

Das Angebot

alfa beta –
Kontaktnetz für allein erziehende Frauen
mit Kindern mit Behinderungen in München
(siaf e.V.)

hat das Good Practice-Auswahlverfahren des Kooperationsverbundes
„Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten“ erfolgreich durchlaufen!

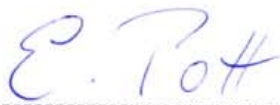
GOOD PRACTICE

in der Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten

Auf der Grundlage der zwölf Kriterien für gute Praxis in der soziallagenbezogenen
Gesundheitsförderung wurde das Angebot „alfa beta“ als besonders vorbildlich in den
folgenden Bereichen ausgewählt:

- **Empowerment**
- **Dokumentation und Evaluation**
- **Innovation und Nachhaltigkeit**

Für Ihre Arbeit wünschen wir Ihnen weiterhin viel Erfolg.



Prof. Dr. Elisabeth Pott

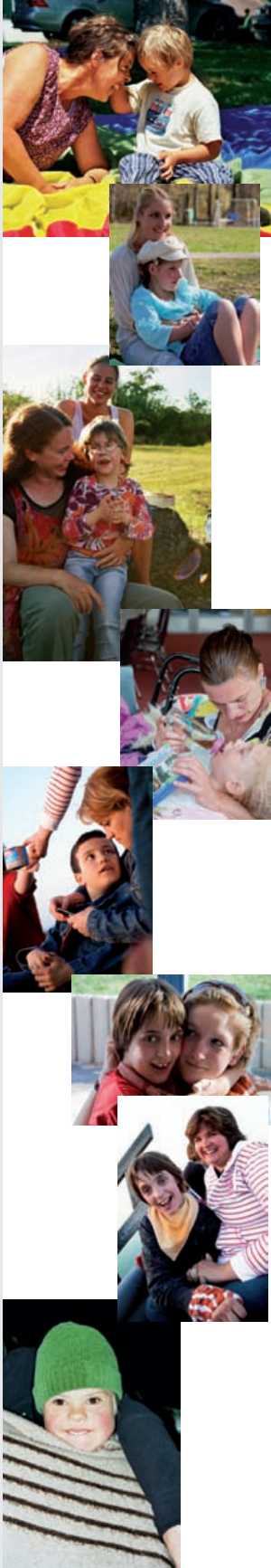
Köln, den 28.03.2011



Dr. Frank Lehmann

Der Kooperationsverbund „Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten“ ist ein Zusammenschluss von
Partnerorganisationen auf Initiative und mit Unterstützung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

www.gesundheitliche-chancengleichheit.de



Hintergrund

- Trend zur Zunahme von Einelternfamilien in der LH München besonders ausgeprägt (2007 21,7% aller Haushalte mit Kindern)
- Allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung sind in vielen Bereichen sehr belastet und haben einen speziellen Bedarf an Unterstützung
- 2007 Initiierung der Anlaufstelle *alfa beta* speziell für diese Zielgruppe durch *siaf e.V.*

Vorgehen

Die Einrichtung hilft Müttern von Kindern mit Behinderung

- die komplexen Anforderungen ihres Alltags zubewältigen
- ihre soziale Isolation zu überwinden
- dem Burnout vorzubeugen

Das Konzept von *alfabeta* basiert auf der Stärkung des Selbsthilfepotenzials mittels

- Individueller Beratung und Unterstützung
- Bildungs-, Erholungs- und Freizeitangeboten
- Unterstützung zur Selbsthilfe

Gute Praxisbereiche

Empowerment

mit dem Ziel individuelle Bewältigungsstrategien und Selbsthilfepotentiale zu stärken

Bildung von Netzwerken

- durchbricht die Isolation
- stärkt das Selbstbewusstsein und das Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten

Dokumentation und Evaluation

Begleitung und wissenschaftliche Evaluation durch das Sozialwissenschaftliche Institut München mittels schriftlicher Befragung, teilnehmender Beobachtung, Expertinnengespräche und Dokumentenanalyse

Innovation und Nachhaltigkeit

- Zunehmende Anfragen bezeugen zunehmende Etablierung von *alfa beta* als Unterstützungsnetzwerk
- Synergieeffekte durch Kooperationen und Vernetzungen.
- Konsolidierung und Eigenständigkeit der Selbsthilfegruppe

Die zwölf Kriterien von **Good Practice**

Konzeption,
Selbst-
verständnis

Zielgruppe

Innovation
und Nach-
haltigkeit

Multiplika-
renkonzept

Niedrig-
schwellige
Arbeitsweise

Partizipation

Empower-
ment

Setting-
ansatz

Integriertes
Handlungs-
konzept/
Vernetzung

Qualitäts-
management/
-entwicklung

Dokumen-
tation und
Evaluation

Kosten-
Nutzen-
Relation

GOOD PRACTICE

in der Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten

Startseite > Praxisdatenbank > Recherche



Veröffentlichung: 2010

alfa beta

Kontaktnetz für allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung in München

Träger

siaf e.V.

Kurzbeschreibung

Das Projekt alfa beta berät und unterstützt Frauen, die Kinder mit einer Behinderung oder chronischen Krankheit alleine erziehen, betreuen und begleiten. Das Projekt verfolgt die Ziele, die Isolation der Frauen aufzubrechen, sie in ihrer Lebenssituation zu stärken und das Wohlbefinden der Familien nachhaltig zu fördern.

Die vielseitigen hohen Anforderungen an diese Frauen führen zu einer physischen und psychischen Dauerbelastung, die mit gesundheitlichen Problemen einhergeht. Häufige Erscheinungen sind Burnout, Schlafmangel, Erschöpfungsdepression, Rückenprobleme und Krankheiten, die aus einem geschwächten Immunsystem resultieren. Verschiedene Angebote wie beispielsweise individuelle Beratung und Unterstützung und der salutogenetische Projektansatz entlasten und stärken die Frauen.

alfa beta wird vom Münchner Forschungs- und Beratungsinstitut SIM Sozialplanung wissenschaftlich begleitet. Das Projekt wird gefördert von der Aktion Mensch e.V., der Software AG Stiftung, der REWE Group und Sternstunden e.V. Trägerverein ist siaf e.V., der Mitglied im Paritätischen ist.

Weitere Informationen

- Ziele und Zielgruppen
- Hintergrund
- Vorgehen
- Gesammelte Erfahrungen
- Literatur

Good Practice in

- Empowerment
- Dokumentation und Evaluation
- Innovation und Nachhaltigkeit

Themen

Soziale und gemeindebezogene Netzwerke

- Selbsthilfegruppen

Lebensweise / individuelles Gesundheitshandeln

- Elternschaft
- Seelische Gesundheit

Gestaltung der Lebenswelten

Das Angebot wird teilweise in den Lebenswelten der Zielgruppe durchgeführt.

- sonst. Bildungseinrichtung
- Versorgungs- und Unterstützungseinrichtung

Altersgruppen

- Junge Erwachsene (19-29 Jahre)
- Erwachsene (30-59 Jahre)

Das Angebot umfasst geschlechtsspezifische Angebote für

- Mädchen / Frauen

Zielgruppen

- Allein Erziehende
- Personen mit einem niedrigen sozialen Status

Multiplikatorinnen und Multiplikatoren**Gesundheit**

- Medizin
- Pflege
- Psychologie
- Sozialversicherungen

Bildung

- Frühkindliche Pädagogik (Krippen, Kindertagesstätten)
- Schule

Soziales

- Sozialarbeit

Andere

- Presse
- Fachöffentlichkeitsarbeit

Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner**Gesundheit**

- Selbsthilfegruppen

Andere

- Andere Kooperationspartner
und zwar Einrichtungen der Behindertenhilfe

Dokumentation

- Geschäftsbericht, Jahresbericht

Evaluation

- externe Evaluation

Evaluation wurde veröffentlicht unter dem Titel
Veröffentlichung Herbst 2009

Zeitraum

Beginn: April 2007

Abschluss: kein Ende geplant

Kontakt

Frau Iqbal Selimi
Sedanstr. 37
81667 München (Bayern)

Telefon: 089 / 62286287

Telefax: 089 / 45802513

E-Mail: selimi@siaf.de

Website: http://www.allfa-m.de/allfa_beta.htm

Stand

26.10.2010