

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 77

Datum: 9. Oktober 2025

teamw()rk für Gesundheit und Arbeit

Ein Schritt zu mehr Lebensqualität: Wie Gesundheitskurse Bürgergeld-Empfangende unterstützen

Wenn physische und psychische Beschwerden den Wiedereinstieg in die Arbeitswelt erschweren und wie das Projekt teamw()rk ansetzt, um Hürden abzubauen

Wer gesund ist, kann arbeiten und am Leben teilhaben. Doch viele Bürgergeld-Empfangende leiden unter starken physischen und psychischen Belastungen. Diese verhindern oft den Wiedereinstieg in die Arbeit. Gezielte gesundheitsförderliche Angebote schaffen die Grundlage dafür, dass Menschen wieder belastbar werden, Kraft gewinnen und Schritt-für-Schritt den Weg in Beschäftigung finden.

Seit 2017 arbeitet das Jobcenter Landeshauptstadt Magdeburg im Programm teamw()rk mit der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V., um hier Unterstützung zu bieten. Ein zentrales Ziel ist es, Menschen wie Herrn Ruge, gesundheitlich zu stabilisieren und die Lebensqualität zu verbessern.

„Der Druck, den man als Arbeitsloser spürt, ist enorm. Mir hat das Training geholfen, wieder mehr Ruhe und Struktur in meinen Alltag zu bringen“ – so Andreas Ruge. Er war zuletzt selbstständig und gibt weiter an: „Durch die Teilnahme an dem Kurs konnte ich bereits neue Kontakte knüpfen und fühle mich, als würde ich wieder an der Gesellschaft teilnehmen.“



Die anhaltend hohe Nachfrage belegt den dringenden Bedarf der Unterstützung: allein im Jahr 2024 nahmen 85 Personen und im laufenden Jahr bereits über 70 Personen teil.

Um vielfältige gesundheitsförderliche Angebote zu bieten, bestehen im Rahmen von teamw()rk zahlreiche Kooperationen mit ortsansässigen Anbieter*innen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Entspannung und Stressbewältigung. Eine wichtige Partnerin ist seit drei Jahren die Physiotherapiepraxis Physio-Balance in Magdeburg. Sie bietet zwei speziell auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden zugeschnittenen Angebote, um den durch Arbeitslosigkeit verursachten inneren Druck und Stress abzubauen. Das Programm schafft eine Brücke zwischen mentaler und körperlicher Gesundheit, denn psychische Belastungen äußern sich häufig in physischen Beschwerden.

Teilnehmende können entweder an bestehenden Kursen wie *Gesunder Rücken* oder *Sanftes Yoga* teilnehmen oder in einer festen Gruppe grundlegende Techniken der Atemübungen und autogenes Training erlernen. Diese einfachen, aber wirkungsvollen Methoden können leicht in den Alltag integriert werden und schaffen so eine nachhaltige Grundlage für mehr Wohlbefinden.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT





„Mit teamw()rk schaffen wir eine Beständigkeit und ein Angebot, das den Teilnehmenden hilft, die psychische und physische Gesundheit miteinander zu verbinden und aufzubauen“, so Andrea Gläß der Physiotherapie Physio-Balance. „Wir sehen, wie gut das Angebot angenommen wird, insbesondere von Männern. Es ist eine wertvolle Hilfe, um den Kreislauf aus Stress und körperlichen Beschwerden zu durchbrechen.“

Die enge Kooperation mit lokalen Anbietern wie Physio-Balance stellt sicher, dass die Angebote

nachhaltig und auf die spezifischen Bedarfe der Menschen in Magdeburg zugeschnitten sind.

Weitere Informationen erhalten interessierte Bürgergeldbeziehende bei ihren persönlichen Ansprechpartnern im Jobcenter Landeshauptstadt Magdeburg.

Hintergrundinformationen:

Die Teilnahme an den kostenlosen Gesundheitskursen des Programms teamw()rk erfolgt auf freiwilliger Basis. Sie werden in den einzelnen Beratungsgesprächen durch die Integrationsfachkräfte angeboten. Die Kursangebote und Inhalte ändern sich je nach Nachfrage und aktuellen gesellschaftlichen Schwerpunkten und Zielgruppen. Startende Kurse werden immerwährend auf der Internetseite des Jobcenters Landeshauptstadt Magdeburg unter www.jobcenter-md.de aufgeführt. Kooperationspartner sind Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., das Jobcenter Landeshauptstadt Magdeburg und das GKV-Bündnis für Gesundheit.

Ihr*e Ansprechpartner*in: Chris Spiske, LVG, Telefon 0391/28 86 83-0

Als Fotonachweis gilt: Jobcenter Magdeburg

Hintergrund

Das am 25.07.2015 in Kraft getretene Präventionsgesetz legt einen besonderen Schwerpunkt auf Prävention und Gesundheitsförderung in Lebenswelten (Settings). Gesetzliche Krankenkassen und ihre Kooperationspartner sollen zusammen noch stärker als bisher mit Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen aktiv auf Menschen in verschiedenen Lebenslagen zugehen. Ein Kernziel ist es, die Auswirkungen sozialer Benachteiligung auf die Gesundheit zu mildern. Dies geschieht bundesweit für arbeitslose Menschen mit dem Programm „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“, welches das Projekt „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung“ ablöst. In Sachsen-Anhalt sind die Jobcenter der Landkreise Anhalt-Bitterfeld, Dessau-Roßlau, Jerichower Land, Mansfeld-Südharz, Stendal und Wittenberg sowie der Landeshauptstadt Magdeburg und die Agentur für Arbeit Sachsen-Anhalt Süd Geschäftsstelle Sangerhausen beteiligt.