

## **\*nea startet Gesundheitsprogramm für alle Hartz-VI-Empfänger**

Die folgende Pressemitteilung ging an die Münchner Medien, insbesondere die Anzeigenblätter. Die professionelle Aufmachung durch unseren ehrenamtlichen Journalisten Niko Jahn und unsere „Drückerarbeit“ per Brief, Mail und persönlichen Besuch in allen Redaktionen hatte Erfolg, eine Veröffentlichung durch Hallo, Samstagsblatt etc. fand fast flächendeckend in München statt.

Allen Unkenrufen von professionellen Sozialarbeitern zum Trotz (Da kommt niemand, Arbeitslose kann man nicht aktivieren usw.) ist der erste Kurs in Neuperlach fast schon übergelassen. Ein schöner Erfolg, der zeigt, was man mit Einsatz und Kreativität auch ohne offizielle Unterstützung auf die Beine stellen kann. Als hübscher Nebeneffekt sind dadurch mehrere Leute auf \*nea aufmerksam geworden. Wir werden dran bleiben!

Gregor Mayer, 22.11.2007

### **„Arbeitslose sind kranker und sterben früher als andere“**

*Depression, Sucht, Psychosen, körperliches Unwohlsein sind die Krankheiten vieler Arbeitsloser. Am Ende stehen lange Klinikaufenthalte und eine hohe Mortalitätsrate. Bei der Betroffeneninitiative „nea e.V.“ entstand die Idee, den Erwerbslosen durch sanften Sport zu helfen wieder gesund und munter zu werden. „WirfürUns“ heißt die Initiative. Sie soll helfen, die Betroffenen aus dem Teufelskreis von Depression, Sucht, und gesellschaftlicher Ächtung heraus zu helfen.*

Dr. Gregor Mayer, will mit „WirfürUns“ eine Aktion anstoßen, von der nicht nur alle Arbeitslosen profitieren können, sondern die gesamte Gesellschaft, Sozialkassen, Arbeitsagenturen, Krankenkassen.

„Arbeitslose sind kranker und sterben früher als andere. Für wen war das ein Problem? Für niemanden außer uns selbst“, sagt Dr. Gregor Mayer. „Deshalb machen wir jetzt selbst was. Eir für uns. Und wir bekommen auch Unterstützung.“

Mit seiner Idee stößt Mayer tatsächlich meist auf offene Türen. Die Münchner Bürgermeisterin Christine Strobl hat die Schirmherrschaft übernommen, kommunale Referate haben ihre Unterstützung zugesichert, Sportvereine, Krankenkassen, Landesportverband, die Sportakademie haben ihr Interesse signalisiert. Der „Verein für Breitensport und Rehabilitation“ macht mit. „Wir für uns“ ist eine Initiative von „nea e.V.“, dem „Netzwerk Hochqualifizierter außerhalb fester Arbeitsverhältnisse“ in München. Mayer ist "nea"-Vorsitzender.

„Ich wünsche mir sehr, dass WirfürUns sehr viel Zulauf hat“, sagte Bürgermeisterin Strobl im Interview. „Leider ist es auch in München schwierig, diese Zielgruppe für gesundheitsfördernde Maßnahmen zu gewinnen. Deshalb rufe ich alle auf, mitzumachen. Denn mit Bewegung erhalten sich die Betroffenen auch ihre Arbeitskraft und stärken ihre Chancen auf einen neuen Job.“

Es gibt bereits eine Reihe von Interessenten. Ganz begeistert von WirfürUns ist Petra Euyen (54). Sie war immer eine Sportskanone. gewann die Deutsche Meisterschaft im Rudern 1971 in Oberschleißheim und beinahe wäre sie dort auch noch zu den Olympischen Spielen 1972 angetreten. Der Sport half ihr später auch über die Arbeitslosigkeit hinweg. Sie ist gelaufen, hat sich beim Ski-Langlauf fit gehalten, ist Nordic Walking marschiert und ist immer wieder mit dem Fahrrad gefahren. In den vergangenen Jahren hat sie den Krebs überwunden, das künstliche Knie trainiert, geht längst wieder schwimmen, fährt Fahrrad und freut sich jetzt darauf, dass sie bei WirfürUns nicht mehr allein ist. „Ich habe immer wieder gemerkt, wie

sehr mir der Sport auch gegen dieses Gefühl der Hilflosigkeit, geholfen hat“, sagt sie.  
„Bewegung hilft gegen alles.“

Voller Vorfreude ist auch Danuta Cyrkiel (50). Die Deutsch-Polin, seit 1981 in der Bundesrepublik, hat ihr Lebens lang Sport getrieben. Tennis wurde für sie zu teuer, als sie vor zwei Jahren arbeitslos wurde, weil ihre Abteilung bei einem großen Münchner Elektronikhersteller geschlossen wurde. Auch heute noch geht sie regelmäßig schwimmen. „Ich habe nicht aufgegeben“, sagt sie stolz. „Aber allein macht auch Sport nicht so viel Spaß. Ich freue mich schon auf die anderen. Gemeinsam sind wir viel stärker!“ **(FOTO)**

„Zur Verbesserung des Gesundheitszustandes von Erwerbslosen sind einfache Programme zur Bewegung vorgesehen“, sagt Dr. Gregor Mayer, der Initiator. „Jeder macht nur so viel, wie ihm Spaß macht. Sport und Bewegung sollen den Betroffenen ihre Leistungsfähigkeit wieder vor Augen führen, sie selbstbewusst machen, vom alltäglichen Dilemma frei machen, dafür sorgen, dass sie nicht in Isolation und Selbstzweifeln versinken und ihnen ein Gefühl dafür geben, ihr Schicksal wieder selbst in die Hand zu nehmen.“

Es ist höchste Zeit. Wer arbeitslos ist, hat dreimal so viele Krankheitstage durch psychische Störungen wie ein Erwerbstätiger, doppelt so viele Krankheitstage durch Herz-, Kreislauf-Krankheiten oder Neuerkrankungen wie Krebs oder Erkrankungen des Nervensystems, heißt es im Gesundheitsreport der BKK 2006. „Arbeitslose Frauen verbringen wegen psychischer Störungen dreimal mehr, Männer sogar siebenmal mehr Tage als Erwerbstätige in stationärer Behandlung.“ Der BKK verspricht sich nachhaltige Verbesserung durch gesundheitsfördernde Maßnahmen wie die Initiative WirfürUns.

Dr. Peter Kuhnert von der Uni Dortmund untersucht den Zusammenhang zwischen Krankheit und Arbeitslosigkeit seit Jahren. Seine Untersuchungen zeigen erschreckende Ergebnisse: „Wer arm ist, muss früher sterben, wird eher krank und invalid“, das ist sein durch zahlreiche Untersuchungen untermauertes Fazit. Er beklagt, dass es in Deutschland noch immer kaum Strategien zur Gesundheitsprävention von Arbeitslosen gibt.

WirfürUns plant Gruppen von zehn Teilnehmern pro Übung. Einige Interessierte werden zu Übungsleitern ausgebildet. Insbesondere Hartz IV-Betroffene, die Lust auf Bewegung haben, können sich werktags zwischen 13 und 16 Uhr bei „nea e.V.“, Pariser Straße 8, 81669 München, Telefon 66062280 anmelden. Egal, aus welchem Beruf jemand kommt und wie er sich fühlt. Dabei sein, wieder für sich selbst was tun, ist alles.

Am 19.11 um 14:30 soll es losgehen in der Betriebssportanlage Siemens, gleich beim Bahnhof Neuperlach-Süd (Teilnehmer bekommen eine ausführliche Skizze). Für Fragen steht Dr. Gregor Mayer telefonisch unter 0172-1063486 und unter [mayer@nea-ev.de](mailto:mayer@nea-ev.de) per Mail zur Verfügung.