

## Pressemitteilung

### „Im Zeichen der Gesundheit“

vom 06.05.2022

Für Erwerbslose: „AktivA – Aktive Bewältigung von Arbeitslosigkeit“

Anfang 2020 startete die OTEGAU Arbeitsförder- und Berufsbildungszentrum GmbH Ostthüringen/Gera gemeinsam mit der AOK Plus und dem Jobcenter Gera eine Kooperation in dem Modellprojekt „Arbeits- und Gesundheitsförderung“. Es wurde nachstehendes Projekt erfolgreich umgesetzt.

Arbeitslosigkeit und Gesundheit können sich gegenseitig beeinflussen, meist negativ. Aus diesem Grund wurde vor zwei Jahren ein Modellprojekt zur Gesundheitsförderung für Arbeitsuchende mit Namen „AktivA“ ins Leben gerufen. Kooperationspartner ist das Jobcenter Gera und die Krankenkasse, finanziert wird die Maßnahme aus dem Fond des Verbandes Gesetzlicher Krankenversicherungen. Die Umsetzung des Modellprojektes erfolgt bei der OTEGAU GmbH. Das Projekt erreicht mit wenig bürokratischem Aufwand nachhaltige Wirkung. Die aktive Bewältigung von Arbeitslosigkeit ist ein Training, welches durch den Einsatz der verschiedenen Bausteine versucht, die Belastung der Erwerbslosigkeit zu verringern. Der Kurs erstreckt sich über 6 Termine und umfasst vier Module zu den Themen Entspannungstraining, Mentaltraining, Problemlösetraining und Genussttraining. Dabei unterstützen speziell ausgebildete Trainer mit hilfreichen Tipps und Methoden, um die Hilfe zur Selbsthilfe zu aktivieren. Seit dem Start in Gera konnten bisher 91 Teilnehmende von dem Projekt profitieren. Sie gaben durchweg ein positives Feedback.