

Orientierungshilfe Angebotsspektrum für Vermittlungen im Rahmen von Social Prescribing

Mögliche Kooperationsangebote für Social Prescribing sind lokale, nichtklinische Angebote, wobei das Spektrum der für Social Prescribing genutzten Angebote sehr breit gefächert ist und von vielfältigen lokalen Gesundheitsförderungsmaßnahmen bis zu Beratungsangeboten und Gemeinschaftsaktivitäten reicht. Es ist darauf zu achten, für welche konkrete Zielgruppe die Angebote sind (Alter, Thema, Geschlecht etc.), aber auch darauf, wie diese zu erreichen sind und welche Zugangsvoraussetzungen es gibt (Warteliste, Teilnahmekosten etc.).

Folgende Liste soll veranschaulichen, mit welchen Angeboten kooperiert werden könnte:

Beratung und Unterstützung

Behörden/offizielle Stellen, z. B.

- » Arbeitsmarktservice
- » Kinder- und Jugendhilfe
- » Sozialamt
- » Wohnungsamt

Beratende Angebote, z. B.

- » Beratungs- und Unterstützungsangebote für ausgewählte Zielgruppen
 - » *Beratungsdienst für pflegende Angehörige*
 - » *Familien-/Elternberatung*
 - » *Frauenberatung*
 - » *Frühe-Hilfen-Netzwerk*
 - » *Männerberatung*
 - » *Seniorenberatung*
 - » *Suchtberatungen*
- » Rechts- und Sozialberatung:
 - » *juristischer Beistand*
 - » *Migrationsberatung*
 - » *Schuldnerberatung*
 - » *Sozialberatung*
 - » *Wohnberatung*

Bildung, Information

Angebote, die die Gesundheitskompetenz stärken

Vernetzung zu Gesundheitsinformationen, z. B.

- » „Bibliotherapie“: Verweis auf Selbsthilfe- oder Sachbücher in öffentlichen Bibliotheken
- » Frauen- und Männergesundheitszentren
- » Gesundheitskompetenzcoaching
- » Gesundheitslotsinnen/Gesundheitslotsen
- » Volkshochschulen

Kognitive Angebote

Vernetzung zu formellen Lernressourcen, z. B.

- » Büchereien
- » Gedächtnistraining
- » Lerncafés
- » Literatur- und Lesekreis
- » Spielereffs (Kartenspiele etc.)
- » Sprachkurse
- » Volkshochschulen

Gesundheitsfördernde Angebote

„Grüne Angebote“ – Aktivitäten in der Natur

Aktivitäten in der Natur, um physische und psychische Gesundheit zu stärken, z. B.

- » geführte Wanderungen
- » gemeinsames Gärtnern
- » gemeinsames Gehen
- » Spaziergänge in Parks
- » Tiergestützte Angebote
 - » „Dackel auf Rezept“ – Spazierengehen mit Hunden aus dem Tierheim
 - » Hippotherapie
 - » Wanderung mit Eseln, Alpakas, Pferden, etc.

Lebensstilbezogene Angebote

breite Palette an Aktivitäten, um Patientinnen und Patienten zu motivieren, verschiedene Dinge auszu- probieren und neue Fähigkeiten zu entwickeln, aber auch neue Bekanntschaften zu machen, z. B.

- » Achtsamkeit
 - » Meditationskurse
 - » Yoga

- » Bewegung
 - » *Seniorentanzen*
 - » *Sportinitiativen*
 - » *Sportverein*
 - » *Vitaltraining*
- » Ernährung
 - » *Ernährungsberatung*
 - » *gemeinsames Kochen*
 - » *Kochkurse*

Kunst und Kultur

Kreative Angebote

Vernetzung zu künstlerischen Angeboten, z. B.

- » Kreativgruppen (Stricken, Häkeln etc.)
- » Laientheatergruppen
- » Malkurse
- » musikalische Angebote
 - » *Chöre/Singgruppen*
 - » *Instrumentalmusikgruppen*
 - » *Musikschule*

Kulturelle Angebote

Vernetzung zu kulturellen Aktivitäten, z. B.

- » geführte Museumsbesuche
- » gemeinsame Kinobesuche
- » gemeinsame Theaterbesuche
- » lokales Kulturzentrum

Soziale Teilhabe

Entlastungsangebote für ausgewählte Zielgruppen, z. B.

- » für pflegende Angehörige (z. B. Care und Case Management)
- » kommunale Kinderbetreuungsgruppen
- » Partnerschaften für Asylsuchende
- » Selbsthilfegruppen (z. B. für alleinerziehende Eltern, Trauer, Sucht etc.)

Freiwilligenarbeit

Vernetzung sowohl zur Nutzung von bestehenden Angeboten der Freiwilligenarbeit zur Unterstützung der Patientinnen und Patienten im Alltag als auch zur Teilnahme an Freiwilligenarbeit als mögliche sinnstiftende Aktivität für Patientinnen und Patienten und als Möglichkeit der Vernetzung, z. B.

- » Begleit- und Besuchsdienste
- » Ehrenamtliche Leihomas/Leihopas
- » Ehrenamtsbörse
- » Lernhilfe

Soziale Angebote

Angebote, die Patientinnen und Patienten im Kontaktaufbau und Austausch mit anderen, womöglich auch mit ihren „Peers“ (hinsichtlich ihrer Religion, des Alters, der Interessen, des Lebensorts etc.), unterstützen, z. B.

- » Austausch-/Vernetzungsangebote für ausgewählte Zielgruppen
 - » *Alleinerziehendencafé*
 - » *Erinnerungscafé (Demenzkranken Personen und Angehörige)*
 - » *Frauengruppen*
 - » *Jugendgruppen*
 - » *Selbsthilfegruppen*
 - » *Seniorenverbände*
 - » *Treffen pflegender Angehöriger*
- » Erzählcafés
- » Gemeindezentrum
- » Nachbarschaftshilfe, Nachbarschaftsnetzwerke
- » religiöse und kulturelle Institutionen
- » telefonische Kontaktdienste
- » Vereine aller Art
- » Zeitbank (Timebanks) (gegenseitiges freiwilliges Hilfsprogramm, bei dem Menschen anderen Zeit und somit Hilfe geben)