

„Toll, dass es so etwas gibt“

Ausgezeichnetes Projekt: KoGi-Lot:sinnen bringen Gesundheitsthemen in die Stadtteile

Esra Helbach erinnert sich noch genau daran, wie ihre Mutter für ihren ersten Einsatz als KoGi-Lotsin probte. „Sie hielt ihren Vortag vor meiner Schwester und mir.“ Esra lacht. „Ich war ganz aufgeregt damals, also habe ich vor meinen Kindern geübt“, erzählt Bouchra Helbach, die Mutter. 2013 war das. Inzwischen hat das eine Kind, Esra, ihr Abitur gemacht und sich selbst zur KoGi-Elementarlotsin ausbilden lassen.

Und so sitzen Mutter und Tochter nun an einem heißen Hochsommertag im Elterncafé der Arche in Griesheim und sprechen mit fünf Frauen über Gewalt unter Kindern. Einige der Frauen haben ihre Kinder dabei, manche können nur kurz bleiben, wollen aber dennoch unbedingt teilnehmen. Das Elterncafé der Arche ist ein wichtiger Treffpunkt im Stadtteil.

Genau hier setzt das Projekt Kommunale Gesundheitsinitiativen interkulturell, kurz KoGi, initiiert vom Gesundheitsamt Frankfurt, an: Gesundheitsthemen dorthin bringen, wo die Leute sind. Sie über Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit, das deutsche Gesundheitssystem, Medienkonsum oder Impfungen aufklären – in einfachem Deutsch oder in ihrer Muttersprache.

Informationen in 32 Sprachen

Seit 2007 gibt es KoGi, beim Gesundheitsamtes Frankfurt und seit 2020 ist der Verein Kinder im Zentrum Gallus e.V. – Mehrgenerationenhaus Gallus als Kooperationspartner dabei. Im Rahmen des Projektes können sich Frankfurter:innen zu ehrenamtlichen Gesundheitslots:innen ausbilden lassen. Im Jahr 2021 wurden erstmals auch Elementarlots:innen ausgebildet. Der Schwerpunkt ihrer kostenlosen Beratung liegt auf Fragen, die sich Eltern von Kindern im Krippen-, Kindergarten- und Grundschulalter stellen – wie sieht ein gesundes Frühstück aus? Ab welchem Alter darf mein Kind am Handy spielen? Die Ausbildung zu Elementarlots:innen wird für 4 Jahre im Rahmen der zielgruppenspezifischen Interventionen mit Mitteln des Präventionsgesetzes von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gefördert.

Nun wurde das von Gesundheitsamt initiierte Projekt „KoGi Lotsen zur Elternbildung in (Grund-)schulen, Krippen und Kitas“ mit dem zweiten Platz des Zukunftspreises 2022 zum Schwerpunkt Gesundheitskompetenz des Verbands der Ersatzkassen ausgezeichnet. „Das macht uns natürlich sehr stolz“, sagt Stefan Majer, Gesundheitsdezernent der Stadt Frankfurt am Main. „KoGi ist aber auch ein wirklich tolles Projekt. Aktuell haben wir in Frankfurt 80 Gesundheitslots:innen und 62 Elementarlot:sinnen, die in 32 Sprachen über Gesundheitsthemen aller Art informieren und damit einen immens wichtigen Beitrag leisten. Denn um möglichst viele Menschen in unserer Stadt zu erreichen und ihnen einen leichten Zugang zum Gesundheitssystem zu gewähren, müssen wir zu ihnen in die Statteile gehen. Interkulturelle Gesundheitsaufklärung ist besonders in einer internationalen Stadt wie Frankfurt wichtig und notwendig“.

Zwei Monate Ausbildung

Die Ausbildung dauert rund zwei Monate, zweimal pro Woche werden die Anwärter:innen zu den verschiedensten Gesundheitsthemen geschult. Das Gesundheitsamt erarbeitet gemeinsam mit dem Verein Kinder im Zentrum Gallus e.V. – Mehrgenerationenhaus Gallus das Curriculum. Einen großen Teil der Schulungen übernehmen Expert:innen des Amtes, das Mehrgenerationenhaus ist verantwortlich für die Koordinierung des Projekts, vermittelt Kontakte und Termine der Lots:innen. „Die KoGi-Anwärter:innen absolvieren ihre Ausbildung oftmals neben ihrem Beruf. Und auch in ihre Einsätze investieren sie viel Zeit: Sie lesen sich in die einzelnen Themen ein, halten Vorträge und stellen die Präsentationen vor. Sie machen wirklich einen tollen Job. Mit ihrer Unterstützung können wir den Menschen vor Ort ein niedrigschwelliges Informationsangebot machen, sie auf Wunsch in ihrer Muttersprache beraten und damit auch kulturelle Barrieren abbauen“, sagt Dr. Peter Tinnemann, Leiter des Gesundheitsamtes.

Der Termin im Elterncafé der Arche in Griesheim muss mangels Beamer ohne die Präsentation auskommen. Stattdessen gibt es Kaffee, Tee, Obst und Brötchen. „Was wollen Sie wissen?“, fragt Esra in die Runde. Eine der Mütter antwortet prompt: „Was kann ich tun, wenn es einen Konflikt zwischen meinem Kind und einem anderen gibt? Soll ich mich als Mutter einmischen?“ Schon entspinnt sich eine lebhaftige Diskussion.

Gespräche auf Augenhöhe

„Ihr könnt ruhig eure Fragen dazwischen rufen“, ermuntert Bouchra Helbach die Gruppe. Und so stellen die Frauen rund anderthalb Stunden lang zum Thema "Gewalt und Konflikte in Familien und unter Kindern" ihre Fragen über Mobbing, über Medienkonsum und darüber, wie wichtig Beschäftigung, etwa Musik oder Sport, für Kinder ist. Sie erfahren, dass man Probleme nicht kleinreden sollte, ruhiges Zuhören ohne Bewertung fast immer hilft – den Kleinen und den Großen – und man Kindern vermitteln sollte, dass Streit zum Leben dazu gehört. Esra spricht von Erfahrungen, die sie als Kind gemacht hat. Bouchra aus der Perspektive einer Mutter mit Migrationshintergrund. Sie sagt Dinge wie „Es ist okay, zwei Meinungen zu haben. Man sollte aber darüber diskutieren können und auch immer bedenken, dass der andere vielleicht auch gerade ein Problem hat.“ Und wie sie das so sagt, hat man als Zuhörer:in nie das Gefühl, sie wollte belehren. Vielmehr spricht sie als Mutter zu Müttern.

Bouchra Helbach ist Sozialbetreuerin. Sie stammt aus Marokko und lebt seit 22 Jahren in Deutschland. Ihre beiden Töchter kamen in Frankfurt zur Welt. „Ich habe zwei Nationen, das ist doch super“, sagt sie. KoGi-Lotsin wurde sie, nachdem man ihr mit dem Satz „Machen Sie doch mit“ auf einer Veranstaltung einen Zettel in die Hand drückte. „Und ich dachte: Wow! Toll, dass es so etwas gibt und ich mitmachen kann.“ Zwei bis drei Einsätze als Lotsin hat sie pro Monat. Ihrer Tochter Esra steht sie bei deren ersten Terminen als Mentorin zur Seite, so wie auch alle anderen KoGi-Neulinge von erfahrenen Lots:innen begleitet werden.

Von der Mutter inspiriert

Esra hat das Ehrenamt ihrer Mutter über Jahre neugierig beobachtet. In ihrer Schule war sie Digital-Mentorin. „Nachdem ich mein Abitur hatte, sagte meine Mutter: Mach das doch auch, du hast doch jetzt Zeit.“ Also hat sich Esra zum Lehrgang angemeldet, zwei Monate lang gebüffelt und im Juli ihr Ausbildungszertifikat erhalten. „Ich habe aus jedem Thema für mich persönlich etwas mitgenommen. Selbst so viel lernen und dieses Wissen jetzt weitergeben zu können – dafür bin ich sehr dankbar.“

Die schönsten Momente, da sind sich Mutter und Tochter einig, sind die „bei denen es bei den Leuten Klick macht.“ Man könne das manchmal genau an den Reaktionen der Zuhörer:innen ablesen, etwa wenn noch mal eine Nachfrage kommt oder ein Satz fällt wie: „Ich muss wirklich besser darauf achten, wie ich mit meinem Kind spreche“. Dann wissen Esra und Bouchra Helbach, dass sie ihr Wissen wirklich weitergeben konnten. Und dass es vielleicht sogar weitergetragen wird, in die Familien, die Kitas, Schulen und Stadtteile.