Über uns – die KGC in Rheinland-Pfalz

Die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Rheinland-Pfalz (KGC) ist bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) angesiedelt und wird gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach §20a SGB V. Weitere Förderer sind das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz und die Unfallkasse Rheinland-Pfalz.

Die KGC hat das Ziel, die Gesundheit sozial benachteiligter Menschen zu stärken und chancengerechte Rahmenbedingungen für Gesundheit zu unterstützen.

Kontakt

Silke Wiedemuth, Telefon 06131 2069-18,
E-Mail swiedemuth@lzg-rlp.de
Anne Häffner, Telefon 06131 2069-64,
E-Mail ahaeffner@lzg-rlp.de

Herausgegeben von der

Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit in der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8
55131 Mainz
Telefon 06131 2069-0
info@lzg-rlp.de
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.
Susanne Herbel-Hilgert
Geschäftsführerin

LZG Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland Die Gesundheitskasse.
BKK Landesverband Mitte
IKK Südwest
Knappschaft für meine Gesundheit!
SVLFG
vdek Die Ersatzkassen

Weitere Förderer und Unterstützer:
Rheinland-Pfalz Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit
UK RLP Unfallkasse Rheinland-Pfalz

07 2025

Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit
Kommunaler Partnerprozess Gesundheit für alle

GKV-Bündnis für **GESUNDHEIT** in Rheinland-Pfalz

© Peter Pulkowski

Online
18. Juni 2025

Das Regenbogenmodell der Gesundheit

Eine Methode, um mit Menschen mit geistiger Behinderung ins Gespräch über Gesundheitsthemen zu kommen

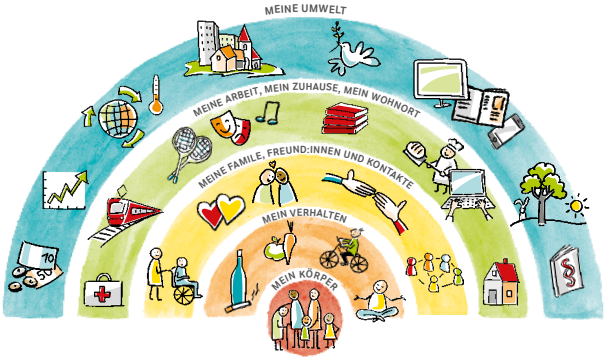
Einladung zur **Online-Informationsveranstaltung**
am 18. Juni 2025

Gesundheit verstehen mit dem Regenbogenmodell

Das Regenbogenmodell der Gesundheit von Dahlgren und Whitehead (1991) zeigt auf, welche vielfältigen individuellen und äußeren Faktoren unsere Gesundheit beeinflussen. Es ist ein anschauliches Mittel, um das Verständnis für die Wechselwirkungen zwischen Mensch, Verhalten, Umwelt und Gesundheit zu fördern.

Für mehr Selbstbestimmung und Partizipation

Das Regenbogenmodell kann in der Gesundheitsbildung eingesetzt werden, um Menschen mit geistiger Behinderung zu befähigen, ein höheres Maß an Selbstbestimmung über die eigene Gesundheit zu erreichen. Anhand von Symbolen auf fünf Ebenen kann im Gespräch erarbeitet werden, was im eigenen Lebens- und Arbeitsalltag zur Gesundheit beiträgt. So können spezifische Bedürfnisse identifiziert und mögliche Verhaltensänderungen entwickelt werden – auf der persönlichen Ebene (z. B. weniger Rauchen) wie auch auf der strukturellen Ebene (z. B. die Bedingungen in der Wohngemeinschaft mitgestalten). Ein solcher partizipativer Ansatz stärkt die Eigenverantwortung und trägt zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit geistiger Behinderung bei.



Ein Beitrag zur gesundheitlichen Chancengleichheit

Um einen spielerischen und niedrigschwelligen Zugang zum Regenbogenmodell zu ermöglichen, hat die Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit Rheinland-Pfalz (KGC) eine Drehscheibe entwickelt.

Durch Drehen öffnet sich jeweils eine Sektion zu den Ebenen:

- Mein Körper
- Mein Verhalten
- Meine Familie / Freundschaften und Kontakte
- Meine Arbeit / Mein Zuhause / Mein Wohnort
- Meine Umwelt.

Kurze Erklärungen und reflexive Fragen regen den Austausch darüber an, was die individuelle Gesundheit auf jeder Ebene beeinflusst und welchen Anteil man selbst daran hat.

Symbolkarten

Die Drehscheibe wird ergänzt durch ein Set aus Symbolkarten. Um die verschiedenen Möglichkeiten der Arbeit mit den Karten zu dokumentieren, wurde eine Methodensammlung angelegt, die ständig wächst. Wenn Sie eigene methodische Ansätze sehen, das Regenbogenmodell und die Symbolkarten bei Menschen mit geistiger Behinderung einzusetzen, teilen Sie uns diese gerne mit!

Sie können die Methodensammlung hier herunterladen: www.lzg-rlp.de/de/materialien.html

Quelle Regenbogenmodell: LZG (Illustration: Ulrike Speyer), angelehnt an Dahlgren, G. & Whitehead, M. (1991)

Online-Informationsveranstaltung

Für Interessierte, die mit Menschen mit geistiger oder mehrfacher Behinderung arbeiten und das Regenbogenmodell praktisch einsetzen möchten, bietet die KGC eine Ideenwerkstatt per Zoom an. Ziel ist, das Modell sowie nutzbare Materialien und Methoden kennenzulernen. Gemeinsam können Erfahrungen ausgetauscht und Ideen für die Anwendung entwickelt werden.

Termin:

Mittwoch, 18. Juni 2025, 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr
Sie sind herzlich zur Teilnahme eingeladen!

Weitere Information und die Anmeldemöglichkeit finden Sie hier:
www.lzg-rlp.de/de/veranstaltungen-1143.html