

GEMEINSAME PRESSEMITTEILUNG

Gesundheitsförderung für Menschen in schwierigen Lebenslagen
**Projekt „Hol di fuchtig – Gesund hinterm Deich“ in Nordfriesland erfolgreich
gestartet**

Husum/Kiel, 29. September 2026. Das Projekt „Hol di fuchtig – Gesund hinterm Deich“ ist mit verschiedenen Workshops an mehreren Orten in Nordfriesland erfolgreich gestartet. Das Besondere an dem neuen Projekt ist die Zielgruppe, die für Maßnahmen der Gesundheitsförderung bisher nur sehr schwer zu erreichen war.

Ziel des Projekts ist es, wohnungslose und von Wohnungslosigkeit bedrohte Menschen mit niedrigschwelligen Angeboten zu den Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung zu erreichen und ihre gesundheitlichen Ressourcen zu stärken.

„Hol di fuchtig – Gesund hinterm Deich“ ist im Juni in Husum, Tönning und St. Peter-Ording gestartet. Der plattdeutsche Titel steht sinnbildlich für das Anliegen des Projekts, Menschen in schwierigen Lebenslagen dabei zu unterstützen, auf ihre Gesundheit zu achten und ihr Wohlbefinden zu stärken. „Hol di fuchtig“ lässt sich nicht wörtlich übersetzen. Frei übersetzt bedeutet es etwa "Halt die Ohren steif!", "Mach es gut!" oder "Bleib gesund und munter!"

Umgesetzt wird das Projekt vom Diakonischen Werk Husum. Die Angebote orientieren sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden und finden in ihrem direkten Lebensumfeld statt. Neben der Vermittlung von Gesundheitswissen stehen vor allem praktische und alltagstaugliche Ansätze im Mittelpunkt.

„Menschen in schwierigen sozialen Lebenslagen profitieren in der Regel seltener von klassischen Präventionsangeboten als andere“, betont Claudia Straub, Leiterin der Landesvertretung Schleswig-Holstein des Verbandes der Ersatzkassen e. V. (vdek). „Mit „Hol di fuchtig“ schaffen wir Angebote, die diese Menschen in ihrem Alltag erreichen und so einen Beitrag zur gesundheitlichen Chancengerechtigkeit leisten.“

Die ersten Veranstaltungen haben gezeigt, wie unterschiedlich die Lebenssituationen und die Bedürfnisse der Teilnehmenden sind. „Deshalb ist es so wichtig, flexibel auf die individuellen Bedarfe einzugehen und die Angebote gemeinsam mit ihnen zu gestalten“, erklärt die Projektkoordinatorin beim Diakonischen Werk Husum, Sabine Otto. „Die ersten Workshops haben unseren Ansatz bestätigt, dass alltagsnahe Gesundheitsangebote auf großes Interesse stoßen.“

Nach dem erfolgreichen Start mit dem Fokus auf gesunde Ernährung werden in den kommenden Monaten weitere Angebote zu Bewegung und Entspannung folgen. Das Projekt wird fortlaufend begleitet und ausgewertet, um Erkenntnisse für die Gesundheitsförderung von Menschen in schwierigen Lebenslagen zu gewinnen. Das Projekt läuft bis Ende 2027.

Förderhinweis

Das Projekt „Hol di fuchtig – Gesund hinterm Deich“ wird gefördert durch den Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) im Namen und Auftrag der Ersatzkassen (Techniker Krankenkasse (TK), BARMER, DAK-Gesundheit, KKH Kaufmännische Krankenkasse, hkk – Handelskrankenkasse und HEK – Hanseatische Krankenkasse).

Ansprechpartnerin für die Medien:

Projektkoordinatorin Sabine Otto
Diakonisches Werk Husum gGmbH
Theodor-Storm-Str.7
25813 Husum
Mobil: 0151 / 52 13 68 41
E-Mail: sabine.otto@dw-husum.de