Interesse an einer Mitwirkung oder für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an: [miray@mimi.eu](mailto:miray@mimi.eu)

#### **Selbstbehauptungsangebot und Antiaggressionstraining für Jugendliche**

In Kooperation mit LiLalu/ Johanniter e.V. und der Freizeitstätte boomerang wird es ein Angebot für Mädchen geben, um ihr Selbstbewusstsein zu stärken. Männliche Jugendliche sollen im Training erlernen, besser mit eigenen Aggressionen umzugehen.

#### **Bewegungsangebot für Frauen**

Die bereits in den Einrichtungen „Wohnen für Alle“ des Sozialreferats durchgeführten Gesundheitsförderungsprojekte waren sehr erfolgreich. Hier ist eine Fortsetzung geplant.

#### **Seniorenwoche in Moosach**

Anlässlich der Seniorenwoche in Moosach wird es in Kooperation mit dem ASZ Moosach am 30. September 2021 ein Bewegungsangebot für Senior\*innen geben.

Weitere Informationen zu den drei Angeboten: [helena.auer@muenchen.de](mailto:helena.auer@muenchen.de)

---

---

→ **Neues aus Trudering-Riem**

**Gesundheitslotsinnen Riem (in Kooperation mit der Einrichtung Donna Mobile e.V.)**

Von Februar bis April 2021 wurden sechs Frauen aus dem Quartier erfolgreich zu „Gesundheitslotsinnen“ vor Ort qualifiziert. In enger Zusammenarbeit mit den Einrichtungen werden die Lotsinnen nun eine Netzwerkstruktur im Quartier auf- bzw. ausbauen. Sie sollen vermittelnd wirken und junge Frauen, Schwangere und Mütter in den ersten Erziehungsjahren über neue Angebote und Maßnahmen im Stadtteil informieren, aber auch ihr eigenes Expertinnenwissen weitergeben. Im kommenden Herbst findet ein weiterer Qualifizierungsdurchgang statt. Wenn Sie sich an dem Projekt beteiligen möchten oder mehr Informationen benötigen, dann wenden Sie sich gerne an folgende Adresse:  
[riemgl@donnamobile.org](mailto:riemgl@donnamobile.org)

**Bewegungsangebot für Mütter und Väter**

Im Herbst 2021 wird es wieder ein Outdoor-Fitnessprogramm „Fit mit Baby“ für Mütter und Väter mit Kindern bis zu 2 Jahren geben. Das Bewegungsangebot wird im Riemer Park durchgeführt. Das Angebot ist für die Teilnehmer\*innen kostenfrei. Bei Interesse wenden Sie sich an [lena.donhauser@muenchen.de](mailto:lena.donhauser@muenchen.de)

---

→ **Neues aus Ramersdorf-Perlach**

**PiA – Präventionsnetz im Alter in Kooperation mit dem Caritas Alten- und Servicezentrum Perlach**

Um Menschen bei Lebensumbrüchen im hohen Alter, z.B. beim Eintritt in den Ruhestand oder bei zunehmender Mobilitätseinschränkung, noch besser erreichen und unterstützen zu können, werden in Ramersdorf-Perlach betreffende Akteure miteinander vernetzt und bei Kooperationsmaßnahmen unterstützt. Derzeit haben sich bereits zwei verschiedene Projektgruppen mit ersten Ideen in Neuperlach und Ramersdorf gebildet. Bei Interesse an einer Mitwirkung oder für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an: [pia16@caritasmuenchen.de](mailto:pia16@caritasmuenchen.de)



© Andrea Piacquadio

**Spielaktion im Neubaugebiet „Die Hochäcker“**

In Kooperation mit dem BildungsLokal Ramersdorf und dem Freizeitsport fanden am 4., 5., und 6. August 2021 kostenlose Spielaktionen für Kinder und Familien auf den Wiesen des Perlacher Neubaugebietes statt.

**Mädchen-Fußballmannschaft für den SVN geplant**

In Kooperation mit dem BildungsLokal Neuperlach und dem SVN München e.V. sollen Neuperlacher Fünftklässlerinnen im neuen Schuljahr die Möglichkeit erhalten, einmal pro Woche „nur unter Mädchen“ professionell zu trainieren. Mehr Informationen, auch zur Anmeldung, erhalten Sie unter: [bildungslokal-np@muenchen.de](mailto:bildungslokal-np@muenchen.de)

---

## → Neues aus Feldmoching-Hasenberg!

### Das Schwerpunktprojekt „Hands up 4 your future - Mach dich fit für dein Leben!“ ist ab jetzt buchbar!

In dem Projekt können ältere Kinder und Jugendliche in Feldmoching-Hasenberg abwechslungsreiche Workshops besuchen, Erfahrungen sammeln und sich aktiv mit einer gesunden und nachhaltigen Lebensweise auseinandersetzen. In interaktiven Workshops erhalten sie Tipps und Infos, entwickeln gemeinsam Ideen, nehmen sich Zeit für sich selbst und ihre Freund\*innen und lernen auch neue Menschen kennen. Sie streifen durch den Stadtteil und entdecken neue Orte. Gleichzeitig werden alle Workshop-Schwerpunkte mit den Themen Medienkompetenz und Medienbewusstsein verknüpft.

#### Das sind die Bausteine:

- *Respect yourself Körper & Bewusstsein*
- *Move ya Abenteuer & Bewegung*
- *Take care Gesundheit & Entspannung*
- *Taste it Kochen & Entdecken*

Die Teilnahme ist kostenlos und die Workshops finden direkt im Stadtteil statt. Für weitere Informationen melden Sie sich gerne bei uns unter: [handsup@lilalu@johanniter.de](mailto:handsup@lilalu@johanniter.de)

### Großer Gesundheitstag im Hasenberg! gemeinsam mit dem BiLok

Am **08. Oktober 2021** ist wieder ein großer **Gesundheitstag** geplant. Unter dem bewährten Motto „**Gemeinsam fit im Hasenberg!**“ machen viele Einrichtungen Angebote rund um das Thema Bewegung, Ernährung und andere gesundheitliche Themen. Vor allem die Freude an der Bewegung an der frischen Luft soll hierbei nicht zu kurz kommen. Dieses Jahr sind die Veranstaltungsorte entlang der Wintersteinstraße, im kleinen Park und dem Wäldchen bei der Aschenbrennerstraße, und in und vor dem Kulturzentrum lokalisiert. Bei Interesse an einer Mitwirkung oder für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an:

[gesundheitsfoerderung.gsr@muenchen.de](mailto:gesundheitsfoerderung.gsr@muenchen.de)



© Christina Schub, Gesundheitsreferat

### Wiedereröffnung der Gesundheitsberatung im Herbst 2021

Der Umbau der Gesundheitsberatung Hasenberg ist vollständig abgeschlossen, die Wiedereröffnung und die damit verbundene Aufnahme des Regelbetriebs ist für Oktober 2021 geplant. Ab dem 23. August 2021 sind persönliche Beratungen sowohl durch die Sozialpädagogin als auch durch die Kinderärztin immer am Dienstagvormittag nach vorheriger Anmeldung möglich:

01525 68-65-971 (Dienstag bis Freitag) oder 01525-66-52164 (Montag bis Freitag) jeweils vormittags oder [gesundheit-hasenberg.gsr@muenchen.de](mailto:gesundheit-hasenberg.gsr@muenchen.de)

## Beteiligung am Gesundheitstag

Die Gesundheitsberatung beteiligt sich mit einem draußen, vor der Einrichtung stattfindenden Gesundheits- und Bewegungsangebot am diesjährigen Gesundheitstag.

## → Gesundheitswegweiser

### Aktueller Stand und Mitmachen

Der Gesundheitswegweiser, der in Kooperation mit der Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit (MAGs) entsteht, geht im Herbst online. Vielen Dank an dieser Stelle allen Einrichtungen und Partner\*innen, die sich mit einem Eintrag beteiligen. Wer den Erhebungsbogen noch nicht zurückgeschickt hat, kann dies jetzt noch tun.

Landeshauptstadt München  
Referat für Gesundheit und Umwelt

Das Referat für Gesundheit und Umwelt erstellt einen Gesundheitswegweiser für Ihren Stadtteil **Feldmoching-Hasenberg!**

In Kürze starten wir mit der Datensammlung. Voraussichtlich ab Sommer 2020 können Sie dann online ganz einfach und übersichtlich Einrichtungen und Dienstleistungen rund um das Thema Gesundheit suchen und das individuell passende Angebot finden.

Der Gesundheitswegweiser ist Teil des von der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse geförderten Projekts „München – gesund vor Ort“ und wird in Zusammenarbeit mit MAGs, der Münchner Aktionswerkstatt Gesundheit, erstellt.

AOK MAGs München gesund vor Ort

Weitere Informationen zu den Aufnahmemöglichkeiten für Einrichtungen, Ärzte, Apotheken und anderen Gesundheitsdienstleistern in den Projektstadtteilen erteilt Meike Schmidt (MAGs) per Mail ([m.schmidt@mags-muenchen.de](mailto:m.schmidt@mags-muenchen.de)) oder telefonisch unter 089 53295654.

## → Veranstaltungen

### Stadtteilkonferenzen – Save the date!

In 2021 sind wieder vier Stadtteilkonferenzen geplant. Themenschwerpunkte werden sein: laufende Tätigkeiten und fachlicher Input zum Thema Gesundheitsförderung in verschiedenen Foren.

**Feldmoching-Hasenberg!:** 16.11.2021, ab 09:30 Uhr  
Kulturhaus Milbertshofen, Curt-Mezger-Platz 1,  
80809 München

**Ramersdorf-Perlach:** 24.11.2021, ab 13:30  
Kulturhaus Neuperlach, Albert-Schweitzer-Straße 62,  
81735 München

**Trudering-Riem:** 14.12.2021, ab 09:30  
Kulturetage Messestadt, Erika-Cremer-Straße 8,  
81829 München



© Tobias Foh, Gesundheitsreferat



---

**Moosach: 07.12.2021, ab 13:30**

Pelkovenschlössl, Moosacher St.-Martins-Platz 2,  
80992 München

**Kinder- und Jugendfestival (JuKi) „Da will ich hin!“**

Am Sonntag, 19.09.2021 findet das Kinder- und Jugendfestival im neuen Werksviertel Mitte am Ostbahnhof München statt. Das Projekt „München - gesund vor Ort“ wird gemeinsam mit dem Referat für Bildung und Sport mit einem interaktiven Erlebnisstand vertreten sein. Auf spielerische Weise sollen den Teilnehmer\*innen die Themen „Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit und Suchtprävention“ nähergebracht werden. Wir freuen uns darauf, Sie auf dem JuKi-Festival zu treffen.

---

→ **Wissenschaftliche Begleitung**

**Zwischenbericht**

Ein erster Zwischenbericht über die Erkenntnisse der ersten zwei Projektjahre liegt nun vor.

Die Evaluation des Projekts erfolgt durch „SIM Sozialplanung und Quartiersentwicklung“ und dient der kontinuierlichen Überprüfung und Qualitätssicherung der entwickelten Strategien und Maßnahmen.

Für Interessierte steht der Bericht auf unserer Projekthomepage unter [www.muenchen.de/gesund-vor-ort](http://www.muenchen.de/gesund-vor-ort) zum Download bereit.



Das Projekt wird von der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse im Rahmen der Projektförderung „Gesunde Kommune“ nach §20a SGB V gefördert.