

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

prävention = denken + handeln



Herausgeber:

Johannes Georg Gostomzyk, Martina Christine Enke



Impressum

© Landeszentrale für Gesundheit
in Bayern e.V. (LZG), 2009
Pfarrstraße 3, 80538 München
Die LZG wird gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für
Umwelt und Gesundheit.

Herausgeber: Prof. Dr. med. Johannes Georg Gostomzyk, Augsburg
Dr. med. Martina Christine Enke, Augsburg
Redaktion: Martina Enke
Gestaltung und Druckdaten: Manfred Dilling, Eurasburg
Druck: MDV Maristen Druck & Verlag GmbH, Furth

ISBN 978-3-933725-30-1

Hinweis: Die Personenbezeichnungen in dieser Schrift beziehen sich, wenn nicht ausdrücklich differenziert, gleichermaßen auf Frauen wie auf Männer. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde jedoch darauf verzichtet, in jedem Fall beide Geschlechter zu benennen.

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

Herausgeber

Johannes Georg Gostomzyk
Martina Christine Enke

Band 21 Schriftenreihe der Landeszentrale für Gesundheit in Bayern

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

Inhalt

Vorwort	13
Johannes Georg Gostomzyk	

Ausgezeichnete Projekte

1. FREUNDE	18
Ein Präventionsangebot für Kindertageseinrichtungen – Bausteine zur Förderung der Lebenskompetenzen	
2. Suchtprävention in der Gemeinde Veitsbronn	28
Ein Gesamtkonzept der Gemeindejugendpflege	
3. Interkulturelles Betriebliches Gesundheitsmanagement (IGBM)	40
Ein Pilotprojekt zur Gesundheitsförderung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit Migrationshintergrund in der Automobilbranche	

Belobigte Projekte

Heute für morgen	146
Erhebung von Lebensstil und Herz-Kreislauf-Risiko bei 27.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der BMW Group	
PAKT: Prevention through Acitivity in Kindergarten Trial	52
Die Universitäts-Kinderklinik Würzburg bringt in Zusammenarbeit mit Kindergärten der Region mehr Bewegung in den Alltag von Kindern und ihren Eltern	
Mehr als gewohnt	112
Stadtteile machen sich stark für Gesundheitsförderung in der Innenstadt Fürth	
Miteinander Bürger gewinnen für eine nachhaltig-gesunde Zukunft	108
Die Volkshochschule im Landkreis Amberg-Regen engagiert sich für Gesundheitsbildung in der Region	

Donna sana – Ausbildung und gesunde Lebensweise für Mädchen und junge Frauen	152
Gesundheitsaktionswochen der Beruflichen Bildung des Bayerischen Roten Kreuzes, Kreisverband München	
Streng dich an – doch bleib gesund	154
Das Berufsbildungswerk der Stiftung St. Zeno Kirchseeon fördert rückengerechtes Verhalten am Arbeitsplatz	
Alkorapical	90
Ein HipHop-Musical von Jugendlichen für Jugendliche in Nürnberg	
Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen	48
Landsberger Eltern-ABC	50
Ein Kooperationsprojekt des Landratsamtes und der SOS-Kinderdorf-Beratungsstellen begleitet Eltern bis zum 3. Geburtstag ihres Kindes	
PAKT: Prevention through Acitivity in Kindergarten Trial	52
Die Universitäts-Kinderklinik Würzburg bringt in Zusammenarbeit mit Kindergärten der Region mehr Bewegung in den Alltag von Kindern und ihren Eltern	
Mach mit – bleib fit!	54
Der Kindergarten St. Elisabeth in Scheinfeld geht „Mit gesunden Gewohnheiten durch das Kindergartenjahr“	
Der Natur auf der Spur	56
Eine Fortbildung für das pädagogische Personal des Städtischen KinderTagesZentrums „Kinderglobus“ in München	
Bewegungsspaß hoch 7	58
Förderung von motorischen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten von Kindern im Vorschul- und Grundschulalter in Rehau	
TopfFit in die Schule	60
Ein Ernährungs- und Bewegungsprojekt für die erste Klassenstufe der Grundschule in Kempten	

Klasse2000	62
Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtvorbeugung in der Grundschule	
Gesundheit macht Schule ... nach Sebastian Kneipp	64
Ein Programm des Kneipp-Bundes für ganzheitliche Gesundheitserziehung in Grundschulen	
mach mit – ohne Auto fit!	66
Ein Modellprojekt der Lokalen Agenda 21 in Landshut mit der Grundschule Carl Orff für Schulkinder und ihre Eltern	
Fit Kids mit Kneipp®	68
Ein Programm für übergewichtige Kinder im Grundschulalter	
Offene Gesprächsgruppe für Teenies ab 11	70
Ein Angebot für Kinder aus suchtbelasteten Familien in München	
Unterwegs „in Sachen Gesundheit“	72
Gesundheitsvorsorge für Kinder während der Gesundheitstage der SaniPlus-Apotheke in München-Neuperlach	
Gesundes Lernen für eine gesunde Zukunft	74
Ein Aktionstag zum „Bewegten Sitzen“ für Schülerinnen und Schüler	
Gesunder Lifestyle	76
Schülerinnen des Maria Ward-Gymnasiums in München beschäftigen sich mit dem Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit	
Muskuläre Dysbalancen bei Schülerinnen und Schülern der gymnasialen Mittelstufe	78
Erstellung eines fächerübergreifenden Unterrichtsmodells als Maßnahme und Prophylaxe gegen Haltungsschwächen	
Sozialkompetenzförderung bei geistig beeinträchtigten Jugendlichen	80
Cheerleading als Förderungsmöglichkeit im Hinblick auf ganzheitliche Gesundheit am Beispiel einer Gruppe behinderter Schülerinnen in Ingolstadt	
Kompetenznetz Prävention Garmisch-Partenkirchen	82
Eine Internetplattform informiert über Präventionsangebote für Kindergärten, Schulen und Vereine im Landkreis	

Positiv denken – Negativ bleiben!	84
HIV-Prävention in der Jugendarbeit – Ein Gemeinschaftsprojekt von Lambda Bayern, 20+pos München und der Münchner Aidshilfe	
Interkultureller Mädchentreff	86
„Integration statt Perspektivlosigkeit, Vorbeugung statt Heilung“: Der Verein Jugendliche Deutsche aus Russland will in Ingolstadt „Integration gemeinsam schaffen“	
Sucht- und Konfliktbewältigung für jugendliche und heranwachsende Sinti, Roma und Jenische	88
Das 1. Landessekretariat Bayern für Sucht und Konfliktbewältigung bietet kultursensible Drogenprävention und Suchthilfe	
Alkorapical	90
Ein HipHop-Musical von Jugendlichen für Jugendliche in Nürnberg	
Auf Euer Wohl – Die Katertüte	92
Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen im Rahmen von Streetwork in Nürnberg	
NA TOLL! – Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen	94
Ein Multiplikatorenprojekt der Metropolregion Nürnberg	
Von der Party in die Notaufnahme	96
Jugendliche und Alkohol – Ein Ratgeber für Eltern	
Weg von der Flasche!	98
Das Nürnberger Jugendkulturhaus Luise veröffentlicht einen Musiksampler zum Thema Jugend und Alkohol	
Berauscht im Verein	100
Prävention und Umgang mit Suchtmittelkonsum – Eine Fortbildung für Jugendleiterinnen und Jugendleiter	
XXS ALARM	102
Vor Ort aktiv werden gegen den Schlankeitswahn – Ein Aktionswettbewerb in Regensburg	

Gesundheit in Kommune und Region	104
Bündnis für Familie im Landkreis Erlangen-Höchstadt	106
Ein Landkreis macht sich stark für Familien in unterschiedlichen Lebenslagen	
Miteinander Bürger gewinnen für eine nachhaltig-gesunde Zukunft	108
Die Volkshochschule im Landkreis Amberg-Sulzbach engagiert sich für Gesundheitsbildung in der Region	
Integrierte Demenzversorgung in Oberbayern (IDOB)	110
„Gemeinsam gegen das Vergessen“: Ein „Leuchtturmprojekt Demenz“ im Berchtesgadener Land und München-Ost	
Mehr als gewohnt	112
Stadtteile machen sich stark für Gesundheitsförderung in der Innenstadt Fürth	
Gesund leben im Stadtteil	114
Ein Gemeinschaftsprojekt für die Bewohnerinnen und Bewohner der Nürnberger Südstadt	
Damm bewegt sich	116
Niedrigschwellige Bewegungsangebote in einem Aschaffener Stadtteil mit besonderem Entwicklungsbedarf	
Würzburg bewegt sich – aufeinander zu	118
Aktionswochen zur Gesundheitsförderung mit dem Leitgedanken der gesundheitlichen Chancengleichheit	
Fürstenfelder Gesundheitstage	120
Ein jährlicher Treffpunkt zum Thema Gesundheit für Bürgerinnen und Bürger des Landkreises Fürstentum Coburg	
Laufend fit im Kneipp- und Kneipp-Unterallgäu	122
In der Unterallgäuer Gesundheitswoche wird ein Landkreis aktiv für Gesundheitsförderung und Prävention	
AIDS ein Gesicht geben	124
Eine gemeinsame Plakataktion der Aidsberatungen Oberfranken und Niederbayern setzt ein Zeichen gegen Verdrängung und Vergessen	

Mit Migranten für Migranten	126
Das Projekt „Interkulturelle Gesundheit in Bayern“ – MiMi Bayern 2008/2009	
BIG: Bewegung als Investition für die Zukunft	128
Gesundheitsförderung für Frauen in schwierigen Lebenslagen in Erlangen	
Fahrradkurse für Migrantinnen	130
Mobilität und Gesundheit fördern, Selbstbewusstsein stärken: Migrantinnen in München lernen das Radfahren	
Gruppenleiterin für Sport und Bewegung	132
Eine Qualifizierungsmaßnahme für Migrantinnen in München	
Strukturiertes Gesundheitstraining für Krebspatientinnen	134
Ein Programm am Klinikum Rosenheim unterstützt Frauen mit Brustkrebs bei der Krankheitsbewältigung nach dem Klinikaufenthalt	
GRENZen erLEBEN	136
Wie fühlt es sich an, an einer psychischen Störung zu leiden? Eine Erlebnisausstellung des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Caritas Zentrums Traunstein	
health 2.0 Hautkrebs-Screening: Gesundheit zum Mitmachen	138
Ein Thema – viele Perspektiven – ein Netzwerk: Ein Internet-gestütztes Projekt ermöglicht „vernetztes Lernen im Kontext“	
Glucohandy	140
Ein neuartiges Konzept ermöglicht Diabetikerinnen und Diabetikern die Blutzucker-Bestimmung mit Hilfe des Handys	
medi-ANSbach	142
Rehabilitation und Prävention in Ansbach: Eine Industriebranche wird zum „medi-Gelände“	

Gesundheit im Betrieb	145
Heute für morgen	146
Erhebung von Lebensstil und Herz-Kreislauf-Risiko bei 27.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der BMW Group	
Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung – Wirtschaftsraum Franken	148
Ein Zusammenschluss fränkischer Unternehmen bietet ein Forum für Information und Austausch	
Suchtprävention in Familie und Beruf	150
Betriebliches Gesundheitsmanagement in Burghausen: Borealis Polymere GmbH und OMV informieren über Suchtvorbeugung	
Donna sana – Ausbildung und gesunde Lebensweise für Mädchen und junge Frauen	152
Gesundheitsaktionswochen der Beruflichen Bildung des Bayerischen Roten Kreuzes, Kreisverband München	
Streng dich an – doch bleib gesund	154
Das Berufsbildungswerk der Stiftung St. Zeno Kirchseeon fördert rückengerechtes Verhalten am Arbeitsplatz	
Helfer helfen Helfern	156
Krisenintervention für Einsatzkräfte von Hilfsorganisationen im Berchtesgadener Land	
Betriebliche Gesundheitsfürsorge im Landratsamt Coburg	158
Der Arbeitskreis Gesundheit organisiert gesundheitsfördernde Maßnahmen für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	
Bewegung ist Leben	160
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ID.KOM GmbH in Kempten trainieren im firmeneigenen Fitnessraum	
Stresspause	162
Ein persönliches Präventionsprogramm zur Stressbewältigung: Coaching und Training per Telefon	

Vorwort

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

Johannes G. Gostomzyk

Zu dem zum achten Mal in Bayern ausgeschrieben BGPP wurden 58 Projekte termingerecht eingereicht, das entspricht zahlenmäßig der Rate früherer Jahre. Doch es gibt neue Teilnehmer im Wettbewerb und eine steigende Qualität der Projekte dahingehend, dass Präventionsziele, Zielgruppen, Interventions- und Evaluationsmethoden genauer definiert und umgesetzt wurden, im Sinne eines Lebenswelt-bezogenen Ansatzes (Setting-Ansatz).

Die Einsendungen berichten über singuläre Aktivitäten wie beispielsweise Gesundheitstage oder Vorträge, diese sind in der Präventionspraxis längst Standard, Berichte darüber treten in den Hintergrund zugunsten von strukturierten mittelfristig (Gesundheitswochen, Veranstaltungsreihen u.a.) und längerfristig (Gesundheitsmanagement im Betrieb, Integrierte Demenzversorgung u.a.) angelegten Projekten.

Einsender von Projektbeschreibungen waren Bürgerinitiativen, Vereine, Verbände, Betriebe, kommunale Ämter, Einrichtungen aus dem Bildungs- und Gesundheitsbereich u.a. Allerdings gibt weder die Zahl der Projekte noch ihre Vielfalt den Stand der gesellschaftlichen Verankerung der Prävention repräsentativ für Bayern wieder, jedoch ist rückschließend die Annahme berechtigt, dass Prävention und Gesundheitsförderung in vielen Bereichen des täglichen Lebens praktiziert werden. Die geographische Zuordnung der Projekte weist die Bezirke Oberbayern (15 Projekte) und Mittelfranken (14 Projekte) sowie die Stadt München (10 Projekte) als besonders aktive Regionen aus.

Die heuristische Auswertung der BGPP-Projekte ergibt eine Antwort auf die Frage nach den aktuell zu bewältigenden gesundheitlichen Risiken und legt offen, mit welchen kreativen Präventionsaktivitäten die Menschen darauf reagieren. Angesichts des vorgesehenen Finanzvolumens staatlicher Präventionsaktivitäten für massenmediale und pharmako-orientierte Intervention (ca. 500 Mio. Euro für eine erste selektive Massen-Gripeschutzimpfung) als Reaktion auf die Schweinegrippe-Pandemie bleibt die Bedeutung bürgerschaftlichen Präventionsengagements in Form von Aktivitäten und Projekten gut begründet ungeschmälert und unverzichtbar.

Präventives Handeln orientiert sich an den Krankheiten, die verhindert werden sol-

len. Infektionskrankheiten, wie die Schweinegrippe können sich in kürzester Zeit pandemieartig ausbreiten gegebenenfalls ist unverzüglich koordiniertes Handeln der für den hoheitlich organisierten Gesundheitsschutz und den in der GKV Verantwortlichen angezeigt und viel Geld ist in die Hand zu nehmen.

Die Präventionsstrategien gegenüber chronischen Krankheiten basieren auf dem Risikofaktorenkonzept, wonach Faktoren mit schwachen Wirkungen (Bewegungsmangel, Übergewicht, Stress u.a.) durch ihre Einwirkung über längere Zeit z.B. Herz-Kreislauf-Krankheiten verursachen können. Die rationale und durchaus erfolgreiche Strategie dagegen ist die Vermeidung von Risikofaktoren durch nachhaltige Verhaltens- und Verhältnisprävention. Neben der individuellen Verantwortung ist das eine Domäne bürgerschaftlich organisierter Prävention.

Die Prävention chronischer Krankheiten, die in den postindustriellen Gesellschaften mit Abstand die häufigsten Todesursachen stellen, bewegt sich eher gleichmäßig wie in ruhigem Fahrwasser. Aber sie ist durchaus in der Lage, sensibel und zeitnah auf neue Herausforderungen zu reagieren, wie beispielsweise die Projekte zum Suchtbereich im diesjährigen BGPP-Wettbewerb zeigen. In den zurückliegenden Jahren standen illegale Drogen im Mittelpunkt des Interesses. Die Projekte im BGPP 2009 befassen sich fast alle mit der Prävention des Alkoholmissbrauchs unter Jugendlichen, der derzeit epidemieartige Ausmaße annimmt.

Aus der Arbeitswelt signalisiert der Projektbericht über betriebliches Gesundheitsmanagement eine neue Qualität zum Thema Gesundheit in der Arbeitswelt. Gesundheitsschutz/Prävention am Arbeitsplatz hat in Deutschland eine lange Tradition. Es begann vor ca. 100 Jahren mit gesetzlichen Vorschriften zur Unfallverhütung (Gewerbeaufsicht), dann folgten Regelungen zum Schutz der Arbeiter vor stofflichen und physikalischen Emissionen und übermäßigen körperlichen Belastungen (MAK-Liste, Berufskrankheiten). Mit wachsender Akzeptanz des Salutogenese-Konzeptes seit den 90er Jahren kam die Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz hinzu, häufig unter Beteiligung von Betriebskrankenkassen oder anderen GKV-Kassen, u.a. mit der betriebswirtschaftlich interessanten Zielvorgabe der Vermeidung von krankheitsbedingten Fehltagen. Heute werden angesichts des demographischen Wandels und des prognostizierten Facharbeitermangels die Gesundheit der Beschäftigten und das bislang kaum ausgeschöpfte Präventionspotential bei älteren Mitarbeitern im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements systematisch entwickelt.

Gesundheitsförderung und Prävention sind erfolgreich, wenn sie das individuelle Verhalten und die Lebenswelt nachhaltig gesundheitsorientiert verändern, unabhängig davon, ob sie individuell, bürgerschaftlich oder hoheitlich organisiert werden.

Der individualisierte Mensch unserer Gesellschaft hat ideologiefreie Überzeugungen und möchte vernunftgeleitet handeln. Er ist gewinnorientiert und risikobereit auf die Wahrnehmung von Chancen ausgerichtet und soll angesichts gegenwärtiger Krisen eine wieder eher solidarisch ausgerichtete Werteordnung akzeptieren. Seine tatsächliche Lebensweise aber produziert zunehmend Risiken (Klimawandel usw.) und es ist begründet die Frage zu stellen, kann oder will er überhaupt anders leben? Im Wirtschaftsleben, aber auch in der Freizeit werden Risikosteigerungen akzeptiert, ja sogar mit emotionaler Anspannung gesucht, wenn damit auch die Gewinnchancen steigen. Scheinbar paradox dazu führt in der Gesundheitsprävention die Risikominimierung zu steigenden Chancen für unsere Gesundheit. Diese Aussicht allein löst allerdings nicht bei allen Menschen entsprechendes Handeln aus.

Die im BGPP 2009 präsentierten Projekte sind eine bunte Palette von Beispielen aus den verschiedensten Lebensbereichen, die zeigen, wie Gesundheitschancen durch bürgerschaftliches Engagement gesteigert werden können.

Prof. Dr. med. Johannes Georg Gostomzyk
Vorsitzender der Landeszentrale für Gesundheit in Bayern

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

Ausgezeichnete Projekte



Freunde

Präventionsangebot für Kindertageseinrichtungen
Bausteine zur Förderung der Lebenskompetenzen

1. FREUNDE – im Überblick

Seit nun zehn Jahren will FREUNDE die Lebenskompetenzen der Kinder bereits im frühen Alter umfassend stärken.

„Lebenskompetent ist, wer

- sich selbst kennt und mag,
- emphatisch ist,
- kritisch und kreativ denkt,
- kommunizieren und Beziehungen führen kann,
- durchdachte Entscheidungen trifft,
- erfolgreich Probleme löst
- und Gefühle und Stress bewältigen kann.“

(Gesundheitsförderung durch Lebenskompetenzprogramme in Deutschland, BzgA, Köln 2005)

FREUNDE ist ein standardisiertes Fortbildungsprogramm für Kindertageseinrichtungen mit Basisseminaren und Aufbau-seminaren, einer standardisierten Qualitätssicherung und mittlerweile fester Bestandteil der teilnehmenden Einrichtungen.

Im Kindergarten sammeln Kinder wertvolle Erfahrungen, die von wesentlicher Bedeutung für ihre weitere Sozialisation sind. Dort haben sie regelmäßig Kontakt zu gleichaltrigen Kindern, dort ist ein breites Übungs- und Lernfeld für die Entwicklung sozialer und emotionaler Fähigkeiten gegeben.

Zudem nimmt das pädagogische Fachpersonal durch seinen engen Kontakt zu den Kindern und Eltern eine zentrale Schlüsselrolle ein. Gleichzeitig sind Erzieherinnen, neben den Eltern, ein hilfreiches Modell bei der Entwicklung konstruktiver Verhaltensweisen, wie beispielsweise beim Thema Konfliktmanagement.

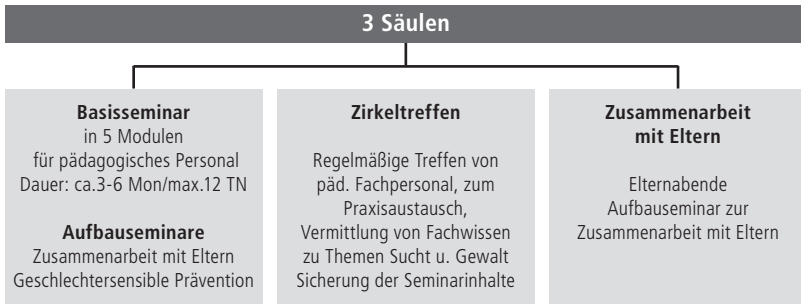


Abb. 1: Die drei Säulen von FREUNDE

Um die Einrichtungen bei dieser wichtigen Arbeit zu unterstützen, hat FREUNDE sein Fortbildungsangebot entwickelt.

Das Herzstück von FREUNDE ist das Basisseminar für pädagogische Fachkräfte der Kindertageseinrichtungen. Darauf aufbauend gibt es zwei Aufbauseminare. Die Nachhaltigkeit des Präventionsangebots von FREUNDE wird durch die Zirkel gesichert, die sich an ein Basisseminar anschließen und der Reflexion der dortigen Inhalte und der Begleitung bei der Umsetzung der Vorhaben dienen. Begleitend dazu gibt es ein Angebot für Eltern, meist in Form von Elternabenden, die Eltern bei ihrer Erziehungsarbeit unterstützen sollen. Durchgeführt werden diese Fortbildungsmaßnahmen für die Erzieherinnen von erfahrenen FREUNDE-Fachkräften in der jeweiligen Region.

2. Träger von FREUNDE

FREUNDE wurde im Jahr 1998 durch bayerische Rotary Clubs initiiert. Der institutionelle Vertreter von FREUNDE ist die Stiftung FREUNDE, welche die Finanzierung der überregionalen Aufgaben und der Projektleitung sichert. Vor Ort wird FREUNDE durch die jeweiligen Rotary Clubs und weitere Förderer finanziell unterstützt. Die erfolgreiche Verbreitung in Bayern hat zu Kooperationen in weiteren Bundesländern wie Saarland, Sachsen, Schleswig-Holstein und Baden-Württemberg geführt. Auch mit unseren österreichischen Nachbarn sind weitere Kooperationen in Vorbereitung.

3. Das FREUNDE-Basisseminar

Das Basisseminar bildet die inhaltliche und organisatorische Grundlage für die Umsetzung von FREUNDE. Es umfasst insgesamt 21 Zeitstunden im Laufe eines Zeitraums von ca. drei bis sechs Monaten und besteht aus zwei sechsstündigen und drei dreistündigen Basismodulen. In diesen Modulen wird die Grundlage für die Arbeit mit

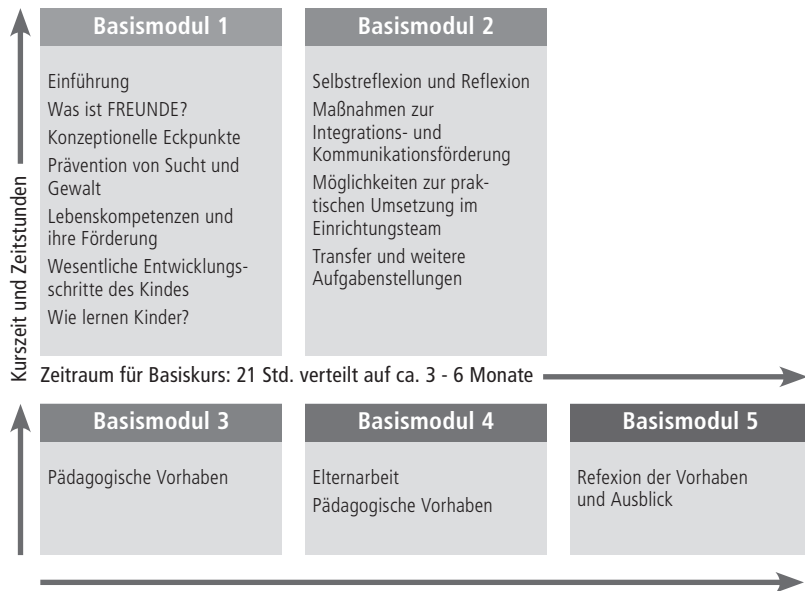


Abb. 2: Das FREUNDE-Basisseminar

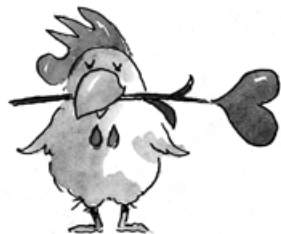
dem FREUNDE-Programm gelegt. Neben Grundlagen zur Lebenskompetenzförderung, Sucht- und Gewaltprävention, Kommunikation und Interaktion werden für die Arbeit mit den Kindern pädagogische Vorhaben vermittelt.

3.1. Die pädagogischen Vorhaben von FREUNDE

Diese pädagogischen Vorhaben wurden für die konkrete Arbeit mit den Kindern entwickelt und ermöglichen es den Kindertageseinrichtungen, Prävention im Alltag lebendig umzusetzen.

Mit viel Gefühl

Emotionale Kompetenz ist eine wichtige Voraussetzung für die gesunde Entwicklung der Kinder. **Mit viel Gefühl** hilft Kindern, ihre eigenen Gefühle und die anderer bewusst wahrzunehmen und mit ihnen umgehen zu können. Ziel dieses Vorhabens ist die kontinuierliche Arbeit mit dem Thema über das ganze Jahr und die Verankerung der Förderung der sozial-emotionalen Kompetenzen im Konzept der Einrichtungen.



MIT VIEL GEFÜHL



KINDER REDEN MIT

Kinder reden mit

Kinder haben ein Recht auf Beteiligung. Mit diesem Vorhaben setzen sich die Erzieherinnen über Möglichkeiten, Chancen und Grenzen von Beteiligungsformen in der Einrichtung auseinander und können dann die für den Kindergarten passende Beteiligungsform, z.B. Kinderkonferenzen, fest in ihren Einrichtungen etablieren. Kinder werden so in ihrer Selbstwirksamkeit, Handlungskompetenz und Kommunikationsfähigkeit gefördert.

Selber-mach-Tag

Einmal wöchentlich über einen Zeitraum von mindestens vier Monaten bleibt vorgefertigtes Spielmaterial in den Schränken und Regalen. Die Kinder entwickeln eigene Ideen für die Gestaltung des Tages. Sie „machen etwas selbst“. So erweitern Kinder spielerisch Entscheidungs- und Handlungskompetenzen, entwickeln Kreativität und üben sich im Umgang miteinander. Der **Selber-mach-Tag** ist außerdem ein Beitrag zum Thema Konsumverhalten und konstruktivem Umgang mit Langeweile.



SELBER - MACH - TAG



SIE ZWEIFELN

Ein Platz zum Streiten

Konflikte in Kindertageseinrichtungen gehören zum Alltag. Der konstruktive Umgang damit ist aber keine Selbstverständlichkeit, sondern erfordert einmal eine offene Haltung gegenüber Konflikten von Seiten der Erzieherinnen. Zum anderen braucht es viel Übung, bis man gut miteinander streiten kann. **Ein Platz zum Streiten** schafft Raum für Konflikte. Schritt für Schritt führen die Erzieherinnen Kinder durch die einzelnen

Phasen der Konfliktlösung, bis die Streitenden selbst ihre Lösung gefunden haben. So lernen Kinder zunehmend, ihre Konflikte selbst zu lösen.

Gute Freunde Spiel

Gute Freunde gehen sorgsam miteinander um. In der Einrichtung sind aber nicht nur die guten Freunde der Kinder, sondern sie müssen lernen, in einer großen Gruppe mit unterschiedlichsten Persönlichkeiten zurechtzukommen. Mit Hilfe des **Guten Freunde Spiels** üben



GUTE FREUNDE - STARKE KINDER

die Kinder Rücksichtnahme, das Einhalten von Regeln und Kooperation. Erwünschtes und unerwünschtes Verhalten wird mit den Kindern gemeinsam definiert und eindeutig benannt. Die Kinder sind am Gruppengeschehen bewusst beteiligt und lernen so, eigenes Verhalten den Erfordernissen der Gruppe anzupassen.



INSELN DER RUHE

Inseln der Ruhe

Diese Vorhaben unterstützt die Einrichtungen dabei, Ruhe-Rituale und Entspannungs-übungen fest in ihrem Alltag zu integrieren. Es hilft den Kindern, mit Stress besser umzugehen, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und das Gesundheitsbewusstsein zu fördern.

4. Die Stärken von FREUNDE

Hinter FREUNDE steht ein einheitlich definiertes Konzept primärpräventiver Maßnahmen, das als qualitätsgesichertes Weiterbildungsangebot an die Erzieherinnen vermittelt wird.

Eine große Stärke liegt im langfristigen Konzept aller Angebote. Zwischen Beginn und Abschluss der Basisseminareinheiten liegen ca. drei bis sechs Monate. Daran schließen sich Aufbau-seminare und/oder Zirkeltreffen je nach Bedarf an. Im Idealfall entsteht ein fachlich begleiteter Kontakt über einen längeren Zeitraum zwischen dem Einrichtungsteam und der FREUNDE-Fachkraft vor Ort. Dadurch werden präventive Inhalte langfristig in den Einrichtungen verankert und Veränderungsprozesse angeregt und in Gang gehalten.

Alle Beteiligten werden bei FREUNDE mit einbezogen. Die Kinder werden aktiv durch das Vorhaben **Kinder reden mit** an Entscheidungsprozessen beteiligt, Eltern erhalten Unterstützung bei ihren Erziehungsaufgaben sowohl von Seite der Erzieherinnen als auch durch Informationsangebote zur Prävention durch die FREUNDE-Fachkräfte. Die Erzieherinnen werden in ihren präventiven Kompetenzen gestärkt und motiviert.

Da FREUNDE an den Grundbedürfnissen aller Beteiligten ansetzt und den stärkenden Umgang zwischen Pädagoginnen und Pädagogen, Eltern und betreuten Kindern fördert, leistet es einen Beitrag zur Entwicklung einer präventiv ausgerichteten Kindertageseinrichtung.

4.2. Ergebnisse von FREUNDE

Mit dem Basisseminar wurden mit dem Ende des Kindergartenjahres 2007/2008 seit 2002 indirekt ca. 26.000 Kinder erreicht (bei 12,5 Kinder/Teilnehmer/in).

	Anzahl	Teilnehmer/innen	Beteiligte Einrichtungen
Basisseminare	203	2095	789
Aufbauseminare	26	254	122
Zirkeltreffen	174	1880	934
Elternabende	419	10 167	
Sonstiges	74	1655	

Seminarzufriedenheit

Bei der Bewertung des Basisseminars ergibt sich ein sehr positives Bild. Mehr als die Hälfte der Befragten vergaben die Note „sehr gut“. Im Zeitraum 2004-2007 zeigte sich außerdem eine konstante durchschnittliche Bewertung des Basisseminars mit „sehr gut“. Das verdeutlicht die gleichbleibend hohe Qualität des FREUNDE-Seminarprogramms.

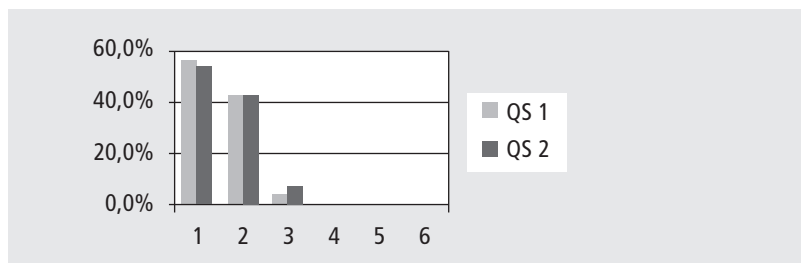


Abb.3: Bewertung der Seminare nach Schulnoten

Praxisbezug von FREUNDE

FREUNDE ist es wichtig, dass die Fortbildungsinhalte wirklich bei den Kindern ankommen. Dazu müssen die Vorhaben so gestaltet sein, dass sie im Kindergarten gut von den Erzieher/innen umzusetzen sind.

Bei der Beantwortung der Frage, ob die Inhalte in der Praxis gut umzusetzen sind, zeigt sich die hohe Kompatibilität von FREUNDE mit der Praxis. Zwischen 85% und 92% der Befragten geben an, dass FREUNDE gut bis sehr gut in der Praxis umzusetzen ist.

	Ø	„volle Zustimmung“ und „eher richtig“	Range
QS 1 (n=526)	1,76	85,6%	1:4
QS 2 (n=539)	1,51	93,9%	1:4

Abb. 4: „Die meisten Inhalte könnte ich in meiner Praxis gut umsetzen“:
(1= volle Zustimmung, 5 = überhaupt nicht zutreffend)

Zitate von Teilnehmerinnen des Basisseminars:

- „Vieles davon ist umzusetzen.“
- „Es war leicht zu verstehen und wird leicht in die Praxis umzusetzen sein.“
- „Ich halte die Inhalte sehr geeignet für die tägliche Arbeit.“
- „Viele lebensnahe Beispiele“
- „Die Inhalte decken sich 100% ig mit unserer Arbeit.“
- „Ich kann alle Bereiche sofort in die Kindergartenarbeit mit einbauen.“

FREUNDE stößt Veränderungen in den Einrichtungen an

Die Mehrheit der Teilnehmerinnen gibt an, dass sie nach dem Basisseminar wissen, welche Veränderungen sie in ihrem Arbeitsalltag vornehmen wollen. Dies lässt darauf schließen, dass die Inhalte von FREUNDE sehr vielen Kindern vermittelt werden.

Der Besuch des Basisseminars wird sich auf die Arbeit mit den Kindern positiv auswirken. Lediglich 0,4% der Teilnehmerinnen erwarten wenig bis gar keine Auswirkung auf ihre Arbeit durch FREUNDE. Das bedeutet: Kinder sind die unmittelbaren Nutznießer der Fortbildung, die Inhalte der Schulung erreichen die eigentlichen Adressaten, die Kinder profitieren von den erweiterten Kompetenzen der Erzieherinnen.

Zitate von Teilnehmerinnen des Basisseminars:

- „Ich versuche, wieder bewusster meine Einstellung zu den Kindern wahrzunehmen.“
- „Vieles in der täglichen Arbeit dient der Prävention.“
- „Sein Handeln immer wieder zu reflektieren.“
- „Ich gehe mit positiven Gedanken wieder an die Arbeit.“
- „Lust, es mit den Kindern sofort umzusetzen.“
- „Vieles lässt sich direkt in der Kindergruppe einsetzen.“
- „Anregung für die Behandlung der Konflikte der Kinder.“
- „Ich werde stärker auf meine Ich-Botschaften achten.“
- „Der Bereich Kommunikation wird die Arbeit verbessern.“
- „Sich selbst immer wieder zu hinterfragen und evtl. anders zu reagieren.“

FREUNDE erfährt über alle Standorte hinweg eine hohe Akzeptanz und die Teilnehmerinnen der Basisseminare bescheinigen FREUNDE eine hohe Relevanz für die Praxis. FREUNDE wirkt motivierend und verändert die Arbeit in den Kindertageseinrichtungen.

Wirkungen von FREUNDE auf die Kinder

Die Vorhaben **Mit viel Gefühl** und **Kinder reden mit** werden am häufigsten umgesetzt. **Mit viel Gefühl** spielt eine zentrale Rolle, es ist das Vorhaben, das immer vermittelt wird, da die Förderung der emotionalen Kompetenz zentrales Anliegen von FREUNDE ist. Daher wird dieses Vorhaben zu einer Art „Schlüsselvorhaben“ für FREUNDE. Alle weiteren Vorhaben funktionieren nur gut, wenn Mit viel Gefühl in den Einrichtungen umgesetzt wird.

Auf die offene Frage, wie sich FREUNDE-Vorhaben im Alltag auswirken, werden von den Befragten folgende Angaben gemacht:

- „Spielverhalten hat sich insgesamt positiv verändert: Kinder sind selbstständiger, Selbstvertrauen hat zugenommen, brauchen weniger Unterstützung durch Erwachsene.“
- „Kinder gehen partnerschaftlicher miteinander um, nicht so aufbrausend, reden miteinander, schließen Kompromisse, lösen selber Konflikte und sind kreativer geworden.“
- „Kinder können Gefühle, auch negative, besser unterscheiden und in Worte fassen, bzw. differenzierter ausdrücken.“
- „Sie sind kommunikativer, haben mehr Ideen, sind kreativer, entwickeln höhere Sozialkompetenz und werden konfliktfähiger. Bei vielen äußert sich ein gemindertes Konsumverhalten, sie werden selbstbewusster, bestimmender.“
- „Sind mehr zusammengewachsen, sind sich ihrer Gefühle bewusster, können darüber reden. Haben es verinnerlicht.“
- „Sie gehen mehr aufeinander ein, trösten, streicheln, geben liebe Worte, lassen andere ausreden. Achten auch mehr auf Mimik und Gestik, sehen, ob einer traurig oder wütend ist.“

Die meisten positiven Veränderungen werden bei dem Vorhaben **Mit viel Gefühl** (33,33%) gefolgt von **Selber mach Tag** (22,92%) sichtbar. Aber auch bei den anderen Vorhaben werden Merkmale beschrieben, die für eine Stärkung der Lebenskompetenzen entscheidend sind. Die Befragten beobachten deutliche Veränderungen bei den Kindern vor allem im Hinblick auf das Kommunikationsverhalten, die Selbstwahrnehmung und das Kooperationsverhalten. Auch positive Entwicklungen bei der Selbstsicherheit, der Kreativität und bei der Lösung von Konflikten werden von ihnen sehr deutlich zum Ausdruck gebracht. Besonders fällt auf, dass in Folge der meisten Vorhaben konkrete

Veränderungen im Alltagshandeln beschrieben werden wie z.B. empathischer, selbstständiger, größere Spielgruppen, weniger Tätlichkeiten und bewusstere Wahrnehmung. Damit werden durch die Umsetzung und Integration der FREUNDE Vorhaben im Einrichtungsalltag die wichtigsten Präventionsziele erreicht.

Einfluss von FREUNDE auf die Erzieherinnen

FREUNDE bietet nicht nur „Methodenbausteine“ für die Praxis, sondern rückt das eigene **Erziehungsverhalten** ins Bewusstsein der beteiligten Erzieherinnen. Dadurch lassen sich Veränderungen feststellen, die im Sinne der geltenden Standards sinnvoller Präventionsarbeit zu den Grundlagenkompetenzen gezählt werden dürfen.

So ist bei FREUNDE mit seinen umfassenden Seminaren und einer nachhaltigen Teambegleitung die Gewähr dafür gegeben, dass sich das Erziehungsverhalten einzelner Fachkräfte, wenn nicht sogar die **Teamarbeit** in Einrichtungen insgesamt, im Sinne einer praktizierten Präventionsarbeit positiv beeinflussen lässt. FREUNDE trägt dazu bei, dass wichtige Präventionsstandards im Hinblick auf die Teamentwicklung umgesetzt werden. Aussagen wie „Verhältnis untereinander und Teamarbeit verbessert“, „intensivere Zusammenarbeit in der Einrichtung“, die häufiger auftauchen, machen dies deutlich.

5. Fazit

Folgende Aussagen teilnehmender Erzieherinnen dokumentieren die Stärken des FREUNDE-Konzepts anschaulich:

- „Wir sind wirklich rundum begeistert. Qualitativ hochwertige, praxistaugliche Fortbildung zu sehr günstigem Preis.“
- „Das Konzept ist flexibel zu handhaben und kann gut in das jeweilige Einrichtungskonzept eingearbeitet werden. Der inhaltliche Aufbau ist sehr sinnvoll und logisch gegliedert bzw. kann so aufbereitet werden, wie es die Einrichtung braucht.“
- „FREUNDE wurde zum Jahresprojekt. Ist sehr umfassend, langfristig angelegt, gute schriftliche Unterlagen, gute Einführung, intensive Zusammenarbeit. FREUNDE ist eine Bereicherung und wird so lange weitergeführt, wie die Kinder es brauchen.“
- „FREUNDE hat uns geholfen, wieder engagierter zu arbeiten. Wie wichtig Prävention ist, war uns vorher nicht so bewusst. Ist ein tolles Projekt, ich bin begeistert.“
- „Unverzichtbar, sind begeistert, werden FREUNDE immer machen, weil es eine positive Veränderung zeigt“

Vieles spricht aus diesen Aussagen für sich.

Vermerkt werden sollte jedoch, dass es bereits in der Konzeption von FREUNDE angelegt wurde, nicht nur auf das Anbieten von Vorhaben zu bauen. Im Sinne nachhaltiger Präventionsarbeit ist es unerlässlich, auf die Integration von FREUNDE in den Einrichtungsalltag abzielen. Hierbei müssen einige Hürden überwunden werden, die FREUNDE erfolgreich zu nehmen scheint:



FREUNDE macht den Kindern und Fachkräften Spaß, motiviert, regt zum Austausch und zur Zusammenarbeit an und entfaltet gerade dort seine positiven Kräfte, wo es gelingt, es individuell und langfristig in den Einrichtungsalltag zu integrieren.

Publikationen:

FREUNDE Projektbeschreibung, München 2007

FREUNDE – ein Schlüssel zur Lebenskompetenzförderung, 10 Jahre FREUNDE in Kindertageseinrichtungen. Ergebnisse aus der Qualitätssicherung, München 2009

Beatrix Benz
 FREUNDE Projektleitung
 Aktion Jugendschutz
 Landesarbeitsstelle Bayern e.V.
 Fasaneriestraße 17, 80636 München
 Tel. (0 89) 12 15 73-23, Fax (0 89) 12 15 73-99
 E-Mail: benz@aj.bayern.de
 www.stiftung-freunde.de



Fünf Handlungsfelder sieht das Suchtpräventionskonzept der Gemeinde Veitsbronn vor. In diesem Rahmen gibt es unter anderem Jugendkonferenzen, bei denen Jugendliche mit Bürgermeister, Gemeinderäten und Vertretern der Vereine aktuelle Themen aus der Gemeinde diskutieren und eigene Vorschläge einbringen. In den Schulen werden verschiedene suchtpreventive Aktionen durchgeführt wie etwa das Projekt Rauschbrillen, bei dem spezielle Brillen das Verhalten unter Alkoholeinfluss simulieren.

Donnerstag, 1. November 2007

LANDKREIS

HFL / Seite 3

Bobby-Car-Fahrt als Mutprobe

Ernüchternder Blick durch Rauschbrille: Alkohol-Präventionsprojekt für Schüler

VON SABINE REMPE

Schule ist notgedrungen eher selten beachtet. Neben dem Besuch von Hilda hat und Igor Nisse waren sich die Betreiber der Heuristika Veitsbronn allerdings einig, dass für den vorgestellten Alkohol-Präventionsprojekt, welches neue Bewusstheit bringt, zunächst eine Bewusstheit vor sich selbst sein muss. Wie durch die „Rauschbrille“ wurde vorerzählt mal den Boden unter den Füßen.

VEITSPRÄVENTION – Bobby-Car fahren kann doch mit wirklich jeder. Aber auch beim Blick durch die „Rauschbrille“ Kevin (12) ist sich das Ding auf die Nase. Und plötzlich rettet die Welt, als hätte er 0,8 Promille im Blut. Natürlich ohne einen Tropfen getrunken zu haben. Der spezielle Schall der Gläser verzerrt Blickfeld und Wahrnehmung ein – die Träne mit dem Versuche wie ein Herzensfehler. „Fahrt sich überhaupt an, man ist ja wild unruhig“, sagt Kevin und rückt die Brille schief auf dem Kopf.

Informationen über die Gefahren, die der Alkoholkonsum mit sich bringt, stehen für die Schülerinnen und Schüler der Heuristika in diesem Vortragstag im Mittelpunkt. Das Projekt, das von der ersten Jugendkammer im Landkreis mit finanzieller Unterstützung des Netzwerks 1-2-1 getragen wird, zielt auf Erziehung, statt auf lehrerliche Vorlesung. Angewandt wird das Programm in Heuristika, damit möglichst viele Jungen und Mädchen damit in Kontakt kommen. Hilda hat, die die Initiative für die Aktion ergriff, und Igor Nisse haben einen Mix aus Infos und Übungen für die 12- bis 18-Jährigen in Veitsbronn mitgebracht.

„Es geht nicht darum, den Alkohol zu verbieten“, sagt Igor Nisse. „Man muss vor allem lernen, gute Entscheidungen zu treffen.“ Im Gespräch

Vorsicht Turmblick: Mit der Rauschbrille wurde für die Veitsbronn Hauptkammer selbst die Fahrt auf dem Bobby-Car zum gewagten Unterfangen.

spricht berichten die Jungen und Mädchen über ihre Erfahrungen, die sie mit dem Thema schon gemacht haben. „Wir haben mit einem Menge gelassen, der hat eine halbe Flasche Champ auf es getrunken und man hat mit einer Alkoholmengen im Rauschbrille“, wird erzählt. Ein anderer erprobt sich unterdessen an einem, der nächsten hilft, weil er „die anderen, die alle gleichmäßig an einem, nach Hause fahren wollte. Viele haben Geschmecken getrunken, von ihnen Katerzuständen, schlimmen Unfällen und persönlichen Anzeichen.“

Die Mädchen und Jungen sind gut informiert, obgleich können sogar die Superschlaftränke trinken. Hilda hat, macht noch einmal mit dem Beispielen vor, erklärt, wie und wie sich leicht nachlesen lässt, was in welchem Alter erlaubt und was verboten ist. Igor Nisse macht noch einmal nachdrücklich klar, dass es eine Randzone gibt, die von einem Glaschen Wein zu einem gefährlichen Anlass über das Angebotswort bis zu festen Folgen reicht. „0,8 Promille sind hoch“, erklärt er.

Dann werden die nächsten „Rauschbrille“ ausprobiert. Damit können 1,5 bis 1,5 Promille simuliert werden. Erst wird die Fahrt mit dem Bobby-Car möglich zur Mutprobe. Der Erste liegt in der Kurve ein, während seine Freunde – mit Brille – noch nicht einmal mal einen Fuß in den Boden können, obwohl die Wägen direkt vor ihnen stehen. „Der Fuß ist nicht total beschaffen“, kommentiert Hilda (13), und nach 15 Minuten werden sie zum Ende.

Informationen zu diesem Projekt gibt es bei Hilda Nisse, Tel. (0717) 756219.

Suchtprävention in der Gemeinde Veitsbronn

Ein Gesamtkonzept der Gemeindejugendpflege

Vorwort

Im Rahmen dieses Konzepts der Gemeindejugendpflege Veitsbronn und der Jugendschutzbestimmungen soll der Schutz der Kinder und Jugendlichen vor den Problemen von Suchtmitteln im öffentlichen Raum unserer Gemeinde erfolgen und wirksam betrieben werden. Unser Konzept versteht sich als dauerhafte Maßnahme, die ein fester Bestandteil der Aufgaben der Gemeindejugendpflege der Gemeinde Veitsbronn ist. Wir wollen, als kontinuierliche Aufgabenstellung, Veranstalter, Festwirte, Eltern und andere beraten, fördern und ermutigen, bei ihrem Umgang mit Kindern und Jugendlichen jegliche Form des Anreizes, Kinder und Jugendliche auf Suchtmittel aufmerksam zu machen, zu unterlassen und damit ein öffentliches Vorbild zu geben. Das Hauptziel ist die Schaffung eines gesunden Lebensumfeldes für Kinder, Jugendliche und ihre Familien in der Gemeinde, unter Berücksichtigung verschiedener individueller Lebenslagen.

1. Ausgangslage

Die politische Gemeinde Veitsbronn befindet sich im nördlichen Landkreis Fürth in Bayern (Mittelfranken) und besteht aus den sieben Ortsteilen Veitsbronn, Siegeldorf, Kreppendorf, Bernbach, Retzelfembach, Kagenhof und Raindorf. Die Gemeinde Veitsbronn hat 6.645 Einwohner (Stand 1.4.2008), eine Fläche von über 16 qkm und grenzt unmittelbar an das Städtedreieck Nürnberg, Fürth, Erlangen.

Die Gemeinde Veitsbronn als Träger der Jugendhilfe bietet zahlreiche Angebote für Kinder und Jugendliche in unserer Gemeinde. Die Aufgabenbereiche werden von der Gemeindejugendpflege übernommen. Die Gemeindejugendpflege ist die Anlaufstelle für alle Belange von Kindern und Jugendlichen in der Gemeinde. Die Aufgaben der Gemeindejugendpflege übernimmt der Gemeindejugendpfleger. Daneben bestellt die Gemeinde Veitsbronn einen Jugendbeauftragten, der die Belange der Kinder und Jugendlichen unserer Gemeinde im Gemeinderat politisch vertritt. Nach den Bedürfnissen von Jugendlichen und Kindern initiiert, plant und koordiniert die Gemeindejugendpflege Angebote für junge Menschen. Sie arbeitet selbständig, eigenverantwortlich und parteipolitisch sowie konfessionell neutral. Mit unseren Angeboten begleiten und fördern wir junge Menschen in unserer Gemeinde und geben ihnen die Möglichkeit der Entfaltung zu mündigen Menschen.

Die traditionellen Veranstaltungen wie Kirchweihen und Maifest sind Ereignisse in unserer Gemeinde, auf die sich die Bürgerinnen und Bürger zusammen mit all unseren Gästen immer wieder freuen. Zugleich stellen solche öffentlichen Veranstaltungen eine große sicherheitsrelevante Herausforderung für uns dar. Die Ereignisse im Jahr 2006 haben auf Kirchweihen unserer Gemeinde leider gezeigt, dass insbesondere missbräuchlicher Alkoholkonsum die Stimmung einer solchen Veranstaltung zerstören kann. In diesem Jahr hatten wir viele Sachbeschädigungen und Zerstörungen an Privatbesitz, die auf aggressives Verhalten und missbräuchlichen Alkoholkonsum zurückzuführen waren. Darüber hinaus konnte verstärkt der Konsum von Alkohol durch Jugendliche an öffentlichen Plätzen unserer Gemeinde festgestellt werden. Die Erfahrungen und Berichte von Jugendlichen und Eltern über den leichten Zugang zu Alkohol bei öffentlichen und traditionellen Veranstaltungen haben sich zu diesem Zeitpunkt sehr gehäuft. Aufgrund dieses Hintergrundes und der Tatsache, dass wir mit Sachbeschädigungen und vermehrtem aggressiven Verhalten wie Schlägereien konfrontiert waren, mussten wir dringend handeln.

Die Gemeindejugendpflege Veitsbronn hat sich zur Aufgabe gemacht, eine präventive Gesamtkonzeption zu erstellen, um oben genannter Situation gerecht zu werden, präventiv zu wirken und dringende Maßnahmen umzusetzen.

2. Unsere Ziele der Suchtprävention

Die Grundziele der gemeindlichen präventiven Bemühungen wurden auf die Schaffung von präventiven Handlungsfeldern (Säulen) gelegt. Die Säulen wurden als Grundbausteine der Suchtprävention in unserer Gemeinde gedacht und stützen somit das Gesamtkonzept. In den unterschiedlichen Handlungsfeldern sollen Angebote entwickelt, umgesetzt und gefördert werden. Folgende Handlungsfelder wurden aufgrund der Gegebenheiten vorerst festgelegt: Eltern/Familie, Schule, Jugendarbeit, Veranstaltungen/Feste und Festwirte/Handel/Gaststätten. Die Handlungsfelder sollen auch in Kindertageseinrichtungen, Vereinen und Organisationen berücksichtigt und integriert werden.

2.1 Familie/Elternhaus

Die Einbeziehung von Eltern in die Suchtprävention der Gemeindejugendpflege spielt eine wichtige und entscheidende Rolle. Durch ihr Verhalten in der Erziehung im Elternhaus üben die Eltern einen großen Einfluss auf den Umgang mit Suchtmitteln aus und dienen in ihrer Elternrolle als Vorbilder. Gemäß § 16 SGB VIII gehört die Förderung der Erziehungskompetenz zu den Aufgaben der Jugendhilfe und hat einen gesetzlichen Auftrag. Das Hauptziel der gemeindlichen Suchtprävention soll in der Stärkung von familiären Erziehungskompetenzen liegen. Mehrere empirische Befunde, wie von

Hornung (1983) oder von Shedler und Block (1990), weisen auf die vier Merkmale des Erziehungsverhaltens der Eltern hin, die das Risiko eines zukünftigen missbräuchlichen Substanzgebrauchs stützen: Gleichgültigkeit, Verständnislosigkeit, Überbesorgtheit sowie Inkonsistenz im Erziehungsverhalten.

Rat- und Hilfsbedarf von Eltern nahmen im Jahr 2008 in unserer Gemeinde zu, was sich in der verstärkten Wahrnehmung der Beratungstermine zeigt. Mit dieser Tatsache wird die Notwendigkeit der Elternarbeit begründet. Mit dem Angebot sprechen wir Eltern an, um sie zu informieren, damit sie besser in der Lage sind, mit ihren Kindern über Suchtthemen zu kommunizieren und angemessen auf den Gebrauch von Alkohol und weiteren Suchtmittel ihrer Kinder zu reagieren.

Bühringer (1993) bestätigt in seiner Arbeit, dass Familie der „wichtigste Ort für präventive Maßnahmen ist“. Aus diesem Grund setzen wir schwerpunktmäßig auf Verhaltensprävention und auf Unterstützung der Eltern und Familien durch Vermittlung von Informationen und Erweiterung/Stärkung vorhandener Kompetenzen. Die Angebote sollen niedrigschwellig aufgebaut sein und sollen sich am Bedarf der Familien und an dem Lebensumfeld orientieren.

2.2 Schule

Die präventive Arbeit an der Schule als Ort, an dem der Bildungsauftrag verwirklicht wird und wo die Begegnung der Gleichaltrigen in den Klassen stattfindet, stellt für unser Suchtkonzept ein weiteres wichtiges Handlungsfeld dar. Hier soll versucht werden, gemeinsam mit den Lehrkräften in Sachen Prävention an einem Strang zu ziehen. Es werden Angebote gemacht, die von den Schülern in Form einer Unterrichtsstunde wahrgenommen werden. Die Suchtprävention in der Schule soll aus vielen kleinen, kontinuierlichen und ganzheitlich orientierten Maßnahmen und Projekten bestehen. Besonders im Grundschulalter erscheint es dabei wesentlich, Kinder „stark“ zu machen. Dazu dient maßgeblich: Stärkung des Selbstvertrauens und Selbstwertgefühls, Stärkung des Ichs in sozialer Kompetenz, Förderung der Körper-, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Förderung der Konfliktfähigkeit, Förderung der Erlebnis- und Genussfähigkeit. Der gemeinsame Erziehungsauftrag von Schule und Elternhaus erfordert eine enge vertrauensvolle Zusammenarbeit von Lehrkräften und Eltern. Als ein Ziel der Suchtprävention soll diese Zusammenarbeit angeregt und gefördert werden. So sollen präventive Angebote mit der Schule, dem Elternbeirat der Grund- und Hauptschule und der Gemeindejugendpflege Veitsbronn entwickelt werden.

Vor einigen Jahren wurde der Arbeitskreis Schule und Jugendhilfe im Schuleinzugsgebiet Veitsbronn ins Leben gerufen, der vom Gemeindejugendpfleger geleitet wird. Dieser vernetzte Arbeitskreis soll sich u.a. mit den suchtpreventiven und gesellschaftssozialen

Themen auseinandersetzen und Ideen sowie Projekte inszenieren. In diesem Arbeitskreis sind die Vertreter und Lehrkräfte der Grund- und Hauptschule in Veitsbronn ebenso vertreten wie Vertreter der Schulverbandsgemeinden (Bürgermeister) sowie Mitglieder der Jugendpolizei, des ASD (Allgemeiner Sozialer Dienst), der Jugendhilfeplanung des Landkreises Fürth, Jugendarbeiter vor Ort und andere. Bei diesem Handlungsfeld findet eine Mischung aus Verhaltensprävention mit den Schülern, Eltern und Lehrkräften, aber auch Verhältnisprävention durch die Vernetzung im Arbeitskreis statt.

2.3. Jugendarbeit

Die Gemeinde Veitsbronn versucht, ihre Jugendlichen vor Suchtgefahren zu schützen und setzt dafür Akzente in ihrer offenen Jugendarbeit. Ziel soll es sein, Jugendliche nicht nur durch strikte Verbote zu schützen, sondern die Schwerpunkte auf die Prävention von Alkoholkonsum und Rauchen zu legen und die Jugendlichen zu eigenverantwortlichem Umgang mit Alkohol und Tabakwaren zu befähigen. Aus diesem Grund ist es das Ziel, Anreize auf der Ebene der Verhaltens- und Verhältnisprävention zu schaffen, auf Rauchen und Alkoholkonsum sowie andere Suchtmittel zu verzichten. Die Suchtprävention in der gemeindlichen offenen Jugendarbeit soll mehr sein als nur die Vermittlung kognitiver Inhalte wie Aufklärung, Information und Bewusstmachung. Durch gezielte Freizeitbeschäftigung in Kunst, Musik, Spiel und Sport bieten wir in der offenen Jugendarbeit vielfältige Möglichkeiten, persönliche Stabilität zu erlangen und lebensbejahende, selbstbewusste, selbständige und belastbare junge Menschen heranzubilden.

Die Suchtthemen finden verstärkt ihren Platz in der Konzeption der Arbeit im offenen Betrieb, aber auch bei der aufsuchenden Jugendarbeit der Gemeindejugendpflege. Damit sollen die jungen Menschen angeregt werden, ihre Haltung im Umgang mit Suchtmitteln zu reflektieren und gegebenenfalls ihre Haltung zum Schutz ihrer Gesundheit zu ändern.

2.4 Öffentliche Veranstaltungen/Feste

Die Gemeindejugendpflege Veitsbronn versucht, einen Rahmen für die Durchführung von öffentlichen Veranstaltungen in der Gemeinde zu erstellen und somit das Ziel der Suchtprävention auch in diesem Bereich zu erreichen. Durch die Verhältnisprävention werden hier maßgeschneiderte Konzepte entwickelt, mit dem Ziel, Akzente in der Öffentlichkeit zu setzen und auf die Suchtprävention aufmerksam zu machen. Darüber hinaus wird versucht, Hilfestellungen bei der Umsetzung von Jugendschutzmaßnahmen bei öffentlichen Veranstaltungen und Festen anzubieten.

2.5. Arbeit mit den Festwirten, dem Handel und den Gaststätten in der Gemeinde

Die Festwirte und den Handel sowie die Gaststätten in unserer Gemeinde mit ins Boot zu holen, gehört zu den spannendsten Aufgaben der Gemeindejugendpflege. Hier ist das Ziel, mehr Aufmerksamkeit bei den Verantwortlichen im Verkauf zu schaffen und sie darauf hinzuweisen, mehr Verantwortung zu übernehmen. Dieses Handlungsfeld wird sowohl durch Verhaltens- als auch durch Verhältnisprävention geprägt.

Die Gemeindejugendpflege Veitsbronn sucht das Gespräch mit den Verantwortlichen aus dem Handel und setzt den Fokus auf die Suchtprävention, indem über diese Suchtthemen gesprochen wird, die Verantwortlichen angeregt werden, über die Erfahrungen aus der Praxis zu berichten und ihr Verhalten zu reflektieren. Es werden außerdem gemeinsame Informations- und Aufklärungskampagnen entwickelt.

3. Vorgehen und Umsetzung der Ziele durch verschiedene Maßnahmen

Beim Vorgehen und der Umsetzung der Ziele wird folgender Aspekt beachtet: Die Intention der Umsetzung vom Konzept und die Erreichung der Ziele werden als Prozess verstanden, der nicht auf eine bestimmte Dauer angelegt ist.

3.1. Familie/Elternhaus

Die Eltern nehmen direkten Einfluss auf die Entwicklung ihrer Kinder. Aufgrund des festgestellten Aufklärungsbedarfs erscheint es als notwendig, im Gemeindeblatt, das jeden Monat erscheint, immer wieder über die Verhaltensstrategien der Eltern im Umgang mit bestimmten Suchtmitteln wie Alkohol, Tabak und anderen zu berichten und sie dabei zu fördern. Diese Informations- und Orientierungshilfen, aber auch konkrete Bewältigungsstrategien (life skills), werden vom Gemeindejugendpfleger regelmäßig veröffentlicht. Im Rathaus der Gemeinde steht im Foyer ein Infobereich zu verschiedenen Suchtthemen für die Öffentlichkeit und Eltern zur Verfügung. Hier haben Eltern und Kinder/Jugendliche die Möglichkeit, sich zu informieren und verschiedene Broschüren zu lesen und mitzunehmen.

Des Weiteren bietet der Gemeindejugendpfleger ein Beratungsangebot für Eltern und veröffentlicht regelmäßig seine Kontaktdaten im Gemeindeblatt und im Internet. Eine Einbeziehung der zuständigen Erziehungsberatungsstellen und die Hilfen des zuständigen ASD (Allgemeiner Sozialer Dienst) als Unterstützung werden in diesem Zusammenhang praktiziert.

3.2. Schule

Bevor ein Angebot stattfinden kann, werden die Schulleitung und Lehrkraft davon informiert. Mit diesen werden das Konzept, die Ziele und das Vorgehen besprochen mit der Bitte, das Kollegium an der Schule zu informieren. Bei kleineren Projekten und Angeboten wird vorher die Lehrkraft persönlich und detailliert informiert. Bei der Umsetzung der Ziele an der Schule werden die so genannten „Standortgegebenheiten“ berücksichtigt. Hier sind die Interessen und der Bedarf der Schüler und Lehrkräfte zu berücksichtigen sowie feste schulische Termine wie Prüfungen, Vorbereitungen auf Feste etc.

Entscheidend für eine gute Teilnahme seitens der Schüler ist eine ansprechende Aufbereitung und Vorstellung der Themen und Inhalte durch die Referenten. Für die Schulen sollten möglichst die beiden Jugendpfleger der Schulverbandsgemeinden und ggf. andere Jugendarbeiter vor Ort gemeinsam bei der Planung agieren. Dies erscheint notwendig, da Schulklassen mit Schülern aus unterschiedlichen Gemeinden des Schuleinzugsgebiets kommen und durch die Jugendpfleger vor Ort damit der lebensnahe Bezug bei den Schülern hergestellt wird. Die zuständigen Jugendmitarbeiter konzipieren und organisieren den Ablauf der Projekte oder bieten vereinzelt, unter Berücksichtigung des Bedarfs und der Ressourcen, die Angebote in der Schule an.

Des Weiteren werden die gemeinsamen Elterninfoabende in Zusammenarbeit mit dem Elternbeirat organisiert. Der Elternbeirat informiert parallel die Eltern über die geplanten Infoabende in Form von Elternbriefen und stellt ein wichtiges Verbindungsglied zwischen Schule und Elternhaus dar.

Seit einigen Jahren gibt es im Schuleinzugsgebiet Veitsbronn einen Arbeitskreis „Schule und Jugendhilfe“. Die Grundidee war es, ein aufeinander abgestimmtes Handeln von Schule und Mitwirkenden aus der Jugendhilfe und dem Öffentlichem Leben unter Berücksichtigung von verschiedenen Lebenslagen junger Menschen zu entwickeln. Die Ziele dieses Arbeitskreises sind, einen regen Informationsaustausch und die Vernetzung zwischen den beteiligten Teilnehmern und Institutionen im Schuleinzugsgebiet Veitsbronn zu schaffen und jeweilige Einrichtungen und deren Arbeit besser kennenzulernen. Den Kernpunkt der Treffen bilden jedoch die gemeinsame Planung und die Arbeit an aktuellen Themen der Prävention, Schule und der Jugendhilfe mit dem Ziel, ein kooperatives Handlungskonzept zur Verfügung zu stellen. Dieser Arbeitskreis erörtert immer wieder Themen zur Prävention und setzt damit Impulse in der kooperativen Zusammenarbeit innerhalb des Schuleinzugsgebiets Veitsbronn. Der Arbeitskreis trifft sich mindestens vier Mal im Jahr.

3.3 Jugendarbeit

Die Gemeindejugendpflege sieht den Schwerpunkt ihrer Arbeit in der Prävention von Suchtmittelkonsum. Diese Präventionsarbeit findet kontinuierlich in der offenen und aufsuchenden Jugendarbeit statt mit dem Ziel, Jugendliche vor gesundheitlichen Gefahren zu schützen, und setzt auf den Aspekt der Einübung eines eigenverantwortlichen Handelns im Umgang mit Alkohol und Rauchen. Vor diesem Hintergrund werden verschiedene Angebote im Rahmen des offenen Betriebs des Jugendtreffs und im Rahmen der mobilen Jugendarbeit angeboten. Der zuständige Jugendpfleger plant, koordiniert und evaluiert die Angebote für Jugendliche, gestaltet außerdem mit ihnen die Regeln im Jugendtreff und spricht die Themen Gebrauch, Missbrauch und Abhängigkeit immer wieder an. Dazu werden ausgewählte Angebote gemäß den Zielen für die Freizeitgestaltung geplant. Die verstärkte Vernetzung der Gemeindejugendpflege mit anderen Einrichtungen der Jugendarbeit aus dem Landkreis und mit den Beratungsstellen wird angestrebt und praktiziert.

3.4. Öffentliche Veranstaltungen/Feste

Im Rahmen der anzeige- oder genehmigungspflichtigen Veranstaltungen wurden aufgrund der Erfahrungen der letzten Jahre speziell Auflagen für den ordnungsrechtlichen Jugendschutz der Gemeinde Veitsbronn gemacht – nach Berücksichtigung der Vorfälle und nach Austausch von Erfahrungen. Die Auflagen und der gesetzliche Rahmen schützen Kinder und Jugendliche bei öffentlichen Veranstaltungen. Die Auflagen bei öffentlichen Veranstaltungen sind ein fester Bestandteil der Suchtprävention.

Im Gemeinderat finden die suchtpreventiven Themen immer wieder einen wichtigen Platz und in diesem Rahmen werden regelmäßig weitere Vorgehensweisen besprochen. Dabei berichtet und informiert der Jugendpfleger den Gemeinderat und den Bürgermeister über die Entwicklung und Wirkung der Suchtpräventionsmaßnahmen bei öffentlichen Veranstaltungen in der Gemeinde und evaluiert diese und deren Wirkungseffekte.

3.5 Festwirte/Handel/Gaststätten

Im Vorfeld der öffentlichen Großveranstaltungen unserer Gemeinde wird bei Bedarf mit den Festwirten und dem Handel sowie mit den Gaststätten gesprochen. Hier besucht der Gemeindejugendpfleger die Verkaufsstellen und spricht persönlich mit den Verantwortlichen über die Maßnahmen und die Erfahrungen mit ihnen. Er bietet Unterstützungshilfen an bei der Umsetzung vor Ort und ist somit das Bindeglied zwischen Gemeindeverwaltung und dem Verkauf. Er regt gemeinsame Maßnahmen an (wie Kampagnen für den Jugendschutz und Kampagnen für eine gesunde Lebensweise) und bietet den Verantwortlichen und dem Verkaufspersonal Hilfen bei der Kompetenzförderung für den praktischen Alltag an.

4. Ergebnisse und Erreichtes

4.1. Familie und Elternhaus

Für die Veröffentlichung von Infoartikeln zu verschiedenen Themen der Suchtprävention im Gemeindeblatt haben wir viel positive Rückmeldung von den Erwachsenen unserer Gemeinde bekommen. Die veröffentlichten Artikel bieten eine gute Basis für die Arbeit zur Förderung der Verhaltenskompetenzen. Durch die Zustimmung des Bürgermeisters hat die Gemeindejugendpflege die Möglichkeit bekommen, dauerhaft Material in einer guten Qualität zu veröffentlichen. Die Kosten hierfür werden von der Gemeinde Veitsbronn getragen. Die Infoecke im Rathaus hat sich bewährt und die Tatsache, dass wir im letzten Jahr erneut Broschüren für die Aufklärung bestellt haben, zeigt, dass sie in Anspruch genommen werden. Die Beratungstermine Ende 2008 sind etwas zurückgegangen, jedoch plant die Gemeindejugendpflege in den nächsten Monaten eine kontinuierliche Einführung von Eltern-Infoabenden zu verschiedenen Themen, um auch eine Basis für offene Gespräche unter den Eltern anzubieten und aufzubauen.

4.2 Schule

Durch die Vernetzung der Gemeindejugendpflege konnte das Projekt „Rauschbrille“ ins Leben gerufen werden. Dieses Projekt bietet zum einen eine gute Grundlage für weitere Zusammenarbeit mit und in der Schule und zum anderen ein Konzept, welches sich an jeder Schule in Form einer zweistündigen Schulstunde umsetzen lässt. Das Projekt wurde in Zusammenarbeit mit dem Präventionsverein 1-2-3 e.V. aus dem Landkreis Fürth durchgeführt, der die teuren „Rauschbrillen“ zur Verfügung gestellt hat. Die Resonanz im Landkreis war so groß, dass wir auch von anderen Schulen im Landkreis angesprochen wurden und das Projekt dort umgesetzt haben. Da die Ausführung des Projekts nicht in das Aufgabengebiet der Gemeindejugendpflege Veitsbronn gehört, musste es aufgrund der knappen Zeit- und Mittelressourcen in der Freizeit realisiert werden.

Des Weiteren wurde ein Suchtpräventionsprojekt zum Thema „Shisha-Rauchen“ gemeinsam mit der Kollegin der Kooperationsgemeinde entwickelt und bereits an der Hauptschule in Veitsbronn realisiert. Diese zwei Projekte zur Alkohol- und Nikotin-Prävention haben einen integrativen Charakter bei der Zusammenarbeit mit der Schule bekommen und sollen jedes Jahr in den neuen Schulklassen praktiziert werden. Diese Aufklärungsarbeit an der Schule wird ebenfalls von der Suchtpräventionsstelle des Landkreises Fürth fachlich unterstützt und durch weitere Themen gefördert.

Die Umsetzung der präventiven Maßnahmen im Schuleinzugsgebiet war von großer Bedeutung im Arbeitskreis Schule und Jugendhilfe. Hierzu fanden einige Themenabende im Jahr 2008 und 2009 statt. Hier haben wir uns ausgetauscht und es wurde über die

Erfahrungen in anderen Gemeinden zu Suchtthemen berichtet.

Im Jahr 2009 konnten die bereits angekündigten Themenabende für Eltern mit dem Elternbeirat erfolgreich starten.

4.2 Jugendarbeit

Neben den unterschiedlichen Angeboten wie Informationsveranstaltungen und freizeitpädagogischen Aktivitäten wurden die Präventionsansätze in der Hausordnung und der aktuell entwickelten Konzeption stärker verankert. In den Jahren 2007 und 2008 fanden mehrtägige Suchtwochen statt, welche auf das Thema aufmerksam machten. Darüber hinaus fand bei der Jugendkonferenz 2008 ein Themenworkshop zum Thema „Alkoholprävention“ statt, bei dem die Jugendlichen ihre Erfahrungen den Gemeinderäten vermittelten. Dabei kamen sie ins Gespräch und beteiligten sich bei der gemeindlichen Politik.

An dieser Stelle sollen auch die Bemühungen in der kirchlichen Jugendarbeit erwähnt werden, bei der im Jahr 2007 und 2008 alkoholfreie Open Air-Konzerte in der Gemeinde organisiert wurden. In der Praxis des Jugendtreffs tat sich ebenfalls einiges. Die Tatsache, dass der Verkauf von Bier beim offenen Betrieb des Jugendtreffs nur freitags ab 18 Uhr zu einem teuren Preis und unter Berücksichtigung der Höchstmengen verkauft wird, ruft ein Gefühl des Konsums eines Genussmittels bei den Besuchern des Jugendtreffs hervor. Aufgrund der Preis- und Regelgestaltung im Jugendtreff nahm der Verkauf stetig ab und wird aktuell vereinzelt nur von älteren Besuchern ab 18 Jahren praktiziert. Hier hat sich auch die Aufnahme dieser Anreize in den Mietvertrag des Jugendtreffs als positiv bewährt. Beim Ausschank von Alkohol bei einer privaten Anmietung des Jugendtreffs müssen teurere Mietgebühren gezahlt werden. Mit diesem Anreiz wollen wir deutlich machen, dass eine Party oder Feier mit Alkohol teuer zu spüren ist, und die Mieter finanziell belohnen, wenn sie auf Alkohol verzichten. Die erhöhten Gebühren kommen dem Jugendtreff zugute.

4.3 Öffentliche Veranstaltung/Feste

Die Umsetzung der Maßnahmen bei öffentlichen Veranstaltungen und Festen zeigte im Jahr 2007 und 2008 die ersten positiven Ergebnisse. Die öffentlichen Veranstaltungen unserer Gemeinde blieben ohne größere Sach- und Personenschäden. Vereinzelt kam es zwar zu Schlägereien, jedoch hielten sie sich im Vergleich zu den Jahren zuvor in einem akzeptablen Rahmen. Ebenfalls gingen die Straftaten, welche auf einen Alkoholmissbrauch zurückzuführen sind, deutlich zurück. Die Aufnahme der Zusatzaufgaben bei anzeige- und genehmigungspflichtigen Veranstaltungen stellen präventive Standards in unserer Gemeinde dar, die erfüllt werden müssen, und schützen somit Kinder und Jugendliche.

Auflagen
 bei anzeige – oder genehmigungspflichtigen
 Veranstaltungen für den ordnungsrechtlichen Jugendschutz der Gemeinde Veitsbronn

Jugendschutz
wir sind dabei!

1. **Ansprechpartner benennen!**
 Für die Dauer der Veranstaltung ist ein/e Ansprechpartner/in, die/der für das Einhalten des Jugendschutzes auf Ihrer Veranstaltung oder auf Ihrem Stand zuständig ist, namentlich zu auf dem blauen Sonderblatt (siehe Anlage) zu nennen und das Sonderblatt ist vollständig auszufüllen.
2. **Das Personal einweisen und informieren!**
 Das Barpersonal muss volljährig und nüchtern sein. Das Personal ist über das Jugendschutzgesetz, gemeindliche Jugendschutzaufgaben und die **Jugendschutzüberwachung mit Stichproben**, sowie deren Konsequenzen aus einer Nichteinhaltung zu informieren und entsprechend einzuweisen. Es sind konsequente Ausweiskontrollen an der Alkoholverkaufsstelle durchzuführen. Das Ausschankpersonal ist vor der Veranstaltung anzuweisen, junge Besucher/innen zum Vorzeigen des Ausweises aufzufordern und falls der notwendige Altersnachweis nicht erbracht wird keinen Alkohol auszugeben.
3. **Keine Trinkanimation!**
 Maßnahmen zur Trinkanimation, insbesondere Aktionen wie „Happy Hour“, „Kübelsaufen“, Trinkspiele o.ä. sind nicht gestattet.
4. **Einheitliches Hinweischild anbringen!**
 Ein gut sichtbares Schild mit dem Hinweis, dass die Abgabe alkoholischer Getränke an Kinder und Jugendliche gemäß Jugendschutzgesetz (JuSchG) verboten ist und dass das Personal einen Ausweis mit Altersangabe verlangen darf, bei allen Alkoholverkaufsstellen anzubringen. *Das Hinweischild kann im Internet auf der Homepage www.gemeindejugendpflege.de (Downloads/ Suchtprävention) heruntergeladen werden oder laminiert im Bürgerbüro gegen eine Schutzgebühr käuflich erworben werden. (Preise: DIN A4 1 € / Schild - DIN A3 2 € / Schild)*
5. **Kooperation mit dem Gemeindejugendpfleger!**
 Dem Gemeindejugendpfleger (muss sich ausweisen) ist ein freier Eintritt / freier Zugang zur Veranstaltung zu gewähren.
Es wird um eine kooperative Einstellung gegenüber dem Gemeindejugendpfleger gebeten.
6. **Alterskontrolle! (Nur bei Großveranstaltungen im Festzelt / Halle / Open Air)**
 Es sind konsequente Alterskontrollen (z.B. mit Verteilung von altersrelevanten farbigen Bändchen im Eingangsbereich) mit ausreichendem Personal durchzuführen.
 (Ausnahme gemeindliche Kirchweihen)

Bei Verstoß gegen das Jugendschutzgesetz begehen Sie eine Ordnungswidrigkeit, die mit einer Geldbuße bis zu 50.000 € geahndet wird (§ 28 JuSchG). Außerdem riskieren Sie, dass Ihnen die Gaststättenkonzession wegen Unzuverlässigkeit entzogen wird. Darüberhinaus kann nach Art.19 Abs.8 Nr.3, Art.23 Abs.3 und Art.38 Abs.4 des Landesstraf- und Verordnungsgesetzes (LStVG) mit Geldbuße belegt werden, wer gegen die Auflagen verstößt.

Unser Gemeindejugendpfleger Igor Ninic unterstützt Sie und Ihre Mitarbeiter gerne vor Ort mit diversen Maßnahmen bei der Umsetzung des Jugendschutzgesetzes. Durch Informations- und Schulungsmaßnahmen möchten wir Sie und Ihre Mitarbeiter für dieses Thema sensibilisieren und versuchen, Ihnen unterschiedliche Hilfestellungen für die richtige Handhabung in der Praxis zu vermitteln. Sprechen Sie uns an!
 © Gemeindejugendpflege Veitsbronn - Suchtprävention

Jugendschutz
wir sind dabei!

**Vorsicht
 wachsamer Verkäufer!**

**Kein Alkohol an Kinder und
 Jugendliche unter 16 Jahren!** (§ 9 JuSchG)

ab 16: Bier, Radler, Wein oder Sekt

ab 18: Schnaps, Liköre, alk. Cocktails

**Das Personal darf einen Ausweis mit
 Altersangabe verlangen!**

Gemeinde Veitsbronn Suchtprävention Eine gemeinsame Initiative der Gemeindejugendpflege Veitsbronn und Veitsbronner Festzelle, Veranstalter und dem H&M. Gemeindejugendpflege WEITSBRONN

Für eine konsequente Einhaltung des Jugendschutzgesetzes: Die Gemeinde Veitsbronn unterstützt Veranstalter, Gastwirte und Handel durch Information, Beratung und praktische Hilfen. Für öffentliche Veranstaltungen gibt es spezielle Auflagen.

4.4. Arbeit mit den Festwirten, dem Handel und mit den Gaststätten

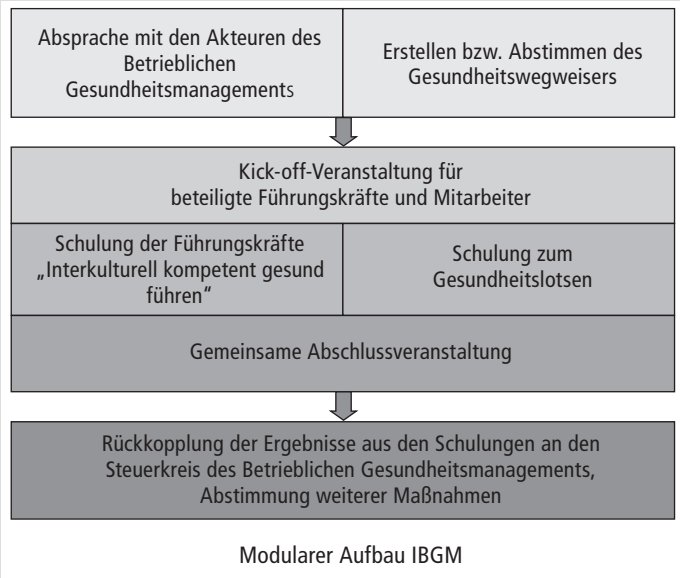
Die persönliche Ansprache der Verantwortlichen und unsere Informationsgewinnung bei Alkoholverkaufsstellen ist ebenfalls positiv zu bewerten. Die Vermittlung der Tatsache, dass die Gemeinde den Betreibenden Hilfestellung geben möchte, traf bei Betreibern auf durchaus gute Resonanz.

Damit wurde der Grundstein für eine Zusammenarbeit gesetzt. Die Umsetzung unseres Konzeptes konnte jedoch nicht ohne die Arbeit und Bemühungen des Bürgermeisters und des Gemeinderates sowie aller Beteiligten realisiert werden.

Gemeinde Veitsbronn
Gemeindejugendpflege – Leitung Jugendtreff Veitsbronn
Igor Ninic
Nürnberger Straße 2, 90587 Veitsbronn
Tel. (09 11) 7 52 08-31, Fax (09 11) 7 52 08-38
E-Mail: ininic@veitsbronn.de
www.veitsbronn.de



Setzen sich jetzt mit ein für Gesundheitsförderung bei Kolleginnen und Kollegen mit Migrationshintergrund: Die Gesundheitslotsen im Presswerk/Karosseriebau der BMW AG in München



Pilotprojekt „Interkulturelles Betriebliches Gesundheitsmanagement“ (IBGM): Bausteine und Umsetzung

Pilotprojekt zur Einführung eines Konzepts zur Gesundheitsförderung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit Migrationshintergrund in der Automobilbranche

Interkulturelles Betriebliches Gesundheitsmanagement (IBGM)

Eine Kooperation der BKK BMW und Initiative Gesundheit und Arbeit (iga)¹

1. Hintergrund

In Deutschland repräsentieren Migrantinnen und Migranten mehr als zwölf Prozent der Bevölkerung, die das Gesundheitssystem vor neue Herausforderungen stellen. Es ist anzunehmen, dass ein Migrationshintergrund einen Einfluss auf die Gesundheit der betroffenen Personen hat. Ihr Risiko zu erkranken erhöht sich, sie haben einen schwereren und damit ungleichen Zugang zum Gesundheitsversorgungssystem und sie ziehen einen geringeren Nutzen daraus (RKI, 2008). Dies lässt sich hauptsächlich zurückführen auf Kommunikationsprobleme, differierende subjektive Krankheitskonzepte und im Zusammenhang mit der Migration gemachte Erfahrungen.

Zusammen stellen diese Faktoren eine oft schwer überwindbare Barriere dar. Es muss daher eine prioritäre Aufgabe des Gesundheitssystems sein, den Zugang zur gesundheitlichen Versorgung für Migranten zu erleichtern. Die aktive Mitwirkung der Migranten selbst sowie eine Förderung ihrer spezifischen Ressourcen sind hierbei wichtig.

Die Situation der kulturellen Vielfalt zeigt sich auch in der BMW AG. In der Abteilung TM-2, dem Presswerk und Karosseriebau, in welcher das Konzept des Interkulturellen Betrieblichen Gesundheitsmanagements pilothaft eingeführt wurde, haben nur knapp 61% der hier Beschäftigten die deutsche Staatsangehörigkeit². Türkischer Herkunft sind ca. ein Viertel der Belegschaft, die verbleibenden ca. 15% verteilen sich auf unterschiedliche Nationalitäten, wie kroatisch, serbisch, griechisch, etc.

¹ iga ist eine gemeinsame Einrichtung der Verbände der deutschen Unfall- und Krankenversicherung; www.iga-info.de

² Dabei ist zu bedenken, dass sich unter diesen 61% auch diejenigen Mitarbeiter befinden, welche die deutsche Staatsbürgerschaft erworben haben. Eine Zuordnung der kulturellen Herkunft ist im Nachhinein nicht mehr möglich.

Dieser Umstand erfordert eine erhöhte Sensibilität der Führungskräfte für ihre Mitarbeiter mit Migrationshintergrund. Aufgrund der Kenntnisse über die ungleiche Teilhabe an der Gesundheitsversorgung muss der Zugang zu Versorgungs- und Präventionsangeboten im Betrieb erleichtert werden und sprachliche und kulturelle Barrieren berücksichtigt werden. Präventive Strategien müssen darauf abzielen, Kenntnisse über Lebensweisen und Lebenslagen, Gesundheitskonzepte und alltägliche Handlungsmöglichkeiten mit einzubeziehen. Genau diese Ansätze finden in dem Konzept des Interkulturellen Betrieblichen Gesundheitsmanagements (IBGM) Berücksichtigung. IBGM wurde im Auftrag der Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) maßgeblich durch den Diplom-Soziologen Ramazan Salman und Professorin Dr. Martina Harms entwickelt. Es fokussiert auf zwei Faktoren, die durch die Betriebe gut zu beeinflussen sind, nämlich das Führungsverhalten der direkten Vorgesetzten und die Einbindung von Beschäftigten in das Betriebliche Gesundheitsmanagement.

2. Projektziel

Die strukturelle Vernetzung der Gesundheitslotsen mit weiteren Akteuren des Gesundheitsmanagements in der BMW AG wird als mittelfristiges Ziel angestrebt. Ihre Lotsenfunktion besteht darin, auf gesundheitliche Defizite aufmerksam zu machen und diese in die entsprechenden Gremien zu tragen. Im Sinne des Empowerment-Ansatzes motivieren sie ihre Kollegen, an betrieblichen Vorsorge- und Präventionsangeboten teilzunehmen.

Das langfristige Ziel von IBGM ist es, die Gesundheit aller Mitarbeiter nachhaltig zu fördern und ihnen den Zugang zu Versorgungs- und Präventionsangeboten im Betrieb zu erleichtern. Dabei wird ausdrücklich auch auf die Bedürfnisse von Mitarbeitern mit Migrationshintergrund eingegangen, sprachliche und kulturelle Barrieren werden berücksichtigt. Dies trägt dazu bei, diese Mitarbeiter stärker in die gesundheitlichen Strukturen der BMW AG einzubinden und ihnen zur gleichberechtigten Teilhabe an Gesundheitsleistungen und -informationen zu verhelfen.

3. Umsetzung des Konzeptes

Die Umsetzung von IBGM sieht mehrere Bausteine vor. Diese können die flexibel an spezifische betriebliche Belange angepasst werden. Zunächst erhielten die beteiligten Akteure des Gesundheitsmanagements im Rahmen eines Steuerkreises zum Thema Sicherheit, Anwesenheit und Gesundheit (SAG) eine interkulturelle Beratung durch die externen Kooperationspartner. Nachdem sich der Steuerkreis zur Umsetzung von IBG entschieden hatte und die betriebspezifische Anpassung von IBG erfolgt war, wurden die folgenden Maßnahmen umgesetzt.

3.1. Auftaktveranstaltung

Die Auftaktveranstaltung war eine Informationsveranstaltung, an der neben den Teilnehmern des SAGs und den ausgewählten Gesundheitslotsen alle Führungskräfte einschließlich Meister der Produktionsabteilung TM-2 teilnahmen. Des Weiteren besuchten interessierte Vertreter des Betriebsrates, des Gesundheitsdienstes, der Personalabteilung und der Arbeitssicherheit diese Veranstaltung.

In der Auftaktveranstaltung stellten sich das Umsetzungsteam, externe Projektpartner und Referenten und die Teilnehmenden selbst vor. Neben der Darstellung des Projekts wurden in Kleingruppen offene Fragen sowie positive und negative Rückmeldungen erarbeitet.

3.2. Führungskräfteseminar

Das Führungskräfteseminar diente der Sensibilisierung von Führungskräften für kulturelle Unterschiede und den Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit. In dem Seminar wurden Handlungsfelder erarbeitet und Inhalte vermittelt, die zu einem größeren Verständnis der Zusammenhänge Migration, Kultur und Gesundheit sowie von interkultureller Kompetenz und Gesundheitsmanagement führte. Die Führungskräfte erarbeiteten, welche Aufgaben, Rolle und Einsatzmöglichkeiten der Gesundheitslotsen sie in ihren entsprechenden Abteilungen sehen.

3.3. Schulung der Gesundheitslotsen

Die Auswahl der Gesundheitslotsen erfolgte nach festen Kriterien, die vorher gemeinsam formuliert wurden. So sollten sie z.B. neben guten Deutschkenntnissen auch Vertrauen und Anerkennung in ihrem Produktionsbereich genießen. Ein BMW-Spezifikum war die Tatsache, dass nicht ausschließlich Mitarbeiter mit Migrationshintergrund zu Gesundheitslotsen ausgebildet wurden. Die Mitarbeiter wurden angesprochen und konnten freiwillig entscheiden, ob sie Gesundheitslotsen werden wollten oder nicht.

Die Schulung fand in deutscher Sprache statt. Insgesamt nahmen 20 Mitarbeiter an der Schulung teil, für welche ein Zeitrahmen von 40 Stunden veranschlagt wurde.

Die Schulung gliederte sich in einen theoretischen Teil, in dem grundsätzliche Themen wie die eigene Gesundheit, Migration und Aufgaben im betrieblichen Gesundheitsmanagement behandelt wurden. Weiterhin lernten die Teilnehmer alle relevanten Ansprechpartner im Betrieb kennen. Der methodische Teil befasste sich mit praktischen Anwendungsübungen z.B. zur Kommunikation, dem Aufbau von und der Arbeit in Netzwerken.

Ein Schulungstag wurde auf die Frage verwandt, wie die Rolle des Gesundheitslotsen

definiert sein sollte und welche Aufgaben die Gesundheitslotsen künftig übernehmen wollen.

Rolle und Aufgaben der Interkulturellen betrieblichen Gesundheitslotsen

Die Gesundheitslotsen verstehen sich als gleichberechtigte Kollegen, die Überblickswissen zum betrieblichen Arbeitsschutz und Gesundheitsmanagement erworben haben. Die Schulung befähigt sie, Kollegen durch das betriebsinterne Gesundheitsangebot zu lotsen. Sie kennen die Akteure des betrieblichen Gesundheitsmanagements und sind für diese ebenso Ansprechpartner wie für ihre Kollegen. Die Gesundheitslotsen haben eine Brückenfunktion:

- Sie geben gesundheitsrelevante Informationen weiter, die durch das Gesundheitsmanagement bereitgestellt werden.
- Sie unterstützen die Kommunikation von Veranstaltungen.
- Sie motivieren ihre Kollegen zur Teilnahme an Veranstaltungen.
- Sie informieren und beraten ihre Kollegen zu Strukturen und Ansprechpartnern im Betrieb.
- Sie lotsen ihre Kollegen zu den entsprechenden Anbietern / Ansprechpartnern.
- Sie machen auf gesundheitliche Defizite aufmerksam und tragen diese Informationen an die richtigen Stellen.
- Sie sind durch einen gewählten Vertreter im Steuerkreis Sicherheit, Anwesenheit und Gesundheit vertreten.
- Sie sind Ansprechpartner für Kolleginnen und Kollegen bei deren gesundheitlichen Problemen und nehmen eine Vermittler- und Verteilerfunktion wahr.

3.4. Abschlussveranstaltung

Die Abschlussveranstaltung diente der Vernetzung der unterschiedlichen Zielgruppen von IBGM und dem Austausch der in der Gesundheitslotsenschulung und dem Führungskräfte-Training erarbeiteten Erwartungen an das weitere Vorgehen und die Rolle der Gesundheitslotsen. Die Vorstellungen, Wünsche und Erwartungen beider Gruppen waren im Wesentlichen deckungsgleich. Gemeinsam wurde diskutiert, wie die Arbeit der Gesundheitslotsen in der nächsten Zeit umgesetzt werden kann.

Zum Abschluss dieser Veranstaltung wurde den Gesundheitslotsen ein iga-Zertifikat ausgehändigt, das ihnen die erfolgreiche Teilnahme an der Schulung zu Gesundheitslotsen bestätigt.

Nachhaltigkeit

In der Abschlussveranstaltung wurden vor allem drei Aspekte betont, die für die Sicherung der Nachhaltigkeit stehen. So sollen die Gesundheitslotsen

1. die Gelegenheit bekommen, sich regelmäßig zu treffen. Es wurde ein vierwöchiger Rhythmus vereinbart. Die Gesundheitslotsen werden hierfür von ihrer Arbeit freigestellt. Inhalte der Treffen sind, neben der Intensivierung von und Gesundheitsthemen, die Organisation der Lotsenarbeit und der Austausch der Lotsen untereinander.
2. sich strukturell mit anderen Akteuren des betrieblichen Gesundheitsmanagements vernetzen (z.B. BKK BMW, Gesundheitsdienst), indem sie je nach Bedarf an den jeweiligen Arbeitskreisen teilnehmen. Gewählte Vertreter der Gesundheitslotsen sollen am SAG teilnehmen.
3. aktiv in Maßnahmen und Aktionen des betrieblichen Gesundheitsmanagements einbezogen werden. Dies, indem sie als Multiplikatoren fungieren, die Informationen über diese Maßnahmen an ihre Kollegen weitergeben und sie dazu motivieren, daran teilzunehmen.

Aktueller Stand

Knapp sechs Monate nach der Abschlussveranstaltung konnten alle geplanten Maßnahmen zur Sicherung der Nachhaltigkeit umgesetzt werden. Die Gesundheitslotsen haben bereits mehrfach getagt. Es wurden zwei Vertreter als Sprecher gewählt, jeweils einer aus der Abteilung Karosseriebau und der Abteilung Presswerk. Ebenso wurde ein Schriftführer ernannt. Dieser übernimmt die Protokollierung der Treffen und pflegt den Maßnahmenkatalog.

Auch die Vernetzung der Lotsen ist erfolgt. Beide Lotsenvertreter nehmen regelmäßig an Sitzungen des SAG teil. Die Führungskräfte und Meister werden regelmäßig über Arbeit und Aktivitäten der Lotsen informiert, indem ihnen der Maßnahmenkatalog der Lotsen zugeht. Weiterhin nimmt pro Treffen eine Führungskraft an den Lotsentreffen teil.

In den sog. Gruppenrunden (abteilungsinterne Gruppengespräche) übernimmt ein Großteil der Lotsen die Aufgabe, regelmäßig über gesundheitsrelevante Informationen und Veränderungen (z.B. Vorsorge und Wiedereingliederung) zu berichten.

Bereits zwei Gesundheitsaktionen der BKK BMW (Thema Darmkrebs und Thema Mundgesundheit) wurden durch die Gesundheitslotsen unterstützt. Die Unterstützung durch die Gesundheitslotsen sah vor, Informationsflyer an ihre Kollegen weiterzugeben und sie zur Teilnahme zu motivieren. Im Fall der Darmkrebsaktion halfen sie Kollegen mit Verständnisschwierigkeiten, die Testsets im Internet zu bestellen oder erläuterten ihre Anwendung. Sie sorgten dafür, dass das Thema Darmkrebs diskutiert wurde, stellten es in Gruppenrunden vor und gingen nicht zuletzt mit gutem Beispiel voran.

Insgesamt stößt dieses Konzept in der BMW AG auf großen Zuspruch. Die Gesundheitslotsen werden in ihren Arbeitsbereichen akzeptiert und von ihren Kollegen auch informell zu Gesundheitsthemen angesprochen. Die Führungskräfte unterstützen das Projekt, indem sie die Gesundheitslotsen, wenn möglich, für ihre Aufgabe freistellen.

3.5. Broschüre „Gesund arbeiten. Ein Wegweiser für Gesundheit im Betrieb“

Ein weiterer Baustein in dem Gesamtkonzept ist die Broschüre „Gesund arbeiten. Ein Wegweiser für Gesundheit im Betrieb“. Dieser Gesundheitswegweiser wendet sich an Mitarbeiter mit Migrationshintergrund. Der Wegweiser liegt in deutscher, türkischer und englischer Sprache vor und kann aus dem Internet bezogen werden (www.iga-info.de).

4. Qualitätssicherung, Dokumentation, Evaluation

Die Vielfältigkeit der Maßnahmen, die bei TM-2 im Rahmen der Arbeit des SAG durchgeführt wurden (Führungskräfte trainings, Rückkehrgespräche, Wiedereingliederungsmanagement) erschwert eine objektive Evaluation. In Planung ist jedoch eine Erhebung der Auswirkungen des Projekts wie beispielsweise zur Zufriedenheit der Projektentwicklung und zur Wahrnehmung des Projekts bei Gesundheitslotsen, Führungskräften und Mitarbeitern nach Ablauf eines Jahres nach Aufnahme der Lotsentätigkeiten.

Für den Erfolg des Projektes sprechen bereits jetzt die positiven Rückmeldungen der Gesundheitslotsen, die sich in ihrer Arbeit von Kollegen und Vorgesetzten akzeptiert resp. gefördert sehen. Sie sehen sich gut in der Lage, die Rolle, welche sie für sich definiert hatten, auszuüben. Die Kollegen nehmen das Angebot wahr, die Gesundheitslotsen als Spezialisten in Sachen Betrieblicher Gesundheitsförderung zu konsultieren.

Die Überlegung, IBGM in anderen Produktionsabteilungen umzusetzen, ist insgesamt Ausdruck für den Erfolg und den Zuspruch, den das Projekt im Unternehmen erfährt. Weiterhin kann und soll das IBGM-Projekt in anderen Betrieben umgesetzt werden. Die Initiative Gesundheit und Arbeit wird daher IBGM aktiv bewerben und strebt an, in 2009 die Umsetzung in bis zu zehn Unternehmen zu begleiten. Die iga vermittelt dabei Trainer und Referenten, stellt die Curricula und Schulungsmaterialien sowie die Broschüre „Gesund arbeiten“ zur Verfügung. Die Qualitätssicherung wird somit durch die iga gewährleistet.

„Traditionell gibt es bei uns eine hohe Identifikation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit dem Unternehmen. Unabhängig von dem jeweiligen kulturellen Hintergrund ist es unsere gemeinsame BMW-„Kultur“, die das Miteinander am Arbeitsplatz positiv

bestimmt. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Migrationshintergrund müssen aber besondere sprachliche und kulturelle Barrieren überwinden. Mit dem IBGM gelingt es, vor dem Hintergrund verschiedener Herkunftskulturen, die Mitarbeiter noch stärker in die BWM AG einzubinden. Hierfür wurden die Führungskräfte geschult, um ihre Kompetenzen im Umgang mit der kulturellen Vielfalt zu erweitern. Die neu ausgebildeten Gesundheitslotsen geben ihre Kenntnisse an ihre Landsleute und Kollegen weiter, wenn nötig auch in der jeweiligen Muttersprache. Aufgrund der guten Erfahrung wollen wir das IBGM auch in anderen Unternehmensteilen einführen.“ (Joachim Gröger, BMW, Leiter Presswerk, Karosseriebau, Werk München)

BKK BMW

Ansprechpartnerin: Dr. Nicole Granrath, MPH

Gesundheitsmanagement

Dostlerstraße 3, 80809 München

Tel.: (0 89) 3 82- 1 11 76, Fax (0 89) 3 82- 1 11 81

E-Mail: Nicole.Granrath@bmw.de

www.bkkbmw.de

In Kooperation mit:

BKK Bundesverband

Initiative Gesundheit und Arbeit (iga)

Ansprechpartner: Dr. Wolfgang Bödeker

Tel.: (02 01) 1 79 13 70

E-Mail: boedekerw@bkk-bv.de

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

Übermäßiger Konsum von Alkohol beschäftigt die Gesellschaft in vielen Bereichen. Ganz besonders gilt das derzeit für das Thema Jugendliche und Alkohol. In Nürnberg setzen sich mehrere Projekte sehr engagiert für die Prävention ein. Entstanden sind unter anderem das Musical „Alkorapical“ von und für Jugendliche (S. 90), der Musiksampler „Weg von der Flasche“, eingespielt von örtlichen Jugendbands (S. 98), und eine Infobroschüre für Eltern, deren Kinder Alkohol missbräuchlich konsumieren (S. 96).



Auch das Multiplikatorenprojekt zur Ausstellung „NA TOLL!“ (S. 94) und die Streetwork-Aktion „Auf Euer Wohl - Die Katertüte“ (S. 92) gehören dazu.





Prevention through Activity in Kindergarten Trial, kurz „PAKT“: Das Programm der Universitäts-Kinderklinik Würzburg bringt in Zusammenarbeit mit Kindergärten der Region mehr Bewegung in den Alltag von Kindern und ihren Eltern – unter anderem durch tägliche Bewegungseinheiten im Kindergarten, Bewegungshausaufgaben und Ferienkarten mit Spielvorschlägen für die ganze Familie (S. 52)

Briefhüpfen

Zeichnen Sie vier Quadrate (Seitenlänge ca. 40 cm) und ein großes Kästchen (Seitenlänge ca. 1 m), in das Sie ein Kreuz malen (siehe Foto) und ein Dach darauf setzen auf die Straße. Nun hüpf man mit beiden Beinen durch alle Felder und wieder zurück ohne die Linien zu berühren. In der zweiten Runde hüpf man auf dem rechten Bein durch die ersten fünf Felder, mit gegrätschten Beinen in die nebeneinander liegenden Dreiecke, auf dem rechten Bein in das oberste Dreieck und ins Dach. Dort den Fuß wechseln und auf dem linken Bein zurück.

1. Kästchen aufmalen.



2. Mit beiden Beinen durch alle Felder hüpfen.



3. Mit rechts die ersten fünf Felder, gegrätscht durch die nebeneinander liegenden Dreiecke, auf dem linken Bein zurück.



Raus aus der Burg

Mit Hilfe von Steinchen, einem Seil oder Kreide wird ein Kreis am Boden markiert. Das ist die „Burg“. Alle stehen in der „Burg“. Aber jeder wäre zu gerne alleiniger „Burgherr“ oder „Burgherrin“, sodass die Spieler versuchen, sich gegenseitig aus dem Kreis zu drängen.

1. Alle stehen in einem Kreis.



2. Jeder versucht die anderen aus der „Burg“ zu drängen.



Landsberger Eltern-ABC

Ein Kooperationsprojekt des Landratsamtes und der SOS-Kinderdorf-Beratungsstellen begleitet Eltern bis zum 3. Geburtstag ihres Kindes

Anlass

„Die Unsicherheit von Eltern, was die Entwicklung, Erziehung und Förderung ihrer Kinder anbelangt, ist unserer Erfahrung nach in allen Bevölkerungsschichten sehr hoch ... Dadurch kann viel Druck und Stress in den Familien entstehen“. Neben medizinischer Beratung wünschen sich viele Eltern Hilfestellung bei der Erziehung und anderen Fragen rund um Säugling, Baby und Kleinkind. Im Landkreis Landsberg am Lech gab es bislang kein entsprechendes, umfassendes Angebot.

Projektziele

Praktische Informationen und Anregungen über gesunde Entwicklung, positive Erziehung und angemessene Förderung von Kindern sowie gelingende Beziehungen in der Familie für Eltern im Landkreis Landsberg, die ihr erstes Kind erwarten oder bekommen haben; Begleitung bis zum 3. Lebensjahr. Vernetzung aller relevanten Einrichtungen; langfristig Aufbau eines landkreisweiten Netzwerks für junge Familien, um Erziehungskompetenzen zu stärken und bei Bedarf schnelle, gezielte Hilfe zur Verfügung zu stellen.

Umsetzung

Das Eltern-ABC ist eine Kooperation des Landratsamtes Landsberg mit dem SOS-Kinderdorf Ammersee-Lech. Auftaktveranstaltung im Mai 2008; seither fortlaufend aufeinander aufbauende, auf das Alter der Kinder abgestimmte Abendveranstaltungen zu wichtigen Themen der Entwicklung, Erziehung und Förderung sowie Stressbewältigung.

- Einladung aller Ersteltern im Landkreis (ca. 900 Geburten jährlich) über Kinderärzte, Gynäkologen, Hebammen, Jugendamt; Beginn der Kurse während der Schwangerschaft. Die Kurse finden alle zwei Monate parallel in fünf Orten des Landkreises statt; etwa alle vier Monate beginnt eine neue Reihe. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Kinder können mitgebracht werden. Eltern erhalten pro Kursbesuch im ersten Jahr einen Bonus von 20 Euro.
- Kursinhalte: „Vorbereitung auf das Kind“ – „Das Kind ist da“ (Bindung, Feinfühligkeit) – „Das Baby wächst“ (Entwicklung Motorik, Wahrnehmung, Spielen, Sozialverhalten, Möglichkeiten der Förderung) – „Wellness für Eltern“ – „Positiv erziehen von Anfang an“ – „Sprechen lernen leicht gemacht“ – „Erste Schritte ohne Kind“ (Fremdbetreuung, Loslassen, Trennungsangst) – „Spiel, Spaß und Förderung“ (Entdeckungslust und Neugier, kindgerechte Freizeitgestaltung) – „Von Person zu Persönlichkeit“ (Umgang mit Trotz und Wut; neue Entwicklungsstufen); gearbeitet wird

mit Vorträgen und interaktiven Methoden. Kurspatinnen vor Ort sind zusätzliche Ansprechpartner für Eltern.

- Im Jahr 2008 wurden die 18 Kurse von durchschnittlich 6 Teilnehmern besucht (insgesamt 104 Elternteile). Im ersten Halbjahr 2009 hatte jeder Kurs durchschnittlich 15 Teilnehmer; insgesamt nahmen bereits 267 Eltern teil.
- Evaluation über Fragebögen, Beobachtungsbögen; Auswertung im Rahmen einer Diplomarbeit an der Universität Augsburg. Sehr positive Rückmeldungen: 95% der Teilnehmer bewerteten die Kurse als sehr gut/gut verständlich, 90% wollen Gehörtes umsetzen und den nächsten Kurs besuchen; die Anregungen in die Tat umsetzen konnten 26% sehr gut, 37% gut, 32% befriedigend.
- Eine kostenlose Familienfibel nennt Adressen rund um Schwangerschaft, Geburt, Baby und Kleinkind, Beratung und Hilfe, Kurse, Freizeitangebote u.a. (Neuaufgabe 2009); Vorträge (z.B. Rolle der Großeltern, Erste Hilfe, Vater sein heute)
- Vernetzung der Einrichtungen im Landkreis durch Expertentreffen

Dokumentation: Projektdarstellung, Flyer 2009 und Familienfibel, Fragebogen, Auswertung 2008 und erstes Halbjahr 2009, Presseberichte, Diplomarbeit „Elterntaining in der Familienbildung“

Ressourcen

Finanzierung durch Landratsamt Landsberg (Abt. Gesundheit und Prävention und Amt für Jugend und Familie) und SOS-Kinderdorf Ammersee-Lech (Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, Entwicklungsdiagnostische Beratungsstelle); private Sponsoren. Schirmherrschaft des Landrats.

Kommentar im Projekt

„Im Herbst 2007 begann die Planung für den Start im Frühjahr 2008 ... Insgesamt rannten wir ‚offene Türen‘ ein und bekamen viel positive Resonanz und Unterstützung ... Nun sind die ersten Ergebnisse da, unser Kursprogramm hat sich um fünf weitere Bausteine in 2009 erweitert und die Teilnehmerzahlen haben sich fast verdreifacht ... Inzwischen haben andere bayerische Landkreise ... Kontakt mit uns aufgenommen, weil sie unser Projekt auch in ihrer Region installieren möchten.“

SOS-Beratungsstellen Landsberg

SOS-Erziehungsberatungsstelle

Ansprechpartnerin: Claudia Reinold

Spöttinger Straße 4, 86899 Landsberg am Lech

Tel. (0 81 91) 9 11 82-0

E-Mail: claudia-reinold@sos-kinderdorf.de

www.landsberger-eltern-abc.de

PAKT: Prevention through Activity in Kindergarten Trial

Die Universitäts-Kinderklinik Würzburg bringt in Zusammenarbeit mit Kindergärten der Region mehr Bewegung in den Alltag von Kindern und ihren Eltern

Anlass

Die motorische Leistungsfähigkeit von Kindern im Kindergartenalter sinkt, während die Adipositasprävalenz steigt. Maßnahmen der Primärprävention sind in dieser Altersgruppe besonders erfolgversprechend, weil hier langfristige Verhaltensweisen ausgebildet werden. Das Bewegungsverhalten von Kindern ist zunächst stark vom Verhalten der Eltern geprägt. Eine Intervention zur Bewegungsförderung muss daher versuchen, neben den Kindern auch ihre Bezugspersonen zu erreichen. Der Kindergarten ist zudem besonders geeignet, auch sozial benachteiligte Familien anzusprechen.

Projektziele

Entwicklung eines Interventionsprogramms für Kindergärten, das die motorische Leistungsfähigkeit von 4- und 5-Jährigen verbessert, ihre körperliche Aktivität steigert und Übergewicht vorbeugt. Überprüfung der Umsetzbarkeit in 20 Kindergärten, Evaluation, Verbesserung und Transfer auf weitere Kindergärten der Region und darüber hinaus. Zielgruppe sind Kindergartenkinder und ihre Eltern; Erzieherinnen sind als unmittelbare Anbieter eingebunden.

Umsetzung

Beginn im Herbst 2006 mit Entwicklung der Programminhalte (Spielesammlung, Bewegungshausaufgaben, Infomaterial). Projektvorstellung und Einladung der Kindergärten der Regionen Würzburg und Kitzingen; Kindergärten in Gebieten mit hohem Anteil sozial benachteiligter Familien wurden persönlich kontaktiert. 41 Kindergärten waren zur Teilnahme bereit. Information der Eltern und Erzieherinnen. Im Sommer 2007 erste Untersuchung (Motorik, Anthropometrie) von 726 Kindern. Aufteilung der Kindergärten per Los in Interventions- (21) und Kontrollgruppe (20 Kindergärten). In den Interventionskindergärten mit insgesamt 378 Kindern integrierten die Erzieherinnen das Programm PAKT während des gesamten Kindergartenjahres 2007/08.

- Inhalte: täglich eine zusätzliche Bewegungseinheit von 30 Min. (Psychomotorik), ein bis zwei „Bewegungshausaufgaben“ pro Woche, Ferienkarten mit Spiel- und Übungsideen zur Erhöhung der familiären Aktivität. Drei Elternabende mit Informationen zur gesunden Entwicklung, ergänzt durch Flyer, Elternbriefe.
- Workshops für Erzieherinnen mit Erprobung von Beispielen; Anregungen wurden aufgenommen. Hospitationen von Sportpädagogen und Physiotherapeutin zur Weiterentwicklung der Bewegungsintervention

- Ein „Bewegungspass“ gab Eltern und Kindern ein direktes Feedback; eingetragen wurden die motorischen Testergebnisse zu vier Zeitpunkten mit Bewertung in den Medallienstufen Gold, Silber oder Bronze.

Evaluation: Untersuchungen der Kinder, Fragebögen. Zwei Drittel der Eltern haben die Bewegungshausaufgaben mindestens einmal pro Woche gespielt; 68% sehen sie als „gute Anregung zur Gestaltung eines aktiven Alltags“. Alle Erzieherinnen beurteilen die Akzeptanz des Programms bei den Kindern als gut/sehr gut. Verbesserung der motorischen Leistungsfähigkeit, Steigerung der körperlichen Aktivität sowie Reduktion des Körperfettanteils der Kinder in den Interventionskindergärten.

Inzwischen wenden auch die Kindergärten der Kontrollgruppe PAKT an; im Rahmen der Aktion „Würzburg bewegt sich“ wurden 2009 alle städtischen Kindergärten mit Projektmaterialien ausgestattet. Ein deutschlandweiter Projekttransfer ist in Planung (GEK).

Dokumentation: Projektdokumentation und -materialien, Elternbrief, Flyer, Bilder

Ressourcen

Finanzierung: Bundesministerium für Bildung und Forschung (Evaluation), Gmünder Ersatzkasse GEK (Materialien, Programmtransfer), Eigenmittel der Universitäts-Kinderklinik und der Kindergärten. Unterstützung durch die Quartiersmanagerin der Sozialen Stadt in Würzburg (Brückenbildung zu Familien mit Migrationshintergrund, Übersetzungen)

Kommentar im Projekt

„Die Ergebnisse und Erfahrungen aus dem Projekt geben einen nachhaltigen Hinweis darauf, dass eine Integration eines zusätzlichen Bewegungsprogramms im Kindergarten möglich ist und dieses die motorische und gesundheitliche Situation von Vorschulkindern positiv beeinflussen kann ... Da das Programm individuelle räumliche und strukturelle Gegebenheiten von Kindergärten berücksichtigt, ist eine Übertragung auf andere Institutionen problemlos möglich.“

Universitätskinderklinik Würzburg
im Verbund mit 41 Kindergärten der Region
Ansprechpartner: Dr. Kristina Roth, Prof. Dr. Helge Hebestreit
Josef-Schneider-Straße 2, 97080 Würzburg
Tel. (09 31) 20 12 71 01, Fax (09 31) 20 12 72 42
E-Mail: roth_k1@klinik.uni-wuerzburg.de

Mach mit – bleib fit!

Der Kindergarten St. Elisabeth in Scheinfeld geht „Mit gesunden Gewohnheiten durch das Kindergartenjahr“

Anlass

Im Kindergartenalltag beobachten Erzieherinnen ein passives Bewegungsverhalten vieler Kinder und Auffälligkeiten in der Grobmotorik sowie häufig ein falsches Ernährungsverhalten in den Familien. Sie berichten über „infektanfällige Kinder, verhaltensauffällige Kinder, verwöhnte Kinder“. Für das Kindergartenjahr 2008/09 wurde daher der Schwerpunkt auf die gesundheitliche Bildungs- und Erziehungsarbeit gelegt.

Projektziele

Gesundheitsprävention soll alle Bildungs- und Entwicklungsbereiche der Kinder erreichen und stärken. Inhaltliche Schwerpunkte sind Freude an der Bewegung, gesunde Ernährung, Hygiene und Körperpflege, Unfallprävention, Verständnis für körperliche Zusammenhänge, soziale Unterstützung, Sinneserfahrungen und der Umgang mit Emotionen. Feste Rituale und Programme zur Ernährung und Bewegung im Kindergartenalltag.

Umsetzung

In Anlehnung an den gesetzlichen Bildungs- und Erziehungsplan (BEP) werden im Kindergarten St. Elisabeth die inhaltlichen Schwerpunkte des Jahresthemas „Mach mit – bleib fit! Mit gesunden Gewohnheiten durch das Kindergartenjahr“ im Tagesablauf und in der differenzierten Gruppenarbeit umgesetzt:

- Ernährung: z.B. „Wir praktizieren gesundes Frühstück“, gemeinsames Kochen, Gemüsememory u.a., Teilnahme am TigerKids-Programm der AOK Bayern
- Bewegung: regelmäßige Turn- und Bewegungsstunden, wöchentliches Nachmittagsangebot „Spielen in der Natur – Komm wir gehen in den Wald“ (Förderung von Kondition, Koordination, Ausdauer und Kraft, Sozialverhalten, Selbstvertrauen und Selbstsicherheit, Einschätzung der persönlichen Grenzen), wöchentliche Psychomotorikstunden für Kinder mit Auffälligkeiten in Verhalten, Motorik und/oder Sprachentwicklung zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung (regelmäßiges Angebot seit 2005)
- Hygiene, Körperpflege, Verständnis für körperliche Zusammenhänge: z.B. Zahngesundheitstage mit dem örtlichen Zahnarztteam
- Unfallprävention: Feuerwehr und Polizei unterrichten und trainieren die Kinder
- Sinneserfahrungen z.B. im „Erlebnisraum Wald“, Besuch auf dem Bauernhof
- Soziale Unterstützung, Umgang mit Emotionen: Theaterprojekte fördern das Selbst-

bewusstsein und den Gemeinschaftssinn; Geschichten zu hören hilft, Emotionen zu steuern

- Elternarbeit: regelmäßiger Austausch, Elternabende, Infobriefe. Plakatwände im Kindergarten informieren über die Projekte. Öffentlichkeitsarbeit durch die örtliche Presse

Die Konzeption des Projekts ist im pädagogischen Handbuch des Kindergartens festgeschrieben; die Projekte werden einzeln dokumentiert.

Dokumentation: Projektdarstellung, Beispiele aus der pädagogischen Arbeit, Wochenprogramm aus dem März 2009, Bilder

Ressourcen

Zusammenarbeit mit Eltern, mit der Grundschule und der Berufsfachschule für soziale Berufe sowie mit der AOK Bayern. Projekte mit Feuerwehr, Polizei, dem örtlichen Sportverein und anderen Vereinen.

Kommentar im Projekt

„Wir orientieren uns wieder an den Zeiten und Festen im Jahreskreis ... Ziele: gesunde und fitte Kinder bilden und erziehen, gute und gesunde Gewohnheiten in den Familien trainieren, alle Bildungs- und Entwicklungsbereiche stärken“.

Kath. Kindergarten St. Elisabeth Scheinfeld

Ansprechpartnerin: Anna Schwab

Goethestraße, 91443 Scheinfeld

Tel. (0 91 62) 2 21

E-Mail: st.elisabeth-scheinfeld@kta.erzbistum-bamberg.de

Der Natur auf der Spur

Eine Fortbildung für das pädagogische Personal des Städtischen KinderTages-Zentrums „Kinderglobus“ in München

Anlass

Gerade in der Stadt ist für Kinder der Aufenthalt im freien Gelände für die Entwicklung wichtig. In Kindertageseinrichtungen hat das Personal aufgrund der eigenen Sozialisation oft jedoch nur wenig Erfahrung, sich in Naturräumen sicher zu bewegen, d.h. sich zu orientieren, Gefahrensituationen einzuschätzen und entsprechende Vorkehrungen zu treffen. Dies führt dazu, dass mit den Kindern die „sichere Umgebung“ der Einrichtung erst gar nicht verlassen wird bzw. nur vertraute städtische Orte wie Spielplätze aufgesucht werden.

Projektziele

Gesundheitsfördernde Bewegungsangebote für Kinder in der stadtnahen Natur werden systematisch in der pädagogischen Arbeit in Kindertageseinrichtungen verankert. Die Fortbildung gibt dem pädagogischen Personal Anregungen für Bewegung und Entspannung mit Kindern in der Natur und vermittelt objektive, subjektive sowie rechtliche Sicherheit. Das pädagogische, naturkundliche und methodische Fachwissen wird erweitert. Die naturpädagogischen Ideen werden mit dem Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplan verbunden.

Umsetzung

Fortbildung des pädagogischen Personals des KinderTagesZentrums (KiTZ) „Kinderglobus“ in München (rund 25 Mitarbeiterinnen). In der Einrichtung werden 105 Kinder im Alter bis zu sechs Jahren aus 30 verschiedenen Nationen betreut.

- Die Fortbildung umfasste fünf Themenblöcke in den Naturräumen Garten, Umgebung des KiTZ, Wald, Wasser und Wiese, die zwischen Oktober 2008 und April 2009 jeweils zwei Mal angeboten wurden (Dauer jeweils einen halben bzw. einen ganzen Tag), sowie eine Einführungs- und eine Abschlussveranstaltung zur Sicherung der Nachhaltigkeit.
- Im Mittelpunkt stand das Lernen durch Erleben der unterschiedlichen Naturräume, u.a. durch Wahrnehmungsübungen, Bewegungsübungen (Klettern, Balancieren, Geschicklichkeitsspiele). Jeder Themenblock umfasste die Bausteine Gesundheitsförderung durch Bewegung, Sicherheit (naturkundliche Grundkenntnisse, Hygiene, Notfallausrüstung), Planung und Organisation, Materialausstattung und Methoden.
- Die Teilnehmerinnen erhielten zu jeder Fortbildung Unterlagen mit Beschreibung der Inhalte und Methoden sowie Protokolle der Ideensammlungen.

- Jede Fortbildungseinheit wurde über einen Fragebogen ausgewertet und die Ergebnisse in die Planung der nächsten Einheit einbezogen. Die Resonanz der Teilnehmerinnen war insgesamt sehr positiv.

Dokumentation: Projektbericht, Jahresbericht 2007 NET e.V., Fotos

Ressourcen

Finanzierung durch das Stadtjugendamt München

Kommentar im Projekt

„Bei den Fortbildungsveranstaltungen stand nicht die reine Wissensvermittlung, sondern das Lernen im Erleben – manchmal auch von Ungewohntem – mit Spaß und Freude im Mittelpunkt. Für die einen lag die Herausforderung im Verlassen befestigter Wege ..., für die anderen waren es Ekelbarrieren und Unsicherheitsgefühle bezüglich der Tier- und Pflanzenwelt, die durch die richtige Einschätzung der Gesundheitsrisiken und Kenntnis geeigneter Hygienemaßnahmen abgebaut bzw. objektiviert wurden ... Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass eine Vielzahl von Ideen entstanden ist und diese zum größten Teil bereits mit den Kindern umgesetzt und von diesen angenommen wurden ... Mit der Fortbildung ist es gelungen, das pädagogische Personal für das Thema zu begeistern, wovon über 100 Kinder schon im ersten Jahr profitierten.“

Natur Erlebnis Touren (NET) e.V.

Ansprechpartner: Karl Weidemann

Asamstraße 24, 81541 München

Tel. (089) 65 30 83 91

E-Mail: karl.weidemann@naturerlebnistouren.net

www.naturerlebnistouren.net

Bewegungsspaß hoch 7

Förderung von motorischen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten von Kindern im Vorschul- und Grundschulalter in Reha

Anlass

Einschulungsuntersuchungen zeigen immer häufiger Defizite von Kindern im motorischen, koordinativen und kognitiven Bereich; beobachtet werden u.a. fehlendes Körperbewusstsein, fehlende Kraft und Ausdauer, Bewegungsmangel sowie sprachliche Defizite aufgrund einer mangelhaften Mundmotorik. Das Programm „Bewegungsspaß hoch 7“ soll die Kurse „Jolinchens Bewegungskiste“ und „Abenteuer Bewegung“ der AOK weiterführen.

Projektziele

Verbesserung der körperlichen, motorischen und kognitiven Fähigkeiten von Kindern im Vorschul- und Grundschulalter und damit nachfolgend der Ergebnisse der Einschulungsuntersuchungen.

Umsetzung

Im Rehabilitations- und Präventionszentrum PhysioG wurde das Programm „Bewegungsspaß hoch 7“ erarbeitet, das sich an Kinder im Vorschulalter von fünf bis sechs Jahren sowie an Erstklässler richtet. Es baut auf die AOK-Konzepte „Jolinchens Bewegungskiste“ und „Abenteuer Bewegung“ auf. PhysioG führt das Programm in Kooperation mit Kindergärten bzw. Schulen durch (Kursleitung durch einen Physiotherapeuten mit Qualifikation als Kinderrückenschullehrer)

- „Bewegungsspaß hoch 7“ ist ein Zirkeltraining mit sieben Stationen zur Förderung von Fein- und Grobmotorik, Wahrnehmung, Konzentration, Auge-Hand-Koordination, Mundmotorik, Haltung, Kraft und Gleichgewicht (Stationen: „Formen nachlegen“, „Balanceakt auf der Turnbank“, „Sandsack angeln“, „Springen in Variationen“, „Papiertransport mit Trinkhalm“, „Wurfbude“, „Lastentransport“). Zusätzlich gibt es die Bewegungsspiele („Musikstoppspiel“) und eine Ruheübung.
- Ein Kurs besteht aus sieben Einheiten à 60 Minuten, die einmal wöchentlich stattfinden. Sie gliedern sich jeweils in Extensive Phase (Aufwärmen, 8 Min.), Intensive Phase I (Zirkeltraining, 35 Min.), Intensive Phase II (Bewegungsspiel 7 Min.) und eine abschließende Phase der Ruhe und Entspannung (10 Min.).
- Zum Kurs gehört ein Elternabend mit Vorstellung des Programms und Erfahrungsaustausch.
- Der Kurs wird durch Herantreten an Kindergärten und Schulen bekannt gemacht; Bewerbung durch die AOK.

- Eltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Lehrkräfte werden in Gesprächen und mit einem Fragebogen zum Projekt befragt.

Dokumentation: Präsentation „Bewegungsspaß hoch 7“

Ressourcen

Die Kursgebühr beträgt 100 Euro; 75 bis 85% der Gebühr können von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet werden.

Kommentar im Projekt

„Erschreckende Ergebnisse bei Einschulungsuntersuchungen ... Das neue Kurskonzept Bewegungsspaß hoch 7 wirkt den durch Einschulungstests belegten Defiziten von Schulanfängern im motorischen, koordinativen und kognitiven Bereich entgegen.“

Physiotherapiepraxis PhysioG
Ansprechpartner: Torsten Gärtner
Schillerplatz 6, 95111 Rehau
Tel. (0 92 83) 59 29 59
E-Mail: info@physiog.de
www.physiog.de

TopfFit in die Schule

Ein Ernährungs- und Bewegungsprojekt für die erste Klassenstufe der Grundschule in Kempten

Anlass

Das Kempodium - Allgäuer Zentrum für Eigenversorgung e.V. ist eine bürgerschaftlich organisierte Einrichtung in Kempten, in der Menschen jeden Alters „selber tätig werden und ihre handwerklichen, künstlerischen und sozialen Fähigkeiten für und andere einsetzen“. – Erweiterung der Ernährungsprojekte für die erste Klassenstufe der Grundschule.

Projektziele

Ein Angebot für Schulklassen, das nach den Vorgaben des Lehrplans das Bewusstsein für gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung vermittelt: Die Kinder lernen, wie sich Ernährung und Bewegung auf den Körper auswirken. Spielerisch erfahren sie, wie eine gemeinsame Mahlzeit zubereitet wird. Regionale und saisonale Produkte stehen dabei im Vordergrund. Tischdecken, Tischsitten und Hygiene sind ebenfalls Thema.

Umsetzung

In Anlehnung an den Lehrplan zum Thema Ernährung und an die Vorgaben des bundesweiten Schulprojekts „Voll in Form“ wurde ein Programm für Schülerinnen und Schüler der ersten Klasse entwickelt. Unter dem Motto „Lernen durch Tun“ erleben die Erstklässler einen abwechslungsreichen Vormittag im Bürgerzentrum Kempodium (Dauer: 5 Schulstunden). Das Programm läuft seit Januar 2009.

- Die Kinder werden in „Kochgruppe“ und „Bewegungsgruppe“ eingeteilt, die Gruppen wechseln nach der Hälfte des Vormittags. Leitung durch Ernährungs- und Gesundheitsberaterinnen.
- Die Kochgruppe bereitet in der kindgerecht eingerichteten Küche des Kempodiums eine gesunde Mahlzeit zu (Gemüsegesichter, Pizza, Orangengeränk bzw. Obstspieße, Joghurttunk). Begleiter durch das Programm sind die „Stowis“, kleine Stoffwechsellmännchen, deren Haus mit gesunden Bausteinen versorgt werden muss. Gemeinsam mit der Bewegungsgruppe wird das Essen anschließend verzehrt.
- In der Bewegungsgruppe erleben die Kinder den Weg der Nahrung durch den Körper mit Hilfe von Bewegungsspielen. Legosteine sind die Nahrungsbestandteile, die zunächst in einem großen Mund „zerkaut“ (zerlegt) werden und dann durch die Speiseröhre (Tunnel) in den Magen gelangen, wo sie durch durchmischt werden (Hüpfen auf einem Trampolin). Der Weg durch den Dam wird anschließend durch Balancieren auf einem Seil symbolisiert, die Legosteine werden dort in verschiedenfarbige Eimer

abgelegt (Resorption bzw. Ausscheidung unverdaulicher Stoffe).

- Die Lehrkräfte beurteilen das Projekt anhand eines standardisierten Fragebogens; jährliche Dokumentation

Das Projekt ist Teil eines durchgehenden Angebots für die vier Grundschulklassen. Die einzelnen Kurse dauern jeweils einen Vormittag. 1. Klasse: „TopfFit in die Schule“ (seit 2009), 2. und 3. Klasse (seit 2005): „Backen und Sägen“ mit den Themen gesunde Ernährung, regionale Landwirtschaft, heimische Hölzer, Abfallwirtschaft; 4. Klasse (ab Herbst 2009): „Allgäuer Kinder gesund und fit“ (gesunde Ernährung, Sinnesschulung). Das Programm für die zweite und dritte Klasse haben bereits 180 Klassen mit rund 3.700 Schülerinnen und Schülern durchlaufen.

Dokumentation: Projektbericht, Presstext, Fotos

Ressourcen

Teilnahmegebühr pro Kind 8 Euro, für Kinder aus sozial schwachen Familien übernimmt die Kinderbrücke Allgäu e.V. die Gebühr. Kooperationspartner ist die Fa. Feneberg (regionale Produkte). Unterstützung durch den Zweckverband für Abfallwirtschaft Kempten (ZAK), Spenden. Nutzung der Räumlichkeiten des Bürgerzentrums.

Kommentar im Projekt

„Mit den Kenntnissen unserer qualifizierten Fachberaterinnen, den Erfahrungen und Wünschen der LehrerInnen wurden und werden unsere Projekte entwickelt ... Es ist uns wichtig, dass die durchgehenden Angebote über die Grundschulzeit immer von den Lehrern abgerufen werden können ... Damit ist Gesundheitsförderung nicht nur einmalig, sondern durchgehend möglich. Die LehrerInnen greifen die Inhalte im Unterricht auf, bauen Elemente in den Schulalltag ein.“

Kempodium e.V.

Ansprechpartner: Elisabeth Bernegg, Martin Slavicek

Untere Eicher Straße 3, 87435 Kempten

Tel. (08 31) 5 40 21 30

E-Mail: slavicek@kempodium.de

www.kempodium.de

Klasse2000

Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtvorbeugung in der Grundschule

Anlass

Klasse2000 wurde 1991 am Institut für Präventive Pneumologie am Klinikum Nürnberg von Univ. Doz. Dr. Pal Bölskei und einem interdisziplinären Expertenteam entwickelt. Anlass waren die hohen Raucherquoten unter Jugendlichen. In den Folgejahren wurde das Konzept erweitert zu einem umfassenden Gesundheitsförderungsprojekt. Neue Daten zur Kinder- und Jugendgesundheit zeigen, dass nach wie vor ein hoher Bedarf für ein umfassendes Präventionsprogramm wie Klasse2000 besteht.

Projektziele

Entwicklung eines positiven Körperbewusstseins und einer positiven Einstellung zur Gesundheit. Die Kinder kennen ihren Körper, wissen um die Bedeutung von gesunder Ernährung und Bewegung und haben Freude an einem aktiven Lebensstil. Entwicklung persönlicher und sozialer Kompetenzen, Stärkung des Selbstwertgefühls. Erlernen eines kritischen Umgangs mit Tabak, Alkohol und den Versprechen der Werbung. Das soziale Umfeld ist eingebunden und unterstützt die Kinder beim gesunden Aufwachsen.

Umsetzung

Klasse2000 ist ein Unterrichtsprogramm, das die Kinder von der ersten bis zur vierten Klasse begleitet. Es wird derzeit an 19% der bayerischen Grundschulen durchgeführt (Schuljahr 2008/09: 2.248 Klassen mit 53.948 Kindern).

- Die Lehrkräfte führen in ihren Klassen pro Schuljahr 12 Klasse2000-Unterrichtseinheiten durch. Dazu erhalten sie Unterrichtsvorschläge und -materialien. Zwei bis drei weitere Stunden gestalten externe Klasse2000-Gesundheitsförderer (geschulte Fachkräfte aus Gesundheit und Pädagogik).
- Themen: Kennenlernen von Körperfunktionen, gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung, eigene Stärken und Schwächen, Umgang mit negativen Gefühlen, gewaltfreie Konfliktlösung, Gruppendruck erkennen und Nein-Sagen, ab Schuljahr 2009/10 zusätzlich: Das Gehirn, Lernen, Umgang mit Medien. Die Identifikationsfigur „Klaro“ begleitet durch das Programm. Interaktive Vermittlungsmethoden regen die Kinder dazu an, selbst etwas zu tun und zu erfahren.
- Elternabend zum Start des Programms, die Eltern erhalten einen Erziehungsratgeber (1. Klasse) bzw. die Zeitung Klarotext (2.-4. Klasse); in jedem Schuljahr informiert zudem ein Elternbrief (auch in Fremdsprachen) über das Programm und Möglichkeiten, die Themen zu Hause aufzugreifen.
- Schulen erhalten Tipps für die strukturelle Verankerung von Klasse2000 im Schulentwicklungsprozess (Broschüre „Schule 2020“).

- Regelmäßige Befragung von Schülern, Eltern, Lehrern, Gesundheitsförderern (Fragebogen). Sehr positives Feedback, hohe Akzeptanz bei Lehrkräften. Längsschnittstudie in Hessen 2004 bis 2008 (IFT Nord): Verringerung problematischer Verhaltensweisen, größeres Gesundheitswissen, besseres Klassenklima in Klasse2000-Klassen.

Dokumentation: Projektdokumentation, Faltblatt, Broschüre „Fit fürs Leben – Wir sind dabei“, Evaluationsergebnisse, Unterrichtsmaterialien, Bericht Schuljahr 2007/08, Elternzeitung 2008/09 und Sonderausgabe Sucht

Ressourcen

Finanzierung fast ausschließlich über Spenden: Patenschaften für Schulklassen durch Eltern, Krankenkassen, Praxen, Firmen, Kommunen u.a.; Teilnahme von 100 Klassen im Rahmen der Initiative „Gesund.Leben.Bayern.“ des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit (2005-2009); wichtigste Unterstützer sind die Lions Clubs in Deutschland. Patenschaftsbetrag: 240 Euro pro Klasse und Jahr; ab Schuljahr 2009/10 Senkung auf 220 Euro.

Träger des Projekts ist der gemeinnützige Verein Klasse2000 e.V. mit 11 Mitarbeitern in Nürnberg und 16 Regionalkoordinatorinnen, drei davon in Bayern. Bundesweit sind 1.343 Gesundheitsförderer als Honorarkräfte, im Dienstauftrag oder ehrenamtlich für Klasse2000 tätig, 216 davon in Bayern.

Kommentar im Projekt

„Klasse2000 ist das bundesweit größte Grundschulprogramm zur Gesundheitsförderung und hat seit seinem Beginn im Jahr 1991 bereits über 600.000 Kinder erreicht ... Klasse2000 folgt Empfehlungen aus der Präventionsforschung, ... Gesundheitsförderung ganzheitlich auszurichten. Laufende Aktualisierung und Weiterentwicklung. Z.B. wurde nach Bekanntwerden der Daten des Kindergesundheitssurveys (KIGGS) das Thema ‚Umgang mit Angst‘ aufgenommen ... Ein weiteres Beispiel ist die Erweiterung des Themenspektrums um Fernseh- und Medienkonsum, angestoßen durch das veränderte Freizeitverhalten ... Das Rad wird nicht immer wieder neu erfunden, sondern laufend optimiert.“

Verein Programm Klasse2000 e.V.
 Ansprechpartnerin: Andrea Dokter
 Feldgasse 37, 90489 Nürnberg
 Tel. (09 11) 8 91 21-0, Fax (09 11) 8 91 21-30
 E-Mail: andrea.dokter@klasse2000.de
 www.klasse2000.de

Gesundheit macht Schule ... nach Sebastian Kneipp

Ein Programm des Kneipp-Bundes für ganzheitliche Gesundheitserziehung in Grundschulen

Anlass

Die KIGGS-Studie (2003-2006) zeigt, dass ein erheblicher Teil der Kinder in Deutschland an gesundheitlichen Problemen leidet. „Es gibt einen großen Spielraum für Verbesserungen zur Gesunderhaltung“ und die Grundschule bietet dafür das ideale Setting. Sebastian Kneipps ganzheitliches Gesundheitskonzept mit der Ausrichtung an der Salutogenese „Was macht bzw. was hält mich gesund?“ und den fünf Elementen lässt sich gut in den Alltag mit Kindern integrieren. Bundesweit arbeiten bereits 180 Kindertagesstätten nach den Richtlinien des Kneipp-Bundes e.V., ebenso viele sind in der Vorbereitungsphase. „Mit dem Herauswachsen der Kinder aus den Kindertageseinrichtungen ergibt sich von selbst das Erfordernis, das Konzept für Schulen zu erweitern.“

Projektziele

Umsetzung des Kneippschen Gesundheitskonzeptes in möglichst vielen bayerischen Grundschulen. Die Schülerinnen und Schüler lernen, Verantwortungsgefühl für das eigene Handeln zu entwickeln, mit eigenen Stärken und Schwächen umzugehen, sie erfassen den Zusammenhang zwischen körperlichem Wohlbefinden und sportlicher Aktivität und die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung. „Wir setzen uns zum Ziel, mit der Schwerpunktsetzung ‚Kneipp in der Grundschule‘ bei den Kindern eine starke Motivation zur Gesundheitsvorsorge zu bewirken ... Ansprechpartner für uns ist das Schulpersonal, das wir als Multiplikatoren ausbilden, befähigen und begleiten.“

Umsetzung

Erarbeitung der Unterrichtsmaterialien „Gesundheit macht Schule ... nach Sebastian Kneipp. Sie werden im Sommer 2009 allen bayerischen Grundschulen kostenlos zur Verfügung gestellt; die Schulen erhalten das Angebot zur Teilnahme. Umsetzung durch Lehrkräfte, die vom Kneipp-Bund ausgebildet und begleitet werden.

- Die Unterrichtsmaterialien geben Anregungen zur Behandlung der fünf Kneippschen Elemente im Schulalltag: Ernährung (z.B. gemeinsames Kochen; Was ist gesund und schmeckt?), Bewegung (z.B. Bewegte Pause, aktiver Unterricht), Wasser (z.B. Arm-bad, Wassertreten), Heilpflanzen (z.B. Kräuter anbauen, sammeln, anwenden) und Lebensordnung (z.B. Entspannung, Konfliktbewältigung, gemeinschaftliche Naturer-fahrung)
- Fortbildungsangebote für Lehrkräfte in Zusammenarbeit mit der Sebastian-Kneipp-Akademie ab Schuljahr 2009/10 in Bad Wörishofen oder auch vor Ort (40 Lernein-

heiten, Abschluss als „Kneipp® Gesundheitslehrer/in“). Ab dem Schuljahr 2011/12 soll alle zwei Jahre das „Kneipp® SchulForum“ zum Austausch und zur Weiterbildung der Lehrkräfte in Bayern stattfinden.

- Grundschulen können bei Erfüllung bestimmter Kriterien das Zertifikat „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Schule“ erwerben; die erste Zertifizierung in Bayern ist für das Schuljahr 2010/11 geplant. Bundesweit haben bereits drei Schulen das Zertifikat erhalten, weitere sind in Vorbereitung.

Das Kinder- und Jugendreferat des Kneipp-Bundes e.V. unterstützt die Schulen bei der Umsetzung (Projektideen, Beratung bei der Erarbeitung eines schulinternen Konzepts). Dokumentation: Projektbericht, Unterrichtsmaterialien, Richtlinie „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Schule“, Flyer „Kneipp®-Gesundheitslehrer/in SKA“

Ressourcen

Finanzierung durch Eigenmittel und Kooperationspartner BKK24, CareLine-Schulbuchverlag, Signal-Iduna-Gruppe. Kursgebühren für Fortbildung 220 bis 250 Euro pro Teilnehmer. Praktische Unterstützung durch bereits zertifizierte Kneipp-Schulen sowie Kneipp-Vereine vor Ort.

Kommentar im Projekt

„Die Kneippsche Lehre eignet sich hervorragend für ein neues Unterrichtskonzept ... Sie stellt eine gute Möglichkeit dar, nachhaltiges Gesundheitsverhalten in der Grundschule zu vermitteln. Die vorliegende Unterrichtsmappe hilft Lehrerinnen und Lehrern dabei, die Kneippsche Lehre einfach, aber wirkungsvoll in ihren Schulalltag zu integrieren. Ich kann sie vorbehaltlos empfehlen. Sie sichert die positive Wirkung auf das gesamte Schulleben und das Umfeld der Kinder, das vor allem auch die Eltern mit einbezieht.“ (Prof. Klaus Hurrelmann, Universität Bielefeld, im Vorwort der Unterrichtsmaterialien)

Kneipp-Bund e.V.

Bundesverband für Gesundheitsförderung und Prävention

Ansprechpartnerin: Ursula Hiller

Adolf-Scholz-Allee 6-8, 86825 Bad Wörishofen

Tel. (0 82 47) 30 02-183, Fax (0 82 47) 30 02-199

E-Mail: projekte.jugend@kneipp-bund.de

www.kneippbund.de

www.gesundheit-macht-schule.de

mach mit – ohne Auto fit!

Ein Modellprojekt der Lokalen Agenda 21 in Landshut mit der Grundschule Carl Orff für Schulkinder und ihre Eltern

Anlass

Vorsorgender Gesundheitsschutz gemäß den Zielen der Weltgesundheitsorganisation: Die Projektgruppe Verkehr der Agenda 21 in Landshut beschäftigt sich mit der Frage, wie verkehrsbedingte Luftschadstoffe und damit die Feinstaubbelastung in Landshut wirksam verringert werden können. Dazu wurde als einer von fünf Schwerpunkten das Maßnahmenpaket „Umweltbewusstsein fördern / Individualverkehr reduzieren“ erarbeitet, zu dem unter anderem das Modellprojekt „mach mit – ohne Auto fit!“ für Schüler und ihre Eltern gehört. Denn immer häufiger werden Kinder mit dem Auto zur Schule gebracht, so dass Unterrichtsbeginn und -ende oft mit Verkehrschaos im Umfeld der Schulen einhergehen.

Projektziele

Mobilitätserziehung und Umweltbewusstseinsbildung für Kinder und ihre Eltern, Verringerung des täglichen Hol- und Bringverkehrs im Schulumfeld. Gesundheitsförderung durch Verringerung der Schadstoffbelastung und mehr Bewegung, Förderung der selbstbewussten und sozialintegrativen Entwicklung durch die selbständige Bewältigung des Schulwegs, Verkehrssicherheit. Emissionsarme Fortbewegungsmittel werden als attraktiv akzeptiert und auch in späteren Lebensabschnitten gerne genutzt.

Umsetzung

Modellprojekt mit der Carl-Orff-Grundschule; Beginn der Planungen im Frühjahr 2007, Projektstart im September 2007.

- Zu Beginn des Schuljahres 2007/08 informierten Schautafeln an der Schule über das Vorhaben und die Themen Gesundheit, Feinstaub und Mobilität. Der ADAC richtete für die Begleitung der Erstklässler einen „Walkingbus“ ein, bei dem Eltern eine festgelegte Route zur Schule laufen und auf diesem Weg die Kinder abholen.
- Projektwoche im Oktober 2007: Auftakt mit Oberbürgermeister, projektbezogener Unterricht zum Thema autofreier Schulweg. Schüler markieren zusammen mit Eltern ihre Schulwege mit farbigen Kinderfüßchen, Elternworkshop „Sicherheit und Schutz fürs Kind auf dem Schulweg“, Hörspaziergänge des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes, Bund Naturschutz lädt Schulkinder zur Naturbeobachtung auf Schulwegen ein, Fahrradparcours des ADFC, Sitzschule, Bewegte Pause und Schulranzen-TÜV (AOK).
- Fortsetzung im Schuljahr 2008/09 mit themenbezogenen Unterrichtsbeiträgen; für 2009/2010 ist die Weiterführung an anderen Schulen in Planung, die bereits Interes-

- se bekundet haben. Öffentlichkeitsarbeit mit Vorträgen, Infoständen und Aktionen.
- Die Akzeptanz des Projekts wird über Gespräche und Befragungen zum Mobilitäts- und Umweltverhalten erfasst; sehr positives Feedback.
 - Aus dem Projekt ergaben sich weitere Anregungen; derzeit wird zusammen mit der Schule, der benachbarten Kindertagesstätte, den Anwohnern und der Stadt eine Verkehrsberuhigung der umliegenden Straßen („Spielstraßen“) angestrebt.

Dokumentation: Lokale Agenda 21 Landshut / Chance Agenda, Projektgruppe Verkehr/ Agendaforum 2008, Projektbericht

Ressourcen

Eigenleistung der Agendagruppe, der Schule und der Projektpartner (MenschensKinder e.V., AOK, Kinderschutzbund, Bund Naturschutz, ADAC, ADFC, VCD, Verkehrswacht, Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund, Stadtwerke Landshut und Stadt Landshut); ehrenamtliches Engagement. Schirmherrschaft des Oberbürgermeisters.

Kommentar im Projekt

„Zusammenfassend sehen wir als besonderes Merkmal des Projektes vor allem den integrativen Ansatz, der verschiedene für Kinder positive Aspekte vereint ... den Gesundheitsaspekt, sei es direkt über die Bewegung an der frischen Luft als auch indirekt über erhöhte Konzentration und Lernfähigkeit (dem natürlichen Bewegungsdrang von Kindern bereits auf dem Schulweg Rechnung tragend) ... ein selbständig gemeisterter Schulweg sowie gruppensoziale Aspekte. Naturbeobachtung und Hörspaziergang wecken das natürliche Interesse der Kinder und vermitteln einen intakten, bewussten Bezug zur Umwelt. Und nicht zuletzt lernen Kinder frühzeitig angeleitet mit potenziellen Gefahren des Straßenverkehrs umzugehen, anstatt diese abgeschirmt in der vermeintlichen Sicherheit des Autos zu verdrängen. Wir hoffen, dass wir noch vielen Eltern und Schülern jede Menge guter Gründe für den autofreien Schulweg vermitteln können.“

Lokale Agenda Landshut
 Projektgruppe Verkehr
 Ansprechpartner: Dr. Frank Palme
 Ebertstraße 14, 84032 Landshut
 Tel. (0171) 1 73 73 73
 E-Mail: frank.palme@yahoo.de

Fit Kids mit Kneipp®

Ein Programm für übergewichtige Kinder im Grundschulalter

Anlass

Seit 1995 engagiert sich der Kneipp-Bund e.V. für die Förderung der Kinder- und Jugendgesundheit mit zielgruppengerichteten Projekten wie „Kneipp®-Gesundheit im Kindergarten“ und „Kneipp® macht Schule“. Angesichts der wachsenden Zahl übergewichtiger Kinder und Jugendlicher – Übergewicht zählt heute in Deutschland zu den häufigsten ernährungsabhängigen Gesundheitsstörungen – wurde das Konzept „Fit Kids mit Kneipp®“ entwickelt. „Die Prävention von Übergewicht im Kindesalter ist eine der größten gesundheitspolitischen Herausforderungen geworden. Der Kneipp-Bund e.V. hat sich dieser Herausforderung gestellt.“

Projektziele

Entwicklung gesunder Ernährungs- und Lebensgewohnheiten bei Kindern und ihren Familien, nachhaltige Lebensstiländerung und Verbesserung der Lebensqualität, Integration des Kneippschen Gesundheitskonzeptes in den Familienalltag. Langsame, schrittweise Gewichtsreduktion bzw. konstantes Gewicht bei zunehmendem Längenwachstum. Hinführung zu einer aktiven Freizeitgestaltung.

Umsetzung

„Fit Kids mit Kneipp®“ ist ein ambulantes Langzeit-Gewichtsreduktionsprogramm über sechs Monate für übergewichtige Kinder im Alter von sechs bis 11 Jahren und ihre Eltern. Das Konzept ist angelehnt an die Leitlinien der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter und bezieht die fünf Elemente des Kneippschen Gesundheitskonzeptes ein.

- Das Basisprogramm läuft über sechs Monate; eine Gruppe umfasst bis zu 12 Kinder. Zwei Treffen pro Woche à 90 Minuten (Bewegungsangebote, Ernährungsschulung und Verhaltenstherapie im Wechsel, ergänzt durch die Kneippschen Elemente Natürliche Reize, Heilkräuter und Lebensordnung), zusätzlich „Aktionsnachmittage“ mit Wanderung, Kneippschen Anwendungen, „Familienolympiade“. Abschluss mit Urkunde. Einmal monatlich verpflichtender Elternabend mit praxisbezogenen Bewegungs- und Ernährungsinformationen. Ärztliche Begleitung: empfohlen werden Einganguntersuchung sowie Untersuchungen während und nach dem Kurs
- Im Nachfolgeprogramm (acht Kurse à 90 Minuten) werden Kurse zu Ernährung und Bewegung angeboten, um die Nachhaltigkeit zu sichern und den Erfolg zu festigen. Auch die Eltern werden zu Nachtreffen eingeladen.
- Die Kurse werden in Zusammenarbeit mit Kneipp-Vereinen vor Ort durchgeführt und

durch ein interdisziplinäres Team (gemäß Anbieterqualifikationen nach § 20 SGB V) betreut: Ärztliche Begleitung, möglichst durch Kinderarzt/-ärztin, Ernährung: Ernährungswissenschaftler/in, Oecotrophologe/in oder Diätassistent/in; Bewegung: Sportlehrer/in, Sportpädagoge/in oder Physiotherapeut/in, Verhalten: Psychologe/in, Psychotherapeut/in, Sozialpädagoge/in oder Pädagoge/in. Für die Projektleitung bietet die Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen eine Schulung an.

- Werbung für die Kurse durch Flyer, Plakate, Presse
Das Programm wurde als Pilotprojekt von Januar bis Juli 2007 vom Kneipp-Verein Bad Wörishofen durchgeführt; derzeit laufen Programme in Straußberg (Brandenburg) und Laufen (Baden-Württemberg). Für das Schuljahr 2009/10 ist eine Durchführung in Regensburg geplant. Vorstellung bei der Projektleiterschulung 2009.

Dokumentation: Projektdokumentation, Präsentation, Flyer, Plakat, Presseberichte

Ressourcen

Finanzierung des Programms je nach örtlichen Gegebenheiten durch Kursgebühren, Kostenübernahme durch Krankenkassen, Sponsoring (Mischfinanzierung).

Kommentar im Projekt

„Die ressourcenorientierte Prävention steht bei der ganzheitlichen Betrachtung von Gesundheit (Kneippsche Lehre) an erster Stelle. ‚Fit Kids mit Kneipp®‘ soll Kindern Spaß machen und ihre Ressourcen stärken (Salutogeneseansatz) und zwar dort, wo sie leben. Durch die Vermittlung von Selbststärke, gesundheitsbezogenem Wissen und entsprechender Handlungskompetenz lässt sich gesundes Verhalten schrittweise längerfristig stabilisieren. Größten Wert legen wir auf die partnerschaftliche Zusammenarbeit mit dem Elternhaus.“ – „Das sechsmonatige Programm hat Kindern und Eltern sehr viel gebracht ... Die Einstellung zu Ernährung und Bewegung änderte sich nicht nur bei den Kindern, sondern auch bei den Eltern. Auch aus medizinischer Sicht gab es Verbesserungen: Der Bauchumfang reduzierte sich bei fünf Kindern und es kam bei den meisten Kindern zu einer Senkung des Blutdrucks.“

Kneipp-Bund e.V.

Bundesverband für Gesundheitsförderung und Prävention

Ansprechpartnerin: Ursula Lenz

Adolf-Scholz-Allee 6-8, 86825 Bad Wörishofen

Tel. (0 82 47) 30 02-137

E-Mail: lenz@kneipp-bund.de

www.kneippbund.de

Offene Gesprächsgruppe für Teenies ab 11

Ein Angebot für Kinder aus suchtbelasteten Familien in München

Anlass

„Du denkst, Dein Vater, Deine Mutter trinken zu viel Alkohol? Du hast das Gefühl, der Alkohol schafft Probleme in Deiner Familie? Du findest die Situation zu Hause nicht o.k. und willst, dass sich was ändert? Dann laden wir Dich zu unserer offenen Gruppe ein.“ Von einer Alkoholabhängigkeit sind nicht nur der Suchtkranke selbst, sondern auch seine Familie und ganz besonders seine Kinder betroffen. Das Blaue Kreuz München hat daher in seiner Psychosozialen Suchtberatungs- und Behandlungsstelle die „Offene Gesprächsgruppe für Teenies“ ab 11 Jahren eingerichtet.

Projektziele

„In unserer offenen Gruppe kannst Du ... über alles reden, was Dich beschäftigt, Infos bekommen und Unterstützung finden, mit anderen Spass haben, mitentscheiden, was in der Gruppe läuft, gerne eine/n Freund/in mitbringen“. Auf diese Weise soll längerfristig die psychische Belastung der Kinder und Jugendlichen aus suchtkranken Familien verringert werden.

Umsetzung

Seit Oktober 2008 findet die offene Gesprächsgruppe für Jugendliche und Kinder ab 11 Jahren zweimal monatlich (jeweils am zweiten und vierten Freitag) von 15.00 bis 16.00 Uhr in den Räumen des Blauen Kreuzes München in der Kurfürstenstraße statt; ausgenommen sind Feiertage und Schulferien.

Derzeit nehmen acht Kinder an der Gesprächsgruppe teil. Sie wird geleitet durch eine Erzieherin, die an der Hochschule München studiert (ggf. Vertretung durch eine Sozialpädagogin). Die Gruppentreffen werden anhand von Gedächtnisprotokollen dokumentiert.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Flyer

Ressourcen

Finanzierung der Gesprächsgruppe durch Spendengelder.

Kommentar im Projekt

„Ziel ist es, den Kindern/Jugendlichen aus suchtbelasteten Familien einen Rahmen zu bieten, in dem sie über alles reden, Fragen stellen, sich mit anderen Betroffenen austauschen können oder einfach Spaß haben können. Des Weiteren soll damit die psychische Belastung/Ängste der Kinder und Jugendlichen reduziert werden.“

Blaues Kreuz München

Ansprechpartnerinnen: Susan Yildiz, Astrid Heinze

Kurfürstenstraße 34, 80801 München

Tel. (0 89) 33 20 20

E-Mail: beratungsstelle@blaueskreuz-muenchen.de

www.blaueskreuz-muenchen.de

Unterwegs „in Sachen Gesundheit“

Gesundheitsvorsorge für Kinder während der Gesundheitstage der SaniPlus-Apotheke in München-Neuperlach

Anlass

Die jährlichen Gesundheitstage im Münchner Einkaufszentrum PEP Neuperlach sind eine „Gesundheitsmesse“ für die Kunden des Zentrums, organisiert von der dortigen SaniPlus-Apotheke mit Unterstützung des Center-Managements. An verschiedenen Ständen können sich Besucher während dieser Zeit zu Gesundheits- und Wellness Themen informieren. Bereits im dritten Jahr in Folge bot die Apotheke während der Gesundheitstage 2009 auch einen Kinder-Gesundheitspass an. Analog zum Gesundheitsparcours für die Erwachsenen konnten die Kinder damit Stationen mit Messungen, Spielen und Rätseln durchlaufen. Um das Angebot mehr Kindern zugänglich zu machen, wurden erstmals auch Schulklassen zur Teilnahme eingeladen.

Projektziele

Sensibilisierung für die Themen Gesundheitsvorsorge und Prävention bereits im Kindesalter: Ein Besuch mit der Schulklasse auf den Gesundheitstagen im PEP soll Neugier wecken und als positives Gruppenerlebnis motivierend wirken. Ein Gesundheitsparcours thematisiert Vorsorge, Bewegung, Ernährung, Entspannung und Körperpflege.

Umsetzung

Die Gesundheitstage 2009 im PEP Neuperlach fanden in der Zeit vom 22. bis 25. April statt. Zuvor gab es ein Einladungsschreiben an rund 70 Grund-, Haupt- und Realschulen im Einzugsgebiet der SaniPlus-Apotheke (Informationen zur Veranstaltung, Muster-Gesundheitspass). Das Angebot zur Teilnahme richtete sich an Schülerinnen und Schüler der 3. bis 6. Klassenstufen.

- Insgesamt konnten sieben Klassen (ca. 160 Schülerinnen und Schüler) teilnehmen, zwei weiteren Klassen musste aus Termingründen abgesagt werden; sie erhielten in den Folgewochen einen Ersatztermin mit ähnlichem Programm. Die Kinder einer Klasse wurden jeweils in Vierergruppen aufgeteilt und durchliefen einen Gesundheitsparcours.
- Stationen des Parcours zu den „5 Säulen der Gesundheitsvorsorge“: Vorsorgeuntersuchung (Blutdruck, Hörtest, Gewichts- und Körperfettmessung/BMI, Haaranalyse) – Bewegung (Radeln auf Fahrradsimulator, Zielsicherheits- und Koordinationstraining auf der Golf-Putting-Anlage) – Ernährung (Ernährungsquiz über Fette im Essen) – Entspannung (Dufträtsel: Aromaöle) – Körperpflege (richtiges Zähneputzen). Zusatz-

angebot: Erste Hilfe-Einweisung (Herzdruckmassage, Bedienung eines Defibrillators) unter Anleitung der Deutschen Gesellschaft für Erste Hilfe

- Die Ergebnisse des Gesundheitsparcours wurden in den Kinder-Gesundheitspass eingetragen. Die teilnehmenden Kinder erhielten kleine Geschenke, gesponsort von der SaniPlus-Apotheke und Ausstellerfirmen (Kinderzahnpaste, zuckerfreie Müsliriegel, kleine Spielzeuge, Mundschutz und Einmalhandschuhe für die Erste Hilfe)

Die SaniPlus-Apotheke engagiert sich in weiteren Projekten für Kinder: Bewegungskurse, Vorträge und Aktionen von Diätassistentinnen in Kindergärten, Schulen und bei Elternabenden, Kochkurse für Schulklassen in der Lehrküche der Apotheke

Dokumentation: Projektdarstellung, Bilder der Veranstaltung, Kinder-Gesundheitspass, Anschreiben an die Schulen, Programm Gesundheitstage 2009, Pressebericht

Ressourcen

Die Teilnahme am Gesundheitsparcours war für die Schulklassen kostenlos. Die Kosten für Einladungsschreiben, Druck der Kinder-Gesundheitspässe und Einsatz der Mitarbeiter zur Betreuung und Beaufsichtigung der Kinder wurden von der SaniPlus-Apotheke getragen. Unterstützung durch Ausstellerfirmen (Bereitstellen von Geräten und Giveaways)

Kommentar im Projekt

„Der Stadtteil Neuperlach gehört in München nicht unbedingt zu den privilegierten Gegenden. Durch die Einbindung der Schulen ist es uns gelungen, ca. 160 Kinder für den Gesundheitsparcours zu akquirieren. Sicher waren auch viele Kinder dabei, die mit ihren Eltern an so einer Veranstaltung nicht teilgenommen hätten ... Die Kinder waren mit Feuereifer bei der Sache und zeigten großes Interesse an den einzelnen Angeboten ... Wir sind überzeugt davon, dass die Kinder von diesem Erlebnis profitieren. Auf diese Weise werden wir gerne weiterhin Gesundheitserziehung an den Schulen unterstützen ... Der Bedarf und das Interesse sind groß.“

SaniPlus Apotheke im PEP

Ansprechpartnerin: Barbara Haidenberger

Ollenhauerstraße 6, 81737 München

Tel. (0 89) 67 00 96-0

E-Mail: b.haidenberger@sanipep.de

Gesundes Lernen für eine gesunde Zukunft

Ein Aktionstag zum „Bewegten Sitzen“ für Schülerinnen und Schüler

Anlass

„Still sitzen, still sein und zuhören bildeten bisher eine Einheit. Diese ... Maxime gilt es abzulösen: denn still sitzen ist kontraproduktiv. ‚Dynamisch sitzen‘ ist jedoch ‚in‘“. Dauerhaftes statisches Sitzen kann zu Entwicklungsauffälligkeiten (Haltungsschwächen, spätere Rückenerkrankungen) und zu Konzentrationsstörungen führen, die sich in Aufmerksamkeitsverlust sowie in kompensatorischer körperlicher Aktivität („Schaukeln, kippen, nicht still sitzend könnende Kinder“) äußern. „Dieser Entwicklung wollen wir frühzeitig begegnen.“ Bewegtes Sitzen erhöht Aufmerksamkeit und Lernbereitschaft der Kinder und verbessert ihre innere und äußere Haltung.

Projektziele

Das Programm „Mit Bewegung punkten“ klärt darüber auf, „dass Bewegung ein menschliches Grundbedürfnis ist, vor allem bei Kindern ... ‚gesunde Bewegungsunruhe‘ [ist] ein absolutes Muss“. Daher gilt es, das Sitzen als Bewegungstechnik frühzeitig auch in der Schule vermitteln, denn „Bewegtes Sitzen fördert das Lernen“. „Unser Ziel ist es, die positive Verbindung zwischen körperlicher Bewegung und geistiger Gesundheit bewusst und erlebbar zu machen. Bewegung macht Schule – dieses Motto wollen wir auch ins spätere Leben hineinragen, und insbesondere die damit verbundenen Werte: Sitzen macht Spaß. Sitzen hält fit.“

Umsetzung

Das Programm „Mit Bewegung punkten“ wird exemplarisch für die 5. Jahrgangsstufe angeboten. Geplant ist die Einführung eines gleichnamigen Gesundheitstages für Schülerinnen und Schüler jährlich am Buß- und Betttag im November.

- Themen des Gesundheitstages: Unterrichtsstunde/Vortrag „Knigge für den Rücken“, Test „Ergonomisch richtig sitzen und Haus-/Aufgaben machen“, Wahrnehmungsübungen an verschiedenen Stationen, aktives Entspannen. Dabei sammeln die Schülerinnen und Schüler Punkte für den „Sitzführerschein“ (Bewertung über ein „Punkte-Bonus-System“: „Sitzführerschein in Bronze – Silber – Gold“)
- Konzeption und Organisation der Gesundheitstage durch Bernschein Gesundheitsmanagement.

Das Projekt ist modifizierbar; entsprechende Gesundheitstage sind auch für Berufsschüler und Auszubildende in Unternehmen möglich (Gesundheitsunterricht, Vorträge, Sportangebote, Verbesserung der Kantinenernährung, Motorik- und Herz-Kreislauf-Training).

Dokumentation: Projektpräsentation

Ressourcen

Durchführung des Programms durch pädagogisches Personal von Bernschein Gesundheits-Management in Kooperation mit der Firma aeris-Impulsmöbel GmbH, München; eine Krankenkasse unterstützt die praktische Umsetzung. Für die einzelnen Projekte werden zeitnah Sponsoren gefunden.

Kommentar im Projekt

„Prävention wird immer mehr zum gesellschaftlichen Anliegen. Diese Aufgabe nehmen wir als Spezialist für Betriebliches Gesundheits-Management zum Anlass, Gesundheitsförderung in den Schulen und pädagogischen Einrichtungen nachhaltig zu betreiben ... Unsere Erfahrungen gemäß der Philosophie für die Gesundheitsförderung in Unternehmen übertragen wir in sinnvoller Weise auf die Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen: Bewegtes Lernen fördert die positive Entwicklung der Heranwachsenden ... Mehr Bewegung [macht] auch beim Sitzen Sinn und [ist] als nachhaltige Präventionsmaßnahme eine direkte Investition in und für die Zukunft.“

BERNSCHEIN Gesundheits-Management
Ansprechpartnerin: Karen Berger-Bernschein
Brennereistraße 64, 85662 Hohenbrunn
Tel. (0 81 02) 77 29 91, Fax (0 81 02) 77 29 92
E-Mail: gesundheit@bernschein.de
www.bernschein.com

Gesunder Lifestyle

Schülerinnen des Maria-Ward-Gymnasiums in München beschäftigen sich mit dem Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit

Anlass

Die Meldungen über den Gesundheitszustand vieler Kinder und Jugendlicher sind beunruhigend; die Medien berichten über Koordinations- und Konditionsschwächen, Haltungsschäden und Übergewicht. Eine wesentliche Ursache ist ein Ungleichgewicht von Ernährung und körperlicher Aktivität.

Projektziele

Gesunde Ernährung und Bewegung sind Teil eines gesunden Lebensstils. Der Grundstein für das Ernährungs- und Bewegungsverhalten wird im Kindesalter gelegt. Er verfestigt sich mit jedem Lebensjahr. Deshalb ist es wichtig, dass gerade Kinder und Jugendliche lernen, welche Zusammenhänge zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit bestehen.

Umsetzung

Unter der Anleitung von Lehrkräften beschäftigten sich die Schülerinnen der Klasse G8b des Maria-Ward-Gymnasiums in München-Nymphenburg mit dem Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit:

- Sportabend in der Schulturnhalle mit dem Thema „Gesunder Lifestyle“ für Schülerinnen der Klasse G8b und ihre Eltern: Informationen über den Zusammenhang zwischen sportlicher Aktivität und Gesundheit, anschließend Stationstraining mit Kraftübungen (für Bauch-, Bein-, Gesäß-, Brust-, Arm-, Rücken- und Rumpfmuskulatur) und Ausdauertraining (Laufen, Seilspringen u.a.), Abschluss mit Dehnungsübungen und Rohkost-Imbiss. Handout mit weiterführenden Informationen (Berechnung und Bewertung des Body Mass Index, 10 Regeln zur vollwertigen Ernährung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung u.a.)
- Das Stationstraining zu Kraft und Ausdauer wurde seit Beginn des Schuljahres regelmäßig im Sportunterricht durchgeführt.
- Zubereitung eines gesunden Sechsgänge-Menüs am Gesundheitstag (22. November 2008) durch die Schülerinnen und gemeinsame Mahlzeit. Zuvor Diskussion „Warum essen wir eigentlich?“, „Was steckt in unseren Lebensmitteln drin?“, „Wie ernähre ich mich richtig?“; Bearbeitung verschiedener Arbeitsblätter und Basteln einer Ernährungspyramide

Das Projekt wurde beim Jugendgesundheitstag am 15. Mai 2009 an der Ludwig-

Thoma-Realschule in München, Berg am Laim, vorgestellt.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Unterrichtsplanung, Arbeitsblätter, Anleitungen des Krafts-/Ausdauertrainings, Rezepte, Bericht zweier Schülerinnen. Präsentation und Fotos der Aktivitäten.

Ressourcen

„Es sind keine Kosten entstanden.“

Kommentar im Projekt

„Im Mittelpunkt steht nicht die Ernährungslehre, sondern Lebensmittelkunde und Erarbeitung einer konkreten Vorstellung, wie Ernährung gesund gestaltet werden kann. Die Themen können dabei entweder im Rahmen mehrerer aufeinanderfolgender Unterrichtseinheiten bearbeitet werden – z.B. auch im Klassenzimmer – oder in kleineren Einheiten mit in den Sportunterricht integriert werden. Die Vorschläge eignen sich ebenfalls zur Gestaltung eines Projekttages.“ – Aus den Berichten der Schülerinnen: „Jede Station [des Sportabends] hatte einen tollen Namen. So zum Beispiel gefiel uns Power(wo)man ganz besonders gut. Alles in Allem ein abwechslungsreiches Paket, bei dem man (Frau) nach nur 2x 60 Sekunden pro Station gut ins Schwitzen kam“; „Wir waren uns alle einig: Es war ein lustiger und aufregender Samstagvormittag [mit Zubereitung des Menüs am Gesundheitstag]!“

Maria-Ward-Gymnasium

Klasse G8b

Ansprechpartnerin: Jutta Backhaus

Maria-Ward-Straße 5, 80638 München

Tel. (089) 17 90 02 60

E-Mail: backhaus@maria-ward-gymnasium.de

Muskuläre Dysbalancen bei Schülerinnen und Schülern der gymnasialen Mittelstufe

Erstellung eines fächerübergreifenden Unterrichtsmodells als Maßnahme und Prophylaxe gegen Haltungsschwächen

Anlass

Mehrfährige Berufserfahrung im Gesundheitswesen und im Schulwesen als Sportlehrer; Promotion an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg im Fachbereich Sportwissenschaft (Sportpädagogik).

„In Medizin, Sport und Therapie werden muskuläre Dysbalancen für die Entstehung von Schäden und Funktionsstörungen am Bewegungssystem verantwortlich gemacht ...Schmerzhafte Muskelverspannungen, Kopfschmerz und degenerative Gelenkerkrankungen können die Folge sein. Andauernde Zwangshaltungen am Arbeitsplatz, am Schreibtisch, bei schwerer körperlicher Arbeit oder in der Schule sind die hauptsächlichen Ursachen für Fehlbelastungen.“

Projektziele

Erstellung eines fächerübergreifenden Unterrichtsmodells als Maßnahme und Prophylaxe gegen Haltungsschwächen.

Umsetzung

Untersuchung von zwei Schülergruppen (9.Klasse Gymnasium) mit jeweils 30 Personen. Eine der Gruppen fungiert als Kontrollgruppe. Die Versuchsgruppe trainiert über vier Monate Fitness gegen die Haltungsschwächen Lendenlordose, Brustkyphose (Morbus Scheuermann), Halslordose.

Dokumentation: Erläuterung muskuläre Dysbalancen, Krankheitsbilder (Fehlbelastung, Haltungsschwächen), Lebenslauf

Ressourcen

Finanzierung des Projekts aus Eigenmitteln.

Kommentar im Projekt

–

Sportzentrum der Universität Würzburg
Ansprechpartner: Matthias-Frank Riegler
Seinsheimstraße 11, 97074 Würzburg
Tel. (01 76) 83 17 52 94
E-Mail: matz-riegler@t-online.de

Sozialkompetenzförderung bei geistig beeinträchtigten Jugendlichen

Cheerleading als Förderungsmöglichkeit im Hinblick auf ganzheitliche Gesundheit am Beispiel einer Gruppe behinderter Schülerinnen in Ingolstadt

Anlass

Das Caritas-Zentrum St. Vinzenz ist ein Förderzentrum mit dem Schwerpunkt geistige Entwicklung in Ingolstadt, in dem über 270 behinderte oder von Behinderung bedrohte Kinder, Jugendliche und Erwachsene betreut, beschult und gefördert werden. Weil der Schwimmunterricht für Jugendliche im Jahr 2003 renovierungsbedingt über einen längeren Zeitraum ausfiel, wurde nach alternativen Sportmöglichkeiten gesucht. Eine Praktikantin, die in der Einrichtung ihr Berufspraktikum für die Erzieherinnenausbildung absolvierte, bot ein Cheerleader-Training für geistig beeinträchtigte Mädchen an. Was zunächst als Übergangslösung gedacht war, führte sie später als Trainerin – auch nach Wiedereröffnung des Schwimmbads – als Neigungsgruppe weiter. Dabei konnte sie eigene Erfahrungen als Cheerleader der „Hot Panthers“ beim Eishockey- und Rollschuh-Club Ingolstadt einbringen.

Projektziele

Kurzfristige Ziele waren Spaß und sportliche Betätigung für Mädchen mit geistiger Behinderung als Ersatz für den ausgefallenen Schwimmunterricht. Längerfristig Förderung der Sozialkompetenz und des Wohlbefindens, insbesondere unter Berücksichtigung weiblicher Bedürfnisse.

Umsetzung

Cheerleader-Training im Zentrum St. Vinzenz seit 2003: In der Gruppe „Plushy Stars“ trainieren durchschnittlich 15 Schülerinnen im Alter zwischen 14 und 20 Jahren ein Mal pro Woche bzw. alle zwei Wochen unter Leitung der ehemaligen Berufspraktikantin des Zentrums, Nicole Jahn.

- Inhalte des Trainings: Tanz, Akrobatik und Musik, aber auch Gestaltung von Kostümen, Vorbereitung von Auftritten, Öffentlichkeitsarbeit, Exkursionen usw.
- Auftritte beim Sommerfest, beim Tag der offenen Tür, bei der Faschingsfeier und bei anderen Veranstaltungen der Offenen Behindertenarbeit im Zentrum. Teilnahme an einer Special-Olympics-Veranstaltung in Ingolstadt, Basketballturnier in Pfaffenhofen und bei verschiedenen Sportfesten auch über die Grenzen von St. Vinzenz hinaus

Die Arbeit mit den Mädchen und jungen Frauen der „Plushy Stars“ nahm Nicole Jahn zum Ausgangspunkt für ihre Diplomarbeit an der Fakultät für Soziale Arbeit der

Katholischen Universität Eichstätt unter dem Titel „Sozialkompetenzförderung bei geistig beeinträchtigten Jugendlichen. Ein Beispiel der innovativen Gruppenarbeit („Cheerleading“)“. Die Arbeit wurde vom Förderkreis der Fakultät mit dem „Förderpreis für eine hervorragende Diplomarbeit 2008“ ausgezeichnet.

Dokumentation: Diplomarbeit „Sozialkompetenzförderung bei geistig beeinträchtigten Jugendlichen“ und Gutachten, Urkunde über den Förderpreis der Fakultät für Soziale Arbeit der KU Eichstätt, Bilder und Filme der Auftritte der „Plushy Stars“

Ressourcen

Kosten für Ausstattung und Pompoms trug das Caritas-Zentrum St. Vinzenz, das Stadttheater Ingolstadt sponsorte T-Shirts. Zusammenarbeit mit Zivildienstleistenden, Praktikanten, Lehrkräften und der Offenen Behindertenarbeit.

Kommentar im Projekt

„In gleicher Weise, wie es in anderen Bereichen mittlerweile selbstverständlich ist, dürfen Menschen mit Handicap auch hinsichtlich Sozialkompetenz nicht benachteiligt werden, da ihr soziales (Fehl)verhalten mitverantwortlich ist, dass sie nicht akzeptiert, ausgegrenzt und stigmatisiert werden. Außerdem machen die gestiegenen Anforderungen an Menschen mit Handicap Sozialkompetenz unverzichtbar ... Es gibt viele Möglichkeiten Sozialkompetenz über Bewegung auf- und auszubauen ... Cheerleading ist etwas Neues und Besonderes, spricht mit Musik und Tanz die Interessen junger Menschen an und besitzt einen hohen Aufforderungscharakter. Insofern eröffnet sich eine Möglichkeit, besonders Mädchen und junge Frauen mit geistiger Behinderung für Sport zu begeistern.“

Aus dem Gutachten zur Diplomarbeit: „Die Verfasserin kommt zu dem Ergebnis, dass die Cheerleading-Arbeit vielfach mit positiver Entwicklung der Sozialkompetenz in Verbindung gebracht wird. Die Arbeit legt diesen positiven Einfluss plausibel nahe ... Eine überaus erfolgreiche praktische Gruppenarbeit ... Der praktische Nutzen für weitere Projekte ist offensichtlich.“

Caritas-Zentrum St. Vinzenz
Frühlingsstraße 15, 85055 Ingolstadt
www.vinzenz-online.de
Ansprechpartnerin: Nicole Jahn
Tel. (0171) 2 83 56 32, (08 41) 9 61 24 88
E-Mail: nija@gmx.de

Kompetenznetz Prävention

Garmisch-Partenkirchen

Eine Internetplattform informiert über Präventionsangebote für Kindergärten, Schulen und Vereine im Landkreis

Anlass

Im Rahmen der Jugendhilfeplanung im Landkreis Garmisch-Partenkirchen, der unter anderem Vertreter von Condrops e.V., des Gesundheitsamtes und der Kommunalen Jugendarbeit angehören, entstand im Zusammenarbeit mit dem Staatlichen Schulamt die Idee zu einer Internetseite, die Präventionsanbieter und -angebote zusammenfasst.

Projektziele

Vernetzung von Institutionen und Personen, die Präventionsangebote für Kinder und Jugendliche im Landkreis Garmisch-Partenkirchen bereithalten. Förderung einer stärkeren Zusammenarbeit der Partner im Netzwerk sowohl untereinander als auch mit den Zielgruppen. Das Internetangebot richtet sich vor allem an Kindergärten, Schulen und Vereine, d.h. an Lehrkräfte und pädagogisches Personal als Multiplikatoren, und gibt einen Überblick über Präventionsmöglichkeiten im Landkreis.

Umsetzung

Sammlung und Erfassung sämtlicher Präventionsangebote und -projekte im Landkreis Garmisch-Partenkirchen auf der Internetseite www.praevention-gap.de. Derzeit sind 14 Partner im Kompetenznetz vertreten. Freischaltung der Seite Anfang 2009.

- Die Internetseite ist überschaubar gestaltet und in vier Bereiche untergliedert: Suchtprävention, Gewaltprävention, sexualpädagogische Prävention und sonstige Präventionsangebote. Die Projektbeschreibungen sind standardisiert erfasst und jeweils als pdf auszudrucken (Informationen zum Projekt/„Was ist das?“, Zielgruppe, Dauer, „Was bringt’s?“, Leistungen, Planungszeitraum, Geschlechtsspezifischer Ansatz, „Was braucht es dafür?“, Qualifikation des/der Referenten, Infos und Kontakt)
- Die Angebote werden durch Bewertungskriterien überprüft, die das Institut für Therapieforchung in München befürwortet hat. Bewertung der Nachhaltigkeit mit Hilfe eines Fünf-Sterne-Systems: Je mehr Sterne ein Angebot hat, desto größer ist die präventive Wirkung. Angebote mit einem oder zwei Sternen sind häufig gut geeignet, mit geringem Aufwand einen ersten Einstieg ins Thema zu finden. Angebote mit drei oder mehr Sternen verlangen in der Regel mehr zeitlichen, personellen oder finanziellen Aufwand, die Wahrscheinlichkeit für nachhaltig präventive Effekte ist jedoch auch höher.

- Interessenten haben einen direkten Zugriff auf den Angebotskatalog und können auch direkt Kontakt zu den Veranstaltern aufnehmen. Die Kennzeichnung mit dem Sterne-System ermöglicht es, je nach zeitlichem, räumlichen und qualitativem Rahmen eine geeignete Maßnahme zu finden.
- Die Seite wird ständig weiterentwickelt und aktualisiert; geplant sind halbjährliche Treffen der Präventionsanbieter. Abfrage des Präventionsbedarfs bei der Zielgruppe.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Projektbeispiele aus dem Angebotskatalog

Ressourcen

Gestaltung, Pflege und Bewerbung der Internetseite aus Mitteln der Kommunalen Jugendarbeit; personelle Ressourcen: Organisationsteam und Netzwerkpartner

Kommentar im Projekt

„Die Zusammenstellung schafft für Kindergärten, Schulen und Vereine einen systematischen und aktuellen Überblick über lokale Präventionsangebote in den Bereichen Suchtprävention – Gewaltprävention – Sexualpädagogische Prävention – Sonstige Prävention“. Kurz und bündig und umfassend zugleich wird das jeweilige Präventionsprojekt vorgestellt. So können Sie sich als Lehrkräfte, Erziehungspersonal und Verantwortliche in der Jugendarbeit schnell und einfach über unterstützende Angebote informieren.“

Condrops e.V.

in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt und der Kommunalen Jugendarbeit

Ansprechpartner: Anca Blanga (Condrops), Stephan Märte (Kommunale Jugendarbeit)

Ludwigstraße 82a, 82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel. (0 88 21) 7 20 21, Fax (0 88 21) 7 20 23

E-Mail: garmisch@condrops.de

www.condrops.de, www.praevention-gap.de

Positiv denken – Negativ bleiben!

HIV-Prävention in der Jugendarbeit – Ein Gemeinschaftsprojekt von Lambda Bayern, 20+pos München und der Münchner Aidshilfe

Anlass

Die Zahl der HIV-Neuinfektionen ist in den letzten Jahren angestiegen, auch unter Jugendlichen. „Jung sein und gesundes Aussehen gelten noch heute bei fast allen Jugendlichen als Garant für einen sicheren Sexualkontakt. Verhütung spielt – wenn überhaupt – vor allem im Bereich der Schwangerschaftsvermeidung eine Rolle.“ Daher will die Münchner Aidshilfe zusammen mit dem Jugendnetzwerk Lambda Bayern e.V., Dachverband der LesBiSchwulen und Transgender Jugendgruppen in Bayern, „neue Impulse setzen“ und jungen Menschen das Thema HIV-Prävention näherbringen.

Projektziele

Jugendliche HIV-Positive und -Negative setzen sich gemeinsam mit dem Thema HIV-Vorbeugung auseinander, sammeln und bewerten Präventionsmaterialien und -methoden. Jugendgruppenleiter aller Jugendverbände in Bayern erhalten Ausbildungsmaterialien zur Umsetzung in ihren Gruppenstunden und tragen das Thema auf diese Weise landesweit an Jugendliche heran. Junge Homosexuelle, die im Rahmen des Schulprojekts „Sch(w)ule & Le(s)ben“ Schulklassen besuchen, verwenden die Materialien ebenfalls. Das Beratungsprojekt für junge Lesben, Schwule und Bisexuelle mit Migrationshintergrund bereitet die Informationen zielgruppengerecht auf.

Umsetzung

Bei einer ersten Informationsveranstaltung von HIV-positiven und -negativen Jugendlichen im April 2008 wird ein Grobkonzept erarbeitet, unterteilt in Information, Methoden und Material. Bis März 2009 Konzeption der Gruppenleiterausbildung und der dazugehörigen Veröffentlichung durch einen Arbeitskreis, dem interessierte Jugendliche, Vertreter/-innen von Lambda Bayern, diversity-München (20+pos, Gruppe für junge Positive) und der Münchner Aidshilfe angehören.

- Gruppenleiterkurs im März 2009: Wochenend-Kurs für Gruppenleiter aus Verbänden in Bayern (15 Teilnehmer). Zielgruppengerechte Aufbereitung des Themas „HIV-/AIDS-Prävention“ unter Verwendung der erarbeiteten Methoden.
- Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien in Form einer CD im Mai 2009 (Auflage: 2.000 Stück). Die CD wird allen Jugendverbänden in Bayern kostenlos zur Verfügung gestellt (Verteilung über den Bayerischen Jugendring). Die Ergebnisse fließen auch in das Migrationsprojekt von Lambda sowie in das Projekt „Sch(w)ule & Le(s)ben“ ein und sollen auf der Homepage des Verbands veröffentlicht werden.
- Inhalte der Arbeits-CD: Grundlagen (Präsentation „Was ist HIV“ und heutiger Wis-

senzstand); Einführende und strukturierende Methoden (u.a. 4-Ecken-Eingangsfragen, Fragenkarussell, Gedanken zu AIDS, „Meinungen – Meinungen – Meinungen“, Satzanfänge ergänzen, Wandzeitung, Kondomtest mit Gleitmittel, Klassenkonferenz Infizierter Schüler, „Wunderpille“, Wissen zu AIDS und Schutzmöglichkeiten, Wo bin ich gefährdet – wo nicht, AIDS-Quiz), Abschluss (Blitzlicht, Der Blick zurück), Medienliste, Adressverzeichnis, weiterführende Links

Dokumentation: Projektdarstellung, Flyer und Arbeits-CD „Positiv denken – Negativ bleiben!“

Ressourcen

Finanzierung über den Kulturfonds 2006-2010 der Bayerischen Staatsregierung zur Förderung von Aktivitäten der Jugendarbeit zum Thema „Gesunde Lebensführung“.

Kommentar im Projekt

„Die Jugendverbände sind tragende Säulen der Gesellschaft ... Gerade Jugendleiter und Jugendleiterinnen spielen als Respektsperson zwischen Peer-Group und Erwachsenenwelt eine entscheidende Vorbildrolle ... Der große Einfluss auf ihre Grüpplinge sollte Anreiz sein, auch über wichtige gesundheitliche Themen zu sprechen ... Mit der vorliegenden Materialiensammlung wollen wir Anreiz schaffen, das Thema [HIV-Prävention] kreativ in den Gruppenalltag zu integrieren und legen gleichzeitig den Grundstein, um weitere Methoden zu sammeln und sich weiterhin mit dem Thema auseinanderzusetzen ... Viel Spaß beim Stöbern in der CD und beim Ausprobieren in der Gruppenstunde, denn Sexualpädagogik soll vor allem auch unterhaltend sein.“

münchener aids-hilfe e.V.

Ansprechpartner: Alois Gerbl

Lindwurmstraße 71, 80337 München

Tel. (089) 5 43 33-109, Fax (089) 5 43 33-111

E-Mail: alois.gerbl@muechner-aidshilfe.de

Interkultureller Mädchentreff

„Integration statt Perspektivlosigkeit, Vorbeugung statt Heilung“: Der Verein Jugendliche Deutsche aus Russland will in Ingolstadt „Integration gemeinsam schaffen“

Anlass

Für Mädchen mit Migrationshintergrund im Alter von 10 bis 17 Jahren gab es zum Zeitpunkt des Projektbeginns im Jahr 2007 in Ingolstadt kaum Angebote. Zudem bestand bei den vor allem aus Gebieten der ehemaligen Sowjetunion stammenden Kindern und Jugendlichen eine große Unwissenheit bezüglich gesundheitlicher und jugendspezifischer Themen, insbesondere bei den 13- bis 17-Jährigen Mädchen. „Sprach- und Verständigungsschwierigkeiten trugen dazu bei, dass diese Unwissenheit nicht geringer wurde. Gerade diese Unwissenheit machte genau diese Zielgruppe für die älteren Jungen, die bereits Drogenerfahrungen etc. haben, interessant.“

Projektziele

Möglichst viele Mädchen mit Migrationshintergrund sollen erreicht und konstant in einen Mädchentreff eingebunden werden. Vermittlung jugendgerechter Informationen zu Themen wie Ernährung, Suchtmittel, Sexualität und Verhütung u.a., sinnvolle Freizeitgestaltung, Hilfe bei schulischen oder Sprachproblemen. Geeignete Mädchen aus der Zielgruppe werden zu Übungsleiterinnen oder Präventionstutorinnen ausgebildet, Weitergabe von Informationen im Rahmen der peer-to-peer-Education. Schrittweise Einbindung der Mädchen in die örtlichen Sportvereine sowie Einbindung von Mädchen ohne Migrationshintergrund in den Treff.

Umsetzung

Projektbeginn im Januar 2007. Mädchen im Alter von 10 bis ca. 17 Jahren wurden gezielt im Übergangswohnheim in Ingolstadt sowie durch die Schulsozialarbeit der Hauptschule im Piusviertel angesprochen und für eine Teilnahme am Mädchentreff gewonnen. Die Treffen finden einmal monatlich in einem Raum des Quartiersmanagements des Projekts Soziale Stadt – Piusviertel statt.

- Regelmäßig kommen 15 Mädchen zu den Treffen. Leitung durch einen staatlich geprüften Sozialberater für Migranten, unterstützt durch eine Kinderpflegerin mit Migrationshintergrund, die bei Sprachproblemen übersetzt und auch Wochenendfahrten begleitete. Kontinuierliche Begleitung durch eine Sozialpädagogin des Gesundheitsamtes Ingolstadt, Fachbereich Suchtprävention.
- An den Interessen der Mädchen orientierte Freizeitangebote sowie Informationen zu jugendspezifischen Themen, z.B. Ernährung, Suchtmittel, Sexualität. Die Mädchen

sind in Projektplanung und -gestaltung einbezogen. Themen bzw. Aktivitäten im Jahr 2007 u.a. gemeinsames Kochen, Mixen alkoholfreier Cocktails und Verkauf beim Stadtteilfest, Selbstbehauptungstraining, Furchtbarkeit und Veränderungsprozesse im Körper, Schlittschuhlaufen.

- Elternarbeit: Die Eltern wurden über die geplanten Aktivitäten und Themen sowie über die Regeln des Mädchentreffs (z.B. Absage bei Nichterscheinen) informiert.
- Vorstellung des Projekts in Gremien der Stadt, z.B. in der Kommission Soziale Stadt, Berichte in der Stadtteilzeitung. Teilnahme an der Aktionswoche der Christlich-Muslimischen Friedensinitiative e.V. „Integration gemeinsam schaffen“

Dokumentation: Projektbeschreibung, Flyer des Vereins

Ressourcen

Finanzierung aus Eigenmitteln des Vereins Jugendliche Deutsche aus Russland e.V., durch das Gesundheitsamt Ingolstadt und die Robert-Bosch-Stiftung. Die Betreuung durch die Kinderpflegerin erfolgt ehrenamtlich; Ausgaben entstehen durch die Aktionen der Gruppe. Kooperationspartner vor Ort: Gesundheitsamt der Stadt Ingolstadt (sozialpädagogische Begleitung), Sportvereine, Quartiersmanagement der Sozialen Stadt, Kulturverein, Landsmannschaft der Deutschen aus Russland, Migrationsforum

Kommentar im Projekt

„Nach eigener Ansicht sowie auch Bewertung durch die Kooperationspartner wurden die von uns gesetzten Ziele weitgehend erreicht. Die Mädchen nahmen konstant am Mädchentreff teil. Es konnten engagierte Mädchen herausgefiltert werden, welche die Ausbildung zur Tutorin/Übungsleiterin absolvierten bzw. auch in ansässige Sportvereine eingebunden wurden. Mädchen anderer Kulturkreise konnten im Treff integriert werden. Einigen Mädchen konnte bei Sprachproblemen im Hinblick auf schulische oder berufliche Probleme geholfen werden ... Das konstante Stattfinden trug dazu bei, ... dass sukzessive ein Vertrauensverhältnis zu den Mädchen aufgebaut werden konnte. Das Fortbestehen des Mädchentreffs signalisiert die Notwendigkeit dieses Angebots und die Akzeptanz der Zielgruppe.“

JDR – Jugendliche Deutsche aus Russland. Freundeskreis Blaues Kreuz e.V.

Ansprechpartner: Robert Rudi

Pater-Moser-Straße 19, 85072 Eichstätt

Tel. (0 84 21) 90 21 66

E-Mail: robert@ria-telekon.de

www.jugendarbeit-ei.de/pages/jdr/

Sucht- und Konfliktbewältigung für jugendliche und heranwachsende Sinti, Roma und Jenische

Das 1. Landessekretariat Bayern für Sucht und Konfliktbewältigung bietet kultursensible Drogenprävention und Suchthilfe

Anlass

Viele jugendliche Sinti, Roma und Jenische leben in sozial schwierigen Situationen. „Das ‚Reisen‘ mit dem Wohnwagen von April bis Oktober ist ... durch Schulpflicht und diverse andere Gründe nicht mehr möglich, so werden die Jugendlichen ... mit den Gefahren einer Stadt auch ganzjährig konfrontiert, hierzu gehören Alkohol, Drogen, Gewalt, Spielsucht und vieles mehr“. Viele von ihnen leben in sozialen Brennpunkten in Armut, der Konsum von Alkohol und Drogen steigt. Doch Drogensucht und die damit zusammenhängenden Konflikte sind im Kulturkreis der Sinti, Roma und Reisenden noch weitgehend tabuisiert.

Projektziele

Das 1. Landessekretariat Bayern für Sucht und Konfliktbewältigung ist eine Sinti-Initiative, die sich Drogenprävention und -intervention für Heranwachsende in Deutschland lebender Sinti, Roma und Reisenden zum Ziel gesetzt hat. Sie will „mit Tabuthemen in oben genannten Minderheiten brechen“ und für ein „generelles und besseres Verständnis suchtkranker Menschen“ sorgen: Aufklärung, Vorbeugung und Abschreckung sowie Intervention (Motivation Betroffener für eine Therapie; Begleitung vor, während und ggf. nach der Behandlung) unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds. Vernetzung mit anderen Einrichtungen der Suchtprävention. Erhalt bzw. Rückführung kultureller-moralischer Prinzipien, Abbau von Klischees und Vorurteilen.

Umsetzung

Gründung des 1. Landessekretariats/Bayern für Sucht und Konfliktbewältigung für jugendliche und heranwachsende Sinti, Roma und Jenische im Februar 2009. Die Mitarbeiter, die in mehreren bayerischen Städten ehrenamtlich als Ansprechpartner für ihre Region tätig sind, gehören selbst einer der Gruppen an und sind zum Teil ehemals Drogenabhängige.

- Aufklärungsarbeit mit Jugendlichen. Filmprojekt „Little Lion & The Cross“, basierend auf dem gleichnamigen Buch, in dem René Daniel Teile seiner eigenen Lebensgeschichte darstellt – den Weg eines 15-jährigen Sinti Mitte der 1980er Jahre in die Drogenabhängigkeit, seinen Kampf ums Überleben und den Ausweg. „Der Film will aufklären, vorbeugen und abschrecken ... und zeigen, dass gemeinsam für beinahe jedes Problem eine Lösung gefunden werden kann.“

- Begleitung von Drogenabhängigen: Gespräche mit Suchtkranken und ihrem Sippenverband, Seelsorge, „Wiedereingliederung“ Betroffener in den Kulturkreis, von dem sich aufgrund ihrer Drogensucht entfernt hatten bzw. ausgegrenzt wurden. Zusammenarbeit mit Einrichtungen der Suchthilfe und Therapieeinrichtungen in Justizvollzugsanstalten.
- Derzeit werden vier Suchtkranke betreut, die durch Mundpropaganda von der Gründung des Projekts erfahren hatten. Drei von ihnen warten in Justizvollzugsanstalten auf eine Therapie, die vierte Person befindet sich derzeit in einer Therapieeinrichtung in Höhenkirchen.
- Aufbau einer Internetseite, Vorstellung des Projekts in Jugendeinrichtungen, im Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit, bei der Drogenbeauftragten der Bundesregierung u.a.

Dokumentation: Projektdarstellung, Informationen zum Filmprojekt „Little Lion & The Cross“

Ressourcen

Die Mitarbeiter des Landessekretariats sind ehrenamtlich tätig und bestreiten alle Ausgaben aus Eigenmitteln.

Kommentar im Projekt

„Die Diskriminierung und doppelte Stigmatisierung als Sinti – Roma oder gar als ‚Zigeuner‘, der zudem noch drogenabhängig ist, unterstützen die gängigen Vorurteile und erschweren eine konsequente Eingliederung bzw. Resozialisierung in das Gesellschaftssystem ... Bei der Integration von Minderheitsangehörigen, die eindeutig bejaht werden kann und muss, sollte allerdings Berücksichtigung finden, dass sie nicht mit dem Verlust der eigenen Identität und Kultur einhergehen kann ... Betroffene [Suchtkranke] sollen durch die Arbeit mit ehemals Drogenabhängigen aus ihrem Volk, aus ihren eigenen Reihen, unterstützt werden ... Jugendlichen und Heranwachsenden wird die Möglichkeit gegeben, sich parallel zu öffentlichen Einrichtungen und im Hinblick auf ihren kulturellen Hintergrund bei Drogenproblemen und damit zusammenhängenden Konflikten in ihrer Kultur an das Sekretariat zu wenden.“

1. Landessekretariat / Bayern (GbR)

Sucht und Konfliktbewältigung Sinti – Roma – Jenische

Ansprechpartner: René G. Daniel

Am Weiher 12, 96114 Hirschaid/Bamberg

Tel. (0 95 43) 2 38 00 48

E-Mail: lion-project@hotmail.de

www.lion-project.de (im Aufbau)

Alkorapical

Ein HipHop-Musical von Jugendlichen für Jugendliche in Nürnberg

Anlass

Junge Menschen konsumieren Alkohol immer früher und zudem erschreckend exzessiv. Die offene Jugendarbeit in Nürnberg setzt sich deshalb mit diesem Thema besonders und auf unterschiedliche Art und Weise auseinander. „Wir vom Jugendtreff Schlossäcker haben uns zusammen mit unseren Jugendlichen der Thematik Alkohol in Form eines Musicals genährt ... Den problematischen Umgang mit Alkohol im Blickfeld, wollten unsere Mädchen und Jungen mit ‚Alkorapical‘ andere Jugendliche ansprechen“.

Projektziele

Auseinandersetzung mit dem Thema Alkohol in jugendeigener Sprache für Zuschauer ebenso wie für Mitwirkende. Die am Projekt beteiligten Jugendlichen werden durch kreatives Arbeiten mit Musik, Tanz, Gesang und Schauspiel sowie durch den Umgang mit neuen Medien und Veranstaltungstechnik in der Entwicklung von Schlüsselqualifikationen, Handlungskompetenzen und individuellen Fähigkeiten gefördert, auch in Hinblick auf das spätere Arbeitsleben. Zielgruppe und Akteure sind überwiegend Jugendliche mit Migrationshintergrund im Einzugsbereich der Jugendtreffs, die in sozial benachteiligten Verhältnissen leben.

Umsetzung

40 junge Menschen im Alter zwischen 13 und 27 Jahren aus der Nürnberger Südstadt erarbeiteten zwischen Januar und Oktober 2008 in den Jugendtreffs „Schlossäcker“ und „Johannis“ das Musical „Alkorapical“, angeleitet von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Jugendeinrichtungen und externen Fachkräften.

- Die Jugendlichen trugen zunächst Fakten zum Thema Alkohol und Prävention zusammen (u.a. Besuch der Ausstellung „NA TOLL!“), studierten Tanzfilme und Musicals. In Gruppen erarbeiteten sie anschließend Drehbuch und Texte. Gesangs- und Tanztraining, Schauspiel, Dokumentation (Aufbau der Internetseite), Licht- und Tontechnik, Fotoshooting, Öffentlichkeitsarbeit (Flyer, Poster, Programmheft). Fachliche Unterstützung in Choreographie (Maria „Nancy“ Gallego-Rico), Management, Technik (Jugendhaus GOST). Die künstlerische Leitung hatte der Nürnberger Rapper Murat „Shemrock“ Basak.
- Handlung: In „Alkorapical“ erzählen Jugendliche von ihrem für sie stressbelasteten Alltag und dessen Auswirkungen auf ihren Alkoholkonsum. Durch die Geschichte führen Luzi (der Teufel, die Versuchung) und Ratio (Engel, die Vernunft), die um die Jugendlichen werben und buhlen.

- Premiere des Musicals war am 22. Oktober 2008 in Nürnberg; insgesamt gab es vier Auftritte im Jahr 2008. Für 2009 sind Aufführungen im Mai, Juni und September geplant.

Dokumentation: Projektbericht, Programmheft mit Songtexten, Info-Karte, Presseberichte. Homepage unter www.alkorapical.de. Ein Kurzfilm zum Musical, den Jugendliche gemeinsam mit der künstlerischen Leitung und einem Mediengestalter erarbeiten, wird in der bundesweiten Aktionswoche „Alkohol? Kenn Dein Limit.“ im Juni 2009 vorgestellt.

Ressourcen, Finanzierung

Alkorapical ist ein Schwerpunkt des Arbeitsprogramms Alkoholprävention des Jugendamtes Nürnberg und wird finanziell gefördert von der Präventiven Kinder- und Jugendhilfe/Suchtprevention (2008) sowie durch LOS (2009). Sponsoren: Müller Medien, Sparkasse, Printeria, Arbeit für Behinderte, Forster Autovermietung. Kooperationen mit dem Kinder- und Jugendhaus „Gost“, der Musikzentrale, Luise – The Cultfactory und der Herschelschule in Nürnberg. Schirmherrin des Projekts ist die Gattin des Oberbürgermeisters, Petra Maly.

Kommentar im Projekt

„Eine Auseinandersetzung mit dem Thema Alkohol mit jugendeigener Sprache, mit jugendeigenen Mitteln ... Die Gedanken von Jugendlichen wurden ernst genommen. Sie machten die Erfahrung, durch Engagement etwas bewegen und zustande bringen zu können ... Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein ist gewachsen ... Es entstanden neue Netzwerke mit anderen Jugendeinrichtungen und Schulen im Stadtteil ... Die Jugendlichen haben sich zu einer Gruppe zusammengefunden. Es hat sich gegenseitiges Verantwortungsbewusstsein gebildet“.

Stadt Nürnberg, Jugendamt, Präventive Kinder- und Jugendhilfe

Ansprechpartnerin: Renate Rumrich

Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Tel. (09 11) 2 31-55 81

E-Mail: renate.rumrich@stadt.nuernberg.de

www.jugendamt.nuernberg.de

Auf Euer Wohl – Die Katertüte

Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen im Rahmen von Streetwork in Nürnberg

Anlass

Gostenhof ist ein zentrumsnaher Stadtteil Nürnbergs mit ca. 10.000 Einwohnern und einem überdurchschnittlich hohen Anteil an Kindern und Jugendlichen. Rund 43% der Bewohner sind nichtdeutscher Herkunft, die Arbeitslosigkeit ist doppelt so hoch wie im Stadtdurchschnitt. Der Stadtteil ist gekennzeichnet durch eine hohe Bevölkerungs- und Wohnbebauungsdichte mit vorwiegend alter Bausubstanz; Spiel- und Aktionsflächen für Kinder und Jugendliche sind nur wenige vorhanden. Alkoholkonsum von Jugendlichen im öffentlichen Raum ist häufig. Vor diesem Hintergrund wurde 2007 das Projekt Streetwork Gostenhof mit zwei Mitarbeitern gestartet.

Projektziele

Das Projekt „Auf Euer Wohl – Die Katertüte“ will den Alkoholkonsum von Jugendlichen thematisieren, dessen Risiken erläutern und den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol besprechen. Jugendliche sollen üben, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

Umsetzung

Streetwork-Mitarbeiter suchen in den Abendstunden die Treffpunkte von Jugendlichen im Stadtteil auf.

- Über ein „Alkoholquiz“ wird der Kontakt hergestellt. Angesprochen werden erwünschte und unerwünschte Wirkungen und Nebenwirkungen von Alkohol sowie die Risiken des Alkoholkonsums. Jugendliche, die am Quiz teilnehmen, erhalten eine „Katertüte“.
- Die „Katertüte“ enthält ein Stück Traubenzucker, einen Kaugummi, ein Kondom, Notfallnummern von Polizei, Rettungsdienst und Notarzt, Nightliner-Fahrplan mit den Nachtbus-Linien, Alkoholselbsttest („Lüg’ Dir nicht in die Tasche – Ist dein Alkoholkonsum im grünen Bereich?“), die Adressen von Jugendamt und Streetwork Gostenhof-Ost sowie „Infocards“ für „Boys & Girls“ und für „Girls“. Diese Karten im Postkartenformat enthalten Informationen zum Thema Alkohol und Alkoholmissbrauch („Wenn Ihr Alkohol trinkt, denkt bitte an Eure Gesundheit und an die Eurer Freunde. Übernehmt Verantwortung für Euch gegenseitig! Achtet darauf, dass Ihr nach der Party wieder alle gut nach Hause kommt und lasst Eure Leute nicht irgendwo liegen, wenn es ihnen schlecht geht ...“)

Das Projekt ist auf zwei Jahre angelegt (2008/2009). Der erste Teil fand zwischen April und August 2008 im Stadtteil Gostenhof statt, dabei suchten die Streetworker 300 Jugendliche auf und sprachen sie gezielt an. Der zweite Teil des Projektes findet im Juni 2009 im Rahmen der Aktionswoche Alkohol „Kenn’ dein Limit“ im Nürnberger Stadtteil Langwasser statt.

Dokumentation: Projektbericht, Katertüte

Ressourcen

Das Projekt wird finanziert durch die Präventive Kinder- und Jugendhilfe im Jugendamt der Stadt Nürnberg.

Kommentar im Projekt

„Streetwork Gostenhof-Ost sucht gezielt in den Abendstunden die informellen Treffpunkte von Jugendlichen auf. Die Kontaktaufnahme wird über ein Alkoholquiz gestaltet ... Jugendliche, die teilnehmen, erhalten eine ‚Katertüte‘. Diese dient zur Schadensminimierung und soll den Jugendlichen im Notfall helfen.“

Stadt Nürnberg, Jugendamt, Präventive Kinder- und Jugendhilfe

Ansprechpartnerin: Renate Rumrich

Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Tel. (09 11) 2 31-55 81

E-Mail: renate.rumrich@stadt.nuernberg.de

www.jugendamt.nuernberg.de

NA TOLL! – Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen

Ein Multiplikatorenprojekt der Metropolregion Nürnberg

Anlass

Seit dem Schuljahr 2007/08 stellt die Landeszentrale für Gesundheit in Bayern (LZG) interessierten Schulen kostenlos die Ausstellung „NA TOLL!“ zur Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen zur Verfügung. Die Metropolregion Nürnberg schult zu dieser Ausstellung junge Erwachsene bzw. Peers, um eine gelungene Moderation zu gewährleisten. „NA TOLL!“ soll Jugendliche zum Nachdenken über den eigenen Alkoholkonsum anregen und zu einem verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol motivieren.

Projektziele

Jugendliche sollen befähigt werden, ihre persönliche und soziale Entwicklung zu meistern: Individuelle Persönlichkeitsstärkung, verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol, „Nein-Sagen“ lernen – Aufzeigen von Alternativen zum Alkoholkonsum, Soforthilfemaßnahmen bei betrunkenen Kindern und Jugendlichen, sachliche Informationen zum Thema Alkohol.

Umsetzung

Für das Projekt haben sich im Jahr 2008 vier Gesundheitsämter der Region (Landratsamt Bamberg, Landratsamt Erlangen, Landratsamt Roth, Landratsamt Fürth) und das Jugendamt der Stadt Nürnberg zusammengeschlossen.

- Akquirierung von Schulen und Auswahl von 16 Moderatoren (Studentinnen und Studenten der Fachrichtungen Sozialpädagogik, Pädagogik, Psychologie u.a.). Sie wurden in vier Unterrichtseinheiten von Fachkräften der Prävention geschult (Kennenlernen der Ausstellung, Hintergrundwissen zum Thema Sucht, rechtliche Grundlagen, Moderationstechniken; außerdem Reflexions- und Trainingsaufgaben für die Arbeit in der Ausstellung; Erarbeitung eines Konzepts für die Schulklassenbegleitung, Vorstellung von belebenden Elementen wie Rauschbrillen)
- Die Moderatorinnen und Moderatoren führten Schulklassen durch die Ausstellung. Methoden und Inhalte wurden an die unterschiedlichen Ausgangsbedingungen und Schultypen angepasst. Ergänzung und Vertiefung der suchtpreventiven Botschaften durch Theaterpädagogien.
- Begleitende Angebote für Eltern (Elternabende); Lehrerinformation
- Die Ausstellung wurde Anfang 2008 jeweils eine Woche im Gymnasium Roth, in der

Hans-Böckler-Wirtschaftsschule Fürth, der Staatlichen Realschule Scheßlitz, dem Willstätter Gymnasium Nürnberg und dem Emmy-Noether-Gymnasium Erlangen sowie öffentlich im Jugendamt Nürnberg gezeigt; angesprochen waren in den Schulen die Klassenstufen 7 bis 11, im Jugendamt kamen Gruppen aus Freizeiteinrichtungen, Einrichtungen der Jugendhilfe und der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Insgesamt wurden 2.386 Schülerinnen und Schüler erreicht.

Dokumentation: Projektbericht, Dokumentation „NA TOLL! – Prävention von Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen. Ein Multiplikatorenprojekt in der Metropolregion Nürnberg“

Ressourcen

Das Bayerische Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz unterstützte das Projekt mit 3.600 Euro, das Jugendamt Nürnberg brachte eigene Haushaltsmittel ein. Spende des Süddeutschen Verbandes reisender Schausteller und Handelsleute e.V. für die präventiven Aktivitäten im Willstätter Gymnasium Nürnberg. Die Moderatorinnen und Moderatoren erhielten pro Einsatztag 50 Euro.

Kommentar im Projekt

„Die Resonanz bei den Schülern war sehr positiv ... Durch die Aufteilung in Gruppen trauten sich einige, ihre persönlichen Erfahrungen mitzuteilen ... In der intimeren Atmosphäre der Kleingruppe und durch die jungen, studentischen Guides, die nicht realitätsfremd zum Thema Alkohol Stellung bezogen, kam es zu einer hohen Identifizierung und Glaubwürdigkeit“ (Willstätter Gymnasium Nürnberg) – „Von Seiten der Schule wurde die Ausstellung als Highlight erlebt“ (Hans-Böckler-Schule Fürth)

Stadt Nürnberg, Jugendamt, Präventive Kinder- und Jugendhilfe

Ansprechpartnerin: Renate Rumrich

Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Tel. (09 11) 2 31-55 81

E-Mail: renate.rumrich@stadt.nuernberg.de

www.jugendamt.nuernberg.de

Von der Party in die Notaufnahme

Jugendliche und Alkohol – Ein Ratgeber für Eltern

Anlass

Immer häufiger müssen Kinder und Jugendliche wegen einer Alkoholvergiftung im Krankenhaus behandelt werden; 240 waren es allein im Jahr 2007 in Nürnberg. Eltern, deren Kinder durch exzessiven Alkoholkonsum auffällig werden, sind oft verunsichert. Sie wissen nicht, wie sie angemessen reagieren können, haben Angst, dass ihnen ihr Kind entgleitet, fühlen sich schuldig oder sorgen sich, als schlechte Eltern dazustehen. Im Krankenhaus findet zwar ein Arztgespräch, jedoch kein pädagogisches Gespräch statt.

Projektziele

Unterstützung und Hilfestellung für Eltern von Kindern, die im Alter zwischen 13 und 17 Jahren durch einen exzessiven Alkoholkonsum auffallen. Nahziel ist es, Eltern für das Thema Alkohol zu sensibilisieren und ihren Gefühlszustand zu verbessern; Fernziel ist Entwicklung von Handlungskompetenzen für einen angemessenen Umgang mit dem Kind und die Motivation, bei Bedarf eine Beratungsstelle aufzusuchen bzw. professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Umsetzung

Im Rahmen einer Projektarbeit an der Georg-Simon-Ohm-Fachhochschule in Nürnberg, Fachbereich Sozialwissenschaften, erarbeiteten fünf Studentinnen die Broschüre „Von der Party in die Notaufnahme. Jugendliche und Alkohol – Ein Ratgeber für Eltern“.

- Vorbereitung: Informationssammlung zum Thema „Jugendliche und Alkohol“ in Kliniken und Beratungsstellen, Teilnahme an der Fachtagung „Mädchen und Alkohol“, Literatur- und Internetrecherche
- Die 26 Seiten umfassende Broschüre besteht aus drei Abschnitten: Handlungsempfehlungen (Wie komme ich mit meinem Kind ins Gespräch?, Wie verhalte ich mich angemessen?, Erste-Hilfe-Maßnahmen), Hintergrundinformationen (Warum trinkt mein Kind? Warum trinken Mädchen/Jungen? Welche Risiken können auftreten?) und Allgemeinen Informationen zum Thema Alkohol (Wirkung, Promillewert, Ist mein Kind schon süchtig? Welche gesetzlichen Vorschriften gelten? Örtliche Kontaktadressen und Internetseiten). Die Broschüre berücksichtigt geschlechtsspezifische Unterschiede.
- Die Broschüre liegt in Krankenhäusern und Suchtberatungsstellen in Nürnberg aus, ebenso in Schulen und bei der Polizei. Im Rahmen des HaLT-Projektes (Beratung für Jugendliche, die mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus eingeliefert werden)

wird sie während des Elterngesprächs an die Eltern ausgegeben.

- Die erste Auflage in Höhe von 5.000 Exemplaren erschien im September 2008. Mehrere Kommunen haben bereits das Copyright erworben und die Broschüre für den eigenen Bedarf nachgedruckt.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Broschüre „Von der Party in die Notaufnahme. Jugendliche und Alkohol – Ein Ratgeber für Eltern“

Ressourcen

Finanzierung durch die Stadt Nürnberg, Jugendamt, Präventive Kinder- und Jugendhilfe, durch den Suchtbeauftragten der Stadt Nürnberg und durch Spendengelder.

Kommentar im Projekt

„Anhand der Bedarfsklärung im Vorfeld war festzustellen, dass die Situation der Eltern, deren Kinder durch exzessiven Alkoholkonsum auffällig geworden sind, wenig berücksichtigt wird. Deshalb soll dieses Projekt die Eltern erreichen, indem es zum Thema aufklärt, sensibilisiert, entlastet und deren Gefühlszustand verbessert“: „Wir wollen Ihnen eine Hilfe an die Hand geben, um die Situation zusammen mit Ihrer Tochter/Ihrem Sohn zu meistern und einer Wiederholung entgegenzuwirken.“

Stadt Nürnberg, Jugendamt, Präventive Kinder- und Jugendhilfe

Ansprechpartnerin: Renate Rumrich

Dietzstraße 4, 90443 Nürnberg

Tel. (09 11) 2 31-55 81

E-Mail: renate.rumrich@stadt.nuernberg.de

www.jugendamt.nuernberg.de

Weg von der Flasche!

Das Nürnberger Jugendkulturhaus Luise veröffentlicht einen Musiksampler zum Thema Jugend und Alkohol

Anlass

Das Jugendkulturhaus „Luise – The Cultfactory“ ist eine Einrichtung des Kreisjugendrings Nürnberg-Stadt. Im Außenbereich der Einrichtung trafen sich bei Veranstaltungen immer öfter bis zu 300 Jugendliche. Es fiel auf, dass die Jugendschutzbestimmungen zum Alkoholkonsum fortgesetzt missachtet wurden und es immer wieder zum Einsatz von Rettungskräften kam. Auf unterschiedlichen Ebenen, ausgehend von der Lebenssituation und den Interessen Jugendlicher, wurde mit innovativen Maßnahmen versucht, auf die Situation zu reagieren und Impulse zum gesundheitsbewussten Verhalten zu geben. In diesem Rahmen entstand u.a. der Musiksampler „Weg von der Flasche!“.

Projektziele

Über einen Sampler mit Songs zum Thema Jugend und Alkohol wird eine kritische Auseinandersetzung mit riskantem Alkoholkonsum angeregt. „Durch positive Vorbilder aus der Musikszene sollen Lebensentwürfe, Verhaltensmuster und Gefühlswelten greifbar werden und zur Orientierung und Festigung im Identitätsprozess dienen“. Der thematische Schwerpunkt liegt auf der Wirkung von Alkohol und dessen Gesundheitsgefährdung sowie alternativen Verhaltensweisen. Über niedrigschwellige Verteilungswege werden viele junge Menschen über ihre Szenen, Jugendzentren und Jugendverbände erreicht.

Umsetzung

Planung, Produktion und Verteilung des Musiksamplers „Weg von der Flasche“. Als Jugendkulturhaus verfügt die „Luise“ über eine entsprechende Ausstattung.

- Über Flyer, Internet, Kontakte in der Musikszene und Pressearbeit wurde die junge lokale Musikszene in und um Nürnberg aufgerufen, eigene Songs oder vertonte Gedichte zu erstellen und in der „Luise“ für den geplanten Sampler einzureichen. „Hierbei sollte nicht nur ein abstinenter, sondern ein kontrollierter, bewusster und gesundheitsakzeptabler Alkoholkonsum eine Rolle spielen“. Eine kritische Auseinandersetzung musste in den Texten erkennbar sein. Bewerben konnten sich Bands mit einem Durchschnittsalter bis zu 24 Jahren. Infoabend im Januar 2008, Bewerbungsschluss am 22. Februar 2008.
- Eine ehrenamtliche Jury wählte aus 21 Bewerbungen 12 Songs und ein vertontes Gedicht aus. Diese Beiträge wurden im hauseigenen Tonstudio aufgenommen und als Sampler zusammengestellt, der 1.000 Mal vervielfältigt wurde. Gestaltung eines Begleithefts für die CD-Box.

- CD-Release-Party: Mit einem Musikfest im April 2008 wurde der Sampler präsentiert und anschließend breitflächig kostenfrei verteilt, z.B. im Freundeskreis und in den Jugendszenen der beteiligten Bands, in den Mitgliedsverbänden des Kreisjugendrings Nürnberg-Stadt, bei den Kooperationspartnern der Jugendarbeit und natürlich bei Jugendlichen, die in der „Luise“ verkehren.
- Öffentlichkeitsarbeit: Informationen zum Projekt, Bildmaterial und Tonbeispiele für Presse und lokale Radiostationen; E-Mail-Newsletter; Filmbeitrag für die Jugendsendung „Südwild“ des Bayerischen Rundfunks. Durch die Berichte wurden bayernweit Eltern, Suchtberatungsstellen und Suchtkliniken, Lehrkräfte, Jugendhäuser und Einrichtungen der Kinder- und Jugendpsychiatrie auf den Sampler aufmerksam und nutzen die Möglichkeit der Bestellung gegen Zusendung eines Rückumschlages.

Dokumentation: Projektbericht, Presseberichte, Infokarte, CD „Weg von der Flasche“

Ressourcen

Das Projekt wurde von einer hauptamtlichen Pädagogin der „Luise“ geplant und durchgeführt, die Tonaufnahmen übernahmen Honorarkräfte. Unterstützt wurde die Produktion vom Jugendamt/Suchtprävention der Stadt Nürnberg und dem Kulturfonds Bayern sowie von Ehrenamtlichen.

Kommentar im Projekt

„Die Erstellung eines Musiksamplers zum Thema ‚Jugend und Alkohol‘ ist eine innovative Form der Jugendkulturarbeit, um jugendgerechte Wege der gesunden Lebensführung aufzuzeigen ... Die Resonanz in den Medien und in der Öffentlichkeit haben die Bedeutung und die Notwendigkeit dieses Projekts bestätigt ... Durch einen Bericht in der Süddeutschen Zeitung meldete sich eine Reihe von verzweiferten Eltern, deren Kinder aufgrund von Alkoholmissbrauch in Kliniken eingewiesen wurden. Erschreckend waren die Ohnmacht und die fehlenden Unterstützungsangebote für Eltern in dieser Situation. Dankbar nahmen sie das Angebot an, den Musiksamplers als Möglichkeit der Auseinandersetzung mit ihren Kindern zu nutzen ... Noch haben wir ca. 150 CDs, die an Aktualität nichts verloren haben. Die Multiplizierbarkeit des Projekts ist möglich und erwünscht.“

Luise – The Cultfactory
 Kreisjugendring Nürnberg-Stadt
 Ansprechpartnerin: Ulla Thiem
 Scharrerstraße 15, 90478 Nürnberg
 Tel. (09 11) 9 46 47 60, Fax (09 11) 9 46 47 62
 E-Mail: info@luise-cultfactory.de
www.luise-cultfactory.de

Berauscht im Verein

Prävention und Umgang mit Suchtmittelkonsum – Eine Fortbildung für Jugendleiterinnen und Jugendleiter

Anlass

„Sie haben als JugendleiterIn in Ihrem Verein immer wieder mit berauschten Jugendlichen zu tun ... ? Sie sind sozial oder politisch engagiert und hören immer wieder von Alkoholexzessen im Rahmen von Vereinsfeierlichkeiten ...? Sie wollen suchtpreventiv in Ihrem Verein wirken, damit es zu oben genannten Szenarien gar nicht erst kommt ...?“ Condrops e.V. entwickelte ein Fortbildungsprogramm für Jugendleiter, „um in kritischen Situationen handlungsfähig zu bleiben“.

Projektziele

Jugendleiterinnen und Jugendleiter in Vereinen „vom Trachtenverein über die örtliche Feuerwehr bis hin zu den Sportvereinen, also alle, die aktive Jugendarbeit leisten“, werden für die Themen Sucht und Suchtmittelkonsum sensibilisiert. Sie lernen einfache didaktische Methoden kennen, um die Themen im Verein aufzugreifen und suchtpreventiv zu wirken sowie mit kritischen Situationen und gefährdeten Jugendlichen umzugehen, insbesondere auch bei Festen und Jugendfreizeiten.

Umsetzung

Entwicklung des Fortbildungskonzepts im Jahr 2005 durch Condrops e.V., zentrales Angebot für den Landkreis Garmisch-Partenkirchen in Zusammenarbeit mit dem Kreisjugending im Jahr 2006; anschließend Modifikation des Angebots. Seit 2009 ist die Fortbildung Teil des HaLT-Projektes (proaktiver Teil) und wird den beteiligten Gemeinden angeboten. Sie richtet sich an Jugendleiterinnen und Jugendleiter, Vereinsvorstände und Jugendreferenten im Landkreis.

- Die Fortbildung umfasst zwei Einheiten à 2,5 Stunden, die an einem Tag oder an zwei Abendterminen durchgeführt werden. Interaktive und reflektierende Methoden, Fallbeispiele, Planspiel. Im ersten Teil geht es um die Themen Genuss-Missbrauch-Sucht sowie Gesprächsführung (Rollenspiele), im zweiten Teil um Festgestaltung, Jugendschutz und die Planung von Ferienfahrten.
- Auswertung der Veranstaltungen über Rückmeldungen der Teilnehmer (Fragebögen): Die Fortbildung vermittelt „mehr Sicherheit im Umgang mit illegalen Suchtmitteln, aber auch mit Jugendlichen, die riskant Alkohol konsumieren“
- Auf Anfrage auch individuelle Beratung zu besonderen Situationen in einem Verein.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Flyer

Ressourcen

Die Gesamtveranstaltung kostet 260 Euro, die durch Vereinsmittel, die Unterstützung der Gemeinde oder durch Sponsoren erbracht werden. Auf Wunsch wird eine Beratung zur Aufbringung der Kosten durch Sponsoren angeboten.

Kommentar im Projekt

„Das bei uns erworbene Know-how ist sehr praxisorientiert und kann von den JugendleiterInnen in Multiplikatorenfunktion direkt ins alltägliche Vereinsleben übertragen werden ... Großes Manko ist die Bewerbung des Projekts bzw. die Hemmschwelle, das Angebot im eigenen Verein zu machen und damit das Thema zuzulassen. Als Reaktion darauf soll das Angebot in Zukunft vorwiegend über den Kreisjugendring und die Kommunen angeboten werden.“

Condrobs e.V.

Ansprechpartner: Ralf Menken, Daniel Wittmann
Ludwigstraße 82a, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel. (0 88 21) 7 20 21, Fax (0 88 21) 7 20 23
E-Mail: garmisch@condrobs.de
www.condrobs.de

XXS ALARM

Vor Ort aktiv werden gegen den Schlankeitswahn – Ein Aktionswettbewerb in Regensburg

Anlass

15,2% der Jungen und 28,9% der Mädchen zwischen 11 und 17 Jahren zeigen Symptome gestörten Essverhaltens (RKI, KIGGS-Studie). Ess-Störungen sind multifaktoriell bedingte Erkrankungen, bei denen neben familiären Ursachen das allgegenwärtige extreme Schlankeitsideal eine große Rolle spielt. In der Beratungsarbeit wird deutlich, wie wichtig die Reduzierung der gesellschaftlichen Einflussfaktoren bei Ess-Störungen ist.

Projektziele

Reflektion und Reduktion der gesellschaftlich, kulturell bedingten Einflussfaktoren bei Ess-Störungen: Kinder und Jugendliche lernen wahrzunehmen, wo und wie in ihrer unmittelbaren Umgebung übertriebene Schlankeitsideale propagiert und wirtschaftlich genutzt werden. Sie sollen Ideen entwickeln, wie sie die Öffentlichkeit und Akteure aus Werbung und Medien mit den Gefahren dieses Ideals konfrontieren und zum Umdenken anregen können.

Umsetzung

Das Frauengesundheitszentrum Regensburg organisierte einen Wettbewerb zu öffentlichkeitswirksamen, originellen und kreativen Aktionen gegen den Schlankeitswahn. Zielgruppe: Jugendliche im Alter von 14 bis 18 Jahren bzw. der Jahrgangsstufen sieben bis 13.

- Zu Schuljahresbeginn im September 2007 wurden Schulen und Jugendverbände angeschrieben, um sie über die Planung des Wettbewerbs zu informieren. Erarbeitung und Verteilung eines Wettbewerbs-Flyers.
- Die Bewerbungsfrist endete am 30. Juli 2008. Eine Jury aus Pädagoginnen/Pädagogen und Journalistinnen/Journalisten beurteilte die Aktionen nach Kreativität, Originalität und Effektivität. Ausgezeichnet wurden in der Altersgruppe 12 bis 15 Jahre: Film „Schönheitsideale gestern und heute“, Film „Magersucht“ sowie die Ergebnispräsentation einer Befragung von Jugendlichen zum Thema Ess-Störungen. Altersgruppe 16 bis 19 Jahre: Filmische Dokumentation einer Passantenbefragung, Film und Radiobeitrag zur Entwicklung einer Ess-Störung.
- Begleitendes Workshop-Programm an mehreren Schulen in Stadt und Landkreis Regensburg (Vorstellung des Wettbewerbs, Gespräche und Übungen zur kritischen Auseinandersetzung mit dem Schlankeitsideal, Informationen zu Ess-Störungen und

- Behandlungsmöglichkeiten)
- Die Preisverleihung wurde von rund 50 Jugendlichen und Fachleuten besucht. Während der Veranstaltung berichtete eine Betroffene über ihre Erfahrungen mit einer lebensbedrohlichen Ess-Störung, es wurden weitere Möglichkeiten des Vorgehens gegen den Schlankeitswahn diskutiert.
 - Die im Rahmen des Wettbewerbs entstandenen Filme werden Lehrkräften für die weitere Präventionsarbeit zur Verfügung gestellt und auch von den Mitarbeiterinnen des Frauengesundheitszentrums eingesetzt.

Dokumentation: Projektbericht, Wettbewerbsflyer, Presseberichte

Ressourcen

Ehrenamtliche Vorbereitung und z.T. ehrenamtliche Durchführung. Zuschuss der Aktion Mensch ‚Die Gesellschafter‘, Geld- und Sachspenden von AOK und Regensburger Firmen. Schirmherrin ist die Psychotherapeutin Dr. Bärbel Wardetzki.

Kommentar im Projekt

„Bisherige Projekte zur Prävention von Ess-Störungen beschäftigten sich v.a. mit der persönlichen Auseinandersetzung mit psychologischen und gesellschaftlichen Hintergründen. Es ging dabei oft um die Wissensvermittlung über Risikofaktoren und um die Stärkung des Selbstwertgefühls ... Das hier beschriebene Projekt geht weg vom Ansatz am Individuum und zielt auf die Ermutigung zur Veränderung der gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Einflussfaktoren ab ... Durch die Aktionen und das begleitende Workshop- und Beratungsangebot konnte eine sehr große Zielgruppe erreicht werden ... Teilweise hätten wir uns noch mutigere Aktionen gewünscht, bei denen Geschäftsleute direkt mit den Folgen ihrer Werbestrategien konfrontiert werden.“

FrauenGesundheitszentrum e.V.
Ansprechpartnerin: Claudia Burmeister
Untere Bachgasse 12/14, 93047 Regensburg
Tel. (09 41) 8 16 44, Fax (09 41) 89 34 73
E-Mail: fgz-regensburg@gmx.de
www.fgz-regensburg.de

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009



Gesundheitsaktionen in Kommune und Region finden große Resonanz: Die Würzburger Aktionswochen zur Gesundheitsförderung im Frühjahr 2009 mit mehreren tausend Teilnehmern standen unter dem Leitgedanken der gesundheitlichen Chancengleichheit (S. 118). Die Unterallgäuer Gesundheitswoche (S. 122) umfasst mehr als 200 Veranstaltungen rund um das Thema Gesundheit, etwa 25 Gemeinden sind jedes Jahr beteiligt. Mit dabei ist auch die Politik, hier beim „Bürgermeisterbaden“ in der Therme Badernau.



Gesundheit in Kommune und Region



„Gesund leben im Stadtteil“:
Dafür setzt sich ein
Gemeinschaftsprojekt in
der Nürnberger Südstadt
ein. Vielfältige kultur-
und altersübergreifende
Projekte bringen seit 2004
die Bewohnerinnen und
Bewohner des Stadtteils
zusammen, zum Beispiel
bei „Locker und fit mit Tanz
und Musik“ für Mütter
und Kinder, Tanzspielen
für Kindergartenkinder
und Senioren oder dem
Projekt „Wurzelstreuner“
mit Ausflügen in die
Umgebung. Themen sind
unter anderem seelische
Gesundheit, Ernährung und
Bewegung (S. 114).



Bündnis für Familie im Landkreis Erlangen-Höchstadt

Ein Landkreis macht sich stark für Familien in unterschiedlichen Lebenslagen

Anlass

Die deutschlandweite Initiative „Lokale Bündnisse für Familien“ des Bundesfamilienministeriums ist auf eine große Resonanz gestoßen; bundesweit gibt es heute mehr als 500 solcher Bündnisse, die sich vor Ort für die Belange von Familien stark machen. Das „Bündnis für Familie im Landkreis Erlangen-Höchstadt“ besteht seit November 2004 und wurde unter der Schirmherrschaft des Landrats mit Partnern aus Politik, sozialen Organisationen, Wirtschaft und Verbänden ins Leben gerufen.

Projektziele

Das „Bündnis für Familie“ will dazu beitragen, attraktive Lebensbedingungen für Familien im Landkreis Erlangen-Höchstadt zu schaffen bzw. zu erhalten. Die Wohn- und Lebenssituation für Familien soll durch eine Vielzahl von Projekten gefördert werden. Familienfreundlichkeit wird als wichtiger Standortfaktor für die Entwicklung des Kreises gesehen.

Umsetzung

Gründung des Bündnisses am 5. November 2004. Ein Steuerungskreis, dem Vertreter von Landratsamt, Kirchen, Wohlfahrtsverbänden, Schulen, Elternverbänden, IHK u.a. angehören, verabschiedete 2005 das Programm „Familienpolitische Leitgedanken im Landkreis Erlangen-Höchstadt“. Seither wird eine Vielzahl von Maßnahmen umgesetzt:

- Familienfreundlichkeitsprüfung für Kommunen im Landkreis, Wettbewerb „Kinder-, jugend- und familienfreundliche Gemeinde“
- „Familienservice“ auf dem Internetportal des Landkreises: Informationen zu finanziellen, pädagogischen und medizinischen Fragen; redaktionell betreut durch die Erziehungsberatungsstelle (seit 2006).
- Unter Federführung der Jugendhilfeplanung entstand in Zusammenarbeit mit der soziotherapeutischen Einrichtung „Laufer Mühle“ ein Familienwegweiser für den Landkreis (2008). Für benachteiligte Familien erschien bereits 2007 „Der kleine Familienhelfer“ mit Hinweisen zu Themen wie Mietproblemen, Überschuldung, Trennung oder Arbeitslosigkeit. Veranstaltungen und Telefonaktionen zu aktuellen Themen (z.B. Elterngeld, Angebote der Kinderbetreuung)
- Das „Mobile Familienbüro“ ist seit Februar 2008 an wechselnden Orten im Landkreis unterwegs und bietet Informationen zur Beratung und Unterstützung von Familien.

- „Baby willkommen“: Seit März 2009 besuchen Familienhebammen im Auftrag des Landkreises die Eltern von Neugeborenen.
- Für August 2009 ist eine Bildungsfreizeit für benachteiligte Familien in Vorbereitung (Bildungsangebote für Eltern, bewegungsorientierte Programme für Kinder)

Weitere Themen: Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Familie und Krise, Familienfreundliche Schule, Generationentreff; eingerichtet wurden u.a. eine Pflegeplatzbörse und der Sozialatlas Erlangen-Höchstadt. Regelmäßige Treffen des Lenkungskreises, jährliches Forum aller Bündnisteilnehmer. Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit mit 85 Kooperationspartnern aus Wirtschaft, Politik und Sozialbereich („Partnerprogramm“). Im Umfeld des Bündnisses sind weitere Aktivitäten entstanden, z.B. die Benennung von Kinder-, Jugend- und Familienbeauftragten in Gemeinden, Familienbildungstage, Leihoma-Projekte, Gründung eines Mehrgenerationenhauses in Weisendorf.

Dokumentation: Projektvorstellung

Ressourcen

Das Bündnis für Familie wird finanziert durch Mittel des Landkreises und Spenden bzw. Sponsoring. Schirmherrschaft des Landrats.

Kommentar im Projekt

„Intakte Familienstrukturen haben nicht nur für die Erziehung der Kinder und Jugendlichen Bedeutung, sie sind ebenso wichtig für die Erfüllung beruflicher Pflichten, für die Bewältigung der Alltagsprobleme und für die Sicherung einer ambulanten familiären Versorgungsstruktur bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit, für Menschen mit Behinderung und für ältere Generationen ... Es ist ein gesamtgesellschaftliches und politisches Anliegen aller staatlichen und kommunalen Ebenen, sozial intakte Familien zu ermöglichen, zu stärken und zu erhalten ... Um eine Verbesserung der Familienfreundlichkeit zu erzielen, ist dabei eine breite Kooperation notwendig.“ (Familienpolitische Leitgedanken im Landkreis Erlangen-Höchstadt, 2005)

Bündnis für Familie ERH

Landratsamt Erlangen

Ansprechpartner: Markus Hladik

Marktplatz 6, 91054 Erlangen

Tel. (0 91 31) 80 32 55

E-Mail: markus.hladik@erlangen-hoechstadt.de

www.buendnis-fuer-familie.de

Miteinander Bürger gewinnen für eine nachhaltig-gesunde Zukunft

Die Volkshochschule im Landkreis Amberg-Sulzbach engagiert sich für Gesundheitsbildung in der Region

Anlass

Im Dezember 2007 verabschiedete der Kreistag Amberg-Sulzbach ein nachhaltiges Zukunfts-Leitbild unter dem Motto „Was Menschen im Landkreis bewegt“. Als eines von fünf Handlungsfeldern wurde „Gesundheit und soziale Infrastruktur“ definiert: „Der überdurchschnittliche hohe Anteil älterer Menschen ist nur eine der großen Herausforderungen ... Ohne den Beitrag Ehrenamtlicher und von Selbsthilfegruppen ist diese Aufgabe kaum zu bewältigen ... Deshalb steht im Vordergrund, die wirtschaftliche, gesundheitliche und soziale Grundversorgung langfristig zu sichern. Der Kreistag lässt hierfür entsprechende Vorschläge erarbeiten“.

Projektziele

Entwicklung und Förderung einer „nachhaltig-gesunden Region“ mit und für die Bürgerinnen und Bürger des Landkreises. Bildung von Netzwerken, Gewinnung bildungsferner Bevölkerungsgruppen, Verknüpfung der Gesundheitsbildung mit den Themen „Demographischer Wandel“ und „Lokaler Klimaschutz“.

Umsetzung

Das Projekt ist inhaltlich orientiert am Lagebericht des Gesundheitsamtes Amberg-Sulzbach „Auswirkung des demographischen Wandels auf die Gesundheitsversorgung im Amberg-Sulzbacher Land“ mit den Themen Prävention, Versorgungsstrukturen, altersgerechtes Wohnen, soziale Netzwerke, Demenz und Trainings. Umsetzung in drei Phasen:

- Erste Phase (Frühjahr 2008 – Frühjahr 2009) Erprobung neuer Konzepte, Zukunftsforen und Impulsveranstaltungen: Fachkongress Psychische Gesundheit im Alter, Einrichtung der Rubrik „Seelische Gesundheit“ im VHS-Programm, Zukunftsforum Demografischer Wandel, Demenzforum und Schulungen für Angehörige von Demenzkranken, Fachkongress „Ethik im Alter“, Aktionstage Depression, Seniorenaktionswoche, Aktionen „3.000 Schritte“, „Brainwalking“, „Bewegungsspass“, Einbeziehung von Migranten durch Thematisierung von Gesundheitsfragen in Integrationskursen u.a.; Zusammenarbeit mit lokalen Medien.
- Zweite Phase (2. Halbjahr 2009): Ausbau der Kooperationen, insbesondere mit dem Gesundheitsamt. Aktionen für schwer erreichbare Zielgruppen wie Migrantenfamilien (Thema Ernährung), Männer (Prävention am Arbeitsplatz) und junge Menschen

(Ausstellung Bulimie). Wohnortnahe Ansätze in den 27 Landkreisgemeinden, z.B. Interkultureller Garten im Stadtteil, Projekt „Alt werden zu Hause“ in einer 900-Seen-Gemeinde. Planungen für grenzübergreifende Zusammenarbeit u.a. im „Aktionsprogramm Gesundheit“ der Europäischen Kommission.

- Ditte Phase (Herbst 2009 – Frühjahr 2010): Überprüfung der Aktivitäten auf ihre Wirksamkeit und Bericht an den Kreistag.

Dokumentation: Projektdarstellung, Leitbild Landkreis Amberg-Sulzbach, Dokumentation Zukunftsforum „Den demographischen Wandel gestalten“, Bericht des Gesundheitsamtes „Auswirkungen des demographischen Wandels auf die Gesundheitsversorgung im Amberg-Sulzbacher Land“, Programmübersichten

Ressourcen

Finanzierung durch Mittel der Volkshochschule und EU-Fördermittel aus dem 2. Aktionsprogramm „Gesundheit“ 2008-2013 (beantragt). Kooperation mit dem Staatlichen Gesundheitsamt, der Gerontopsychiatrischen Koordinationsstelle Amberg-Sulzbach, dem Unternehmen Gesundheit Oberpfalz Mitte (UGOM), dem Bayerischen Volkshochschulverband und dem Zentrum für Erneuerbare Energien und Nachhaltigkeit (ZEN) im Kloster Ensdorf.

Kommentar im Projekt

„Ziel ist es, im Sinne eines ganzheitlichen Entwicklungsprozesses die Bürger mitzunehmen auf dem Weg zu einer nachhaltig-gesunden Lebensweise in ihrer Heimatregion. Alle relevanten Akteure werden in Netzwerke eingebunden, bildungsferne Gruppen zu einer Mitwirkung animiert und die Gesundheitsbildung eng verknüpft mit den Zukunftsthemen ‚Demographischer Wandel‘ und ‚Lokaler Klimaschutz‘.“

Landkreis-Volkshochschule Amberg-Sulzbach

Ansprechpartner: Manfred Lehner

Obere Gartenstraße 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg

Tel. (0 96 61) 8 02 94, Fax (0 96 61) 8 02 97

E-Mail:manfred.lehner@vhs.de

www.vhs-as.de

Integrierte Demenzversorgung in Oberbayern (IDOB)

„Gemeinsam gegen das Vergessen“: Ein „Leuchtturmprojekt Demenz“ im Berchtesgadener Land und München-Ost

Anlass

Die Zahl demenzkranker Menschen wächst. Wie Betroffene gut und individuell versorgt werden können, untersucht das „Leuchtturmprojekts Demenz“ des Bundesministeriums für Gesundheit in München-Ost als städtischer und im Berchtesgadener Land (BGL) als ländlicher Modellregion. In München-Ost sind 23,3% der Einwohner über 60 Jahre alt, überdurchschnittlich viele von ihnen leben mit Sozialhilfe und/oder ohne familiäre Bindungen; im Berchtesgadener Land sind 6% über 60 Jahre; die ländlichen Strukturen erfordern dringend vernetzte Angebote. Bisher erschwerten „starre Strukturen der Versorgungslandschaft die qualitativ hochwertige Versorgung“. Aufsuchende Hilfen fehlen.

Projektziele

Verbesserung der Situation Demenzkranker und ihrer Angehörigen durch den Zusammenschluss von Einrichtungen und Hilfsangeboten vor Ort. Ein Versorgungsverbund kann die psychiatrische und sozialpflegerische Betreuung im vertrauten häuslichen Umfeld sichern. Aufbau, Weiterentwicklung und Evaluation einer individuell ausgerichteten, abgestimmten Versorgung. Ziel ist ein „wegweisendes Integriertes Versorgungsmodell“.

Umsetzung

Aufbau von Versorgungsverbänden in München-Ost und im Berchtesgadener Land. Das gemeindenahere Versorgungskonzept („Community Care“) basiert auf den Grundsätzen Wohnortnähe, Niederschwelligkeit und ambulanter vor stationärer Versorgung. Schwerpunkte: Früherkennung, Prävention, Fallmanagement sowie Vernetzung und Verbundmanagement. Projektleitung durch das Institut für angewandte Sozialwissenschaften, Stuttgart; beteiligt sind die Kliniken des Bezirks Oberbayern und der Projektverein gGmbH. Projektbeginn im April 2008.

- Herzstück eines Versorgungsverbundes sind Verbundarzt (Isar-Amper-Klinikum bzw. Inn-Salzach-Klinikum) und Verbundmanager (Mitarbeiter des Projektvereins gGmbH). Der Verbundarzt verantwortet Diagnostik und medizinische Versorgung, der Verbundmanager ermittelt den sozialpsychiatrischen Betreuungsbedarf und begleitet den Patienten, bis die Versorgung sichergestellt ist. Abstimmung mit den Kooperationspartnern in Fallkonferenzen (seit Dezember 2008 in München, seit April 2009 im Berchtesgadener Land).
- Kooperationspartner: Alzheimer-Gesellschaft, ambulante Pflegedienste, Ärzte, Bera-

tungsstellen, Nachbarschaftshilfen u.a. (München 63 Kooperationspartner, BGL: 45 Kooperationspartner im April 2009). Bis März 2009 insgesamt sechs Treffen zur Gestaltung der Verbünde.

- Bis April 2009 haben sich 95 (München) bzw. 67 (BGL) Patientinnen und Patienten in IDOB eingeschrieben; angestrebt sind 100 pro Region. Die Teilnahme ist kostenlos.
- Evaluation der Versorgung (Angebote, Kooperation, Vernetzung, Stadt-Land-Unterschiede) sowie des Behandlungserfolges (Lebensqualität, Demenzdiagnostik, Sozialpsychiatrisches Assessment, Behandlungs-/Versorgungsplanung, Outcomemesung). Zwischensymposium im März 2009 in Gabersee, Wasserburg/Inn mit ca. 140 Teilnehmern.

Dokumentation: Projektdarstellung, Zwischenbericht April 2009, Förderantrag, Evaluationskonzept

Ressourcen

Das Projekt fügt sich in vorhandene Versorgungsstrukturen ein und nutzt deren Ressourcen. Förderung durch das Bundesministerium für Gesundheit für zwei Jahre, eine Regelfinanzierung wird angestrebt.

Kommentar im Projekt

„In ihrer Ausgestaltung hat die IDOB ‚Leuchtturmqualitäten‘ und wird sich als eine praktikable und nachhaltige Lösungsstrategie ... präsentieren. Dieses Zwischenergebnis kann im Wesentlichen an drei Punkten festgemacht werden: 1.) Als personenbezogener Versorgungszusammenhang stellt IDOB die PatientInnen in den Mittelpunkt der Versorgung! Um die Krankheit mit Würde zu bewältigen, brauchen die Menschen Unterstützung und Hilfe. Diese Hilfe muss zu den Menschen kommen ... 2.) Die sich im Rahmen von IDOB entwickelnden regionalen Versorgungsverbünde sind mehr als lose Zusammenschlüsse, ... sie sind einem gemeinsamen Leitziel und einer Versorgungsethik verpflichtet ... 3.) IDOB stärkt nachhaltig regionale Versorgungsstrukturen! ... Erst durch die Einbindung regionaler Akteure gelingt eine personenzentrierte, kontinuierliche Ausrichtung.“

Für die Projektpartner:

Institut für angewandte Sozialwissenschaften (IfaS)

Ansprechpartnerin: Prof. Dr. Susanne Schäfer-Walkmann

Herdweg 29/32, 70174 Stuttgart

Tel. (0700) 43 27 78 48

E-Mail: info@ifas-stuttgart.de

www.leuchtturm-idob.de

www.ifas-stuttgart.de

Mehr als gewohnt

Stadtteile machen sich stark für Gesundheitsförderung in der Innenstadt Fürth

Anlass

Der Stadtteil Innenstadt in Fürth ist ein Programmgebiet der „Sozialen Stadt“. Der Anteil von Menschen in sozial schwierigen Situationen (Leben mit Hartz IV, Migrationshintergrund) ist hier hoch. In den engen Straßen gibt es ein starkes Verkehrsaufkommen mit einer erheblichen Feinstaubbelastung. Zugleich gibt es im Stadtteil ungewöhnlich große Naturräume (Flussauen). Die Dichte sozialer Einrichtungen ist hoch (Mütterzentrum, Kinderbuchhaus, Freiwilligenzentrum, Mehrgenerationenhaus, Jugendtreffs u.a.), aber es mangelt an einem funktionierenden Netzwerk. Das Projekt „Mehr als gewohnt“ wurde als Forschungsprojekt des Deutschen Instituts für Urbanistik, Berlin, 2006 an die Stadt herangetragen. Es wird im Rahmen des Regierungsprogramms „Gesundheitsforschung: Forschung für den Menschen“ durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert.

Projektziele

Entwicklung und Sicherstellung einer sozialraumorientierten Prävention unter Berücksichtigung der Lebenswelt, Vernetzung von Akteuren der Gesundheitsförderung im Stadtteil, Verbesserung der Information über Gesundheitsangebote, Förderung gesundheitsbewusster Verhaltensweisen, Einrichtung von Mikroprojekten für die Zielgruppen mit Kontrolle von Nachhaltigkeit und Qualität, Erweiterung des klassischen Spektrums von Gesundheitsförderung um baulich-städtebauliche Aufwertung, Verkehr, Umwelt.

Umsetzung

Einrichtung der „Geschäftsstelle Gesundheit“ im Januar 2008, angegliedert an das Quartiersmanagement der Sozialen Stadt. Aufbau eines Netzwerks Gesundheitsförderung und Prävention im Stadtteil:

- Handlungsfelder: Ernährung, Bewegung, Spiel und Sport, Stressbewältigung und Entspannung, Suchtmittelkonsum, Entwicklung gesundheitsfördernder Strukturen im Stadtteil, gesundheitsfördernde Gestaltung von Lebensräumen sozial benachteiligter Gruppen.
- Anregung und Einrichtung von Mikroprojekten für die Zielgruppen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 25 Jahre und Multiplikatoren sowie sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen, Migrantinnen und Migranten, Initiativen und Institutionen. Aktive Einbindung der Zielgruppen und Unterstützung bei der Verhaltensänderung.

- Beispiele für Mikroprojekte: Obst- und Gemüsepause, Kinderkochprojekt, Bewegung in der Natur, Schwimmkurse für Nichtschwimmerkinder, Familienhebammen – Offener Treff, Nichtraucherseminar „Fiese Falle“, Imkerprojekt, Bewegungsförderung für Mädchen; in Planung sind u.a. Nachtbasketball für Jungen und Nachttanz für Mädchen, Straßenfußball, Multiplikatorenschulungen für Erzieherinnen z.B. zu Kinder-yoga, Chi Gong. Der Förderung der Mikroprojekte liegt der Präventionskatalog der Spitzenverbände der Krankenkassen zugrunde.
- Einbindung aller Einrichtungen, Kindertagesstätten, Schulen, Vereine und Träger im Stadtteil. Beratung und Qualitätssicherung durch die ämterübergreifende Städtische Steuerungsgruppe, TK, BKK Landesverband Bayern und das Deutsche Institut für Urbanistik (Abschlussevaluation im Juli 2009).

Dokumentation: Projektbeschreibung und Praxisbeispiele, Infomails der Geschäftsstelle Gesundheit, Presseberichte

Ressourcen

Förderung der Geschäftsstelle Gesundheit durch den BKK Landesverband Bayern (40.000 Euro für 2008 und 2009), Mikroprojekte-Verfügungsfonds der Techniker Krankenkasse (20.000 Euro für den Zeitraum 06/08 bis 05/10). Getragen wird das Projekt von der Stadt Fürth, Programmgebiet Soziale Stadt Innenstadt, Fördermittel von Sportamt, Umweltamt, Jugendamt der Stadt, Deutsches Kinderhilfswerk. Wissenschaftliche Begleitung durch das Deutsche Institut für Urbanistik.

Kommentar im Projekt

„Das Thema Gesundheit nimmt für Kinder und Jugendliche im Stadtteil an Bedeutung und Wichtigkeit zu. Die Vernetzungen auf Trägerebene ... beginnen Früchte zu tragen und nachhaltig zu wirken. Die Wahrnehmung im Stadtteil beginnt sich zu ändern, die Geschäftsstelle Gesundheit wird als Anlaufstelle für Probleme und Schwierigkeiten bei der Gesundheitsförderung akzeptiert ... Das aktive Einbeziehen der Zielgruppen und Unterstützung bei der Verhaltensänderung (Empowerment) ist nur möglich, wenn die Kinder und Jugendlichen an den Einrichtungen ‚abgeholt‘ werden. Damit wurden hervorragende Ergebnisse gewonnen ... Das Projekt kann jederzeit nach entsprechender Vorarbeit in jedem Soziale Stadt-Stadtteil durchgeführt werden. Es ist auch auf alle anderen Stadtteile übertragbar.“

Projektagentur Göttlein, Geschäftsstelle Gesundheit

Ansprechpartnerin: Eva Göttlein

Königswartererstraße 62, 90762 Fürth

Tel. (09 11) 7 56 56 71

E-Mail: info@goettlein.de

Gesund leben im Stadtteil

Ein Gemeinschaftsprojekt für die Bewohnerinnen und Bewohner der Nürnberger Südstadt

Anlass

Im Nürnberger Stadtteil St. Peter/Lichtenhof leben rund 47.000 Menschen, fast ein Drittel von ihnen hat einen Migrationshintergrund. Angebote zur Gesundheitsförderung fanden bisher nur anlassbezogen und in einzelnen Einrichtungen statt. Angeregt durch das Bündnis für Familie wurde das Konzept „Gesund leben im Stadtteil“ entwickelt, um gesundheitsfördernde Maßnahmen einrichtungsübergreifend unter Berücksichtigung der kulturellen Hintergründe und der breiten Altersstruktur anzubieten, beginnend bei Schwangeren über Kindergartenkinder bis hin zu Senioren.

Projektziele

„Hauptanliegen ist es, die Stadtteilbewohnerinnen und -bewohner jeder Nationalität, Kulturzugehörigkeit und jeden Alters zu erreichen, um das Thema Gesundheit mit Hilfe eines möglichst niedrigschwelligen Angebotes nahe zu bringen“: Damit sollen auch Menschen angesprochen werden, die bisher wenig Zugang zu Gesundheitsangeboten hatten. Themen sind seelische Gesundheit, Ernährung und Bewegung; der Erhalt der Gesundheit und die Prävention von Gesundheitsschäden werden theoretisch und praktisch vermittelt. Förderung des Miteinanders von Jung und Alt, Stärkung des sozial-räumlichen „Wir-Gefühls“, Austausch der Kulturkreise. Durch Kooperationen entsteht ein bedarfsgerechtes, vielfältiges Angebot im Stadtteil.

Umsetzung

„Gesund leben im Stadtteil“ startete im Jahr 2004. Beteiligt sind Familienzentrum (Kindergarten), Seniorenzentrum und Kulturtreff Bleiweiß, das Jugendkulturhaus Quibble und das Gesundheitsamt Nürnberg. Die Projektgruppe erfasst Themenwünsche, entwickelt Angebote und Schwerpunktthemen. Zwei Mal jährlich (Frühjahr/Sommer, Herbst/Winter) informiert ein Flyer über das Programm, das jeweils ca. acht Veranstaltungen umfasst. Die Teilnahme ist in der Regel kostenfrei.

- Vorträge und Gesprächsreihen (z.B. Depressionen, Diabetes, Der Körper im Alter, Gesunde Ernährung), Kurse und Workshops (z.B. Autogenes Training, Massage, Kinesiologieübungen, Babymassage, Baby-Trageberatung), Seminare (Selbstbehauptungswochenende für Migrantinnen), Mitmachveranstaltungen (z.B. Tanzen, Kletterwand, Migrantinnen-Kegeln), Exkursionen in Zusammenarbeit mit örtlichen Vereinen (Wanderungen, SinnenFeld), Jung-und-Alt-Gruppe von Senioren und Kindergartenkindern (z.B. Bewegungsspiele früher und heute). Schwerpunktthemen behandeln Aspekte

- für alle Projektpartner, z.B. Seelische Gesundheit, Stärkung des Immunsystems, Sexualität (Sexualerziehung, Sexualität im Alter).
- Durchführung der Angebote: Fachkräfte der Projektpartner, externe Experten (Ärzte, Psychologen, Fachdienste, Ehrenamtliche), ggf. Einladung von Dolmetschern oder mehrsprachigen Experten. Veranstaltungsorte: Einrichtungen der Projektpartner und außerhalb (Wanderungen, Exkursionen). Auswertung über Reflexionsbögen.
 - Öffentlichkeitsarbeit: Programmflyer, Presseinformationen, Internet. Die meisten Teilnehmer werden niedrigschwellig über Mundpropaganda und direkte Ansprache erreicht.

Vorstellung des Projekts auf der Fachtagung „Mehr Gesundheit für Kinder und Jugendliche in sozial schwierigen Lebenslagen in Nürnberg“ (2007)

Dokumentation: Projektdokumentation, Programme 2004 bis 2008, Presseberichte

Ressourcen

Projektpartner: Familienzentrum Bleiweiß (Träger: Jugendamt Nürnberg), Seniorentreff Bleiweiß (Seniorenamt Nürnberg), Kulturtreff Bleiweiß (Amt für Kultur und Freizeit, Nürnberg), JugendKinderKultur Quibble (Kreisjugendring Nürnberg-Stadt) und Gesundheitsamt Nürnberg, unterstützt durch Ehrenamtliche und Fachkräfte aus Gesundheits- und Sozialbereich. Projektgelder für Honorare und Material (u.a. Bündnis für Familie, Kulturladenverein St. Peter-Lichtenhof).

Kommentar im Projekt

„Durch die Kooperation der unterschiedlichen Einrichtungen ist ein bedarfsgerechtes, vielfältiges und auf die Zukunft hin ausgerichtetes Angebot für den Stadtteil entstanden ... Durch die kultur- und altersübergreifenden Angebote werden Menschen bzw. unterschiedliche Zielgruppen stärker in Austausch gebracht ... Unser themenübergreifender, ganzheitlicher Ansatz lässt sich durchaus auf andere Stadtteile übertragen.“ – „Für uns war es erstaunlich, wie sich mit wenig Mitteln, aber mit team- und kooperationsfähigen Menschen, eine hohe Wirkung erzielen lässt“ – „Wir freuen uns auf viele weitere gemeinsame Jahre mit vielen produktiven, gesunden Ideen und Projekten.“

Für die Projektpartner:

Familienzentrum Bleiweiß

Ansprechpartnerin: Hülya Hunger

Vordere Bleiweißstraße 2, 90461 Nürnberg

Tel. (09 11) 49 33 94

E-Mail: familienzentrum-vorderebleiweiss@stadt.nuernberg.de

Damm bewegt sich

Niedrigschwellige Bewegungsangebote in einem Aschaffener Stadtteil mit besonderem Entwicklungsbedarf

Anlass

Das Gebiet der „Sozialen Stadt“ im Aschaffener Stadtteil Damm ist unter anderem gekennzeichnet durch hohe Arbeitslosigkeit, einen hohen Anteil an Migranten und überdurchschnittlich viele einkommensschwache Haushalte. „Die Chancen auf ‚gesundem Leben‘ sind hier geringer als in anderen Bezirken der Stadt, die Krankheitsrisiken höher“. Präventive und gesundheitsfördernde Angebote erreichen die sozial benachteiligten Bevölkerungsgruppen jedoch meist nicht. Die Bewegungsangebote der Vereine und Krankenkassen vor Ort wurden bisher kaum angenommen.

Projektziele

Gesundheitsförderung durch niedrigschwellige Bewegungsangebote für die Bewohnerinnen und Bewohner von Damm-Mitte. Kurzfristig: Freude und Spaß an der Bewegung in der Gruppe, Entspannung und Stressabbau; mittelfristig: Verbesserung des Gesundheitszustandes und Steigerung der Leistungsfähigkeit; langfristig: Verringerung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen und soziale Integration im Stadtteil.

Umsetzung

Aus der Gesundheitskonferenz, die im Handlungsfeld Gesundheit der Sozialen Stadt einberufen wurde, entstand die Steuerungsgruppe Gesundheit. Sie entwickelte die Idee der niedrigschwelligen Bewegungsangebote im Quartier. Zielgruppen sind bildungs- und einkommensschwache Bürgerinnen und Bürger, Migranten, Senioren und Alleinerziehende. Darüber hinaus stehen die Angebote für alle offen.

- Offenes Bewegungsangebot / „Der besondere Lauftreff“ dienstags 9.30-11.00 Uhr: „Alltagsfitness unter professioneller Anleitung“ im Bewegungsraum des Jugendtreffs sowie Nordic Walking an der Aschaff, ca. 25 Personen
- Wirbelsäulengymnastik und Beckenbodentraining für Frauen, mittwochs 9.30-11.00 Uhr, mit rund 25 Teilnehmerinnen, zwei Drittel von ihnen sind Muslima.
- „Thai Chi / Damm entspannt sich!“ donnerstags 20.00-21.30 Uhr mit ca. 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmern
- Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos; nur für Wirbelsäulengymnastik/ Beckenbodentraining wird seit Ende der städtischen Förderung im September 2008 eine Teilnahmegebühr von zwei Euro pro Kursstunde erhoben, die Zahl der Teilnehmerinnen blieb dabei aber konstant.

Das Konzept der niedrighschwelligigen Bewegungsangebote wird derzeit in das Bahnhofsquartier Aschaffenburgs übertragen, eine Erweiterung auf ein neues Gebiet der Sozialen Stadt ist geplant.

Dokumentation: Projektdokumentation, Sachstandsbericht 2007-2008 zur Umsetzung des Programms Soziale Stadt in Aschaffenburg, Fotos

Ressourcen

Finanzierung über den städtischen Haushalt des Amts für soziale Leistungen sowie aus Mitteln der Sozialen Stadt, Sponsoring (Stadt-Sportverband) und zum Teil geringe Teilnahmegebühr. Langfristig sollen die Angebote in die Vereine vor Ort integriert werden. Bei Anerkennung der Angebote als Präventionskurse ist eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen möglich.

Kommentar im Projekt

„Man kann ohne Übertreibung von einem Erfolg des Projektes sprechen. Die Bewegungsangebote werden sehr gut besucht und angenommen. Dies zeigt auch die kontinuierlich steigende Teilnehmerzahl in allen drei Angeboten ... Aus Platzmangel aufgrund steigender Nachfrage musste ein Projekt in einen größeren Raum verlegt werden. Durch persönliche Gespräche mit den Teilnehmern ergibt sich ein sehr positives Feedback, welches sich auch durch die anhaltende Gruppengröße bestätigen lässt.“

Bund-Länder Programm „Soziale Stadt“ Damm-Mitte und Bahnhofsviertel
Quartiersbüro, Infotreff Damm-Mitte

Ansprechpartner: Elena Brunner, Bernhard Tessari

Schneidemühlenweg 68, 63741 Aschaffenburg

Tel. (0 60 21) 444 27 30, Fax (0 60 21) 444 27 31

E-Mail:brunner@sozialestadt-aschaffenburg.de

www.sozialestadt-aschaffenburg.de

Würzburg bewegt sich – aufeinander zu

Aktionswochen zur Gesundheitsförderung mit dem Leitgedanken der gesundheitlichen Chancengleichheit

Anlass

Würzburg ist Mitglied im Gesunde Städte-Netzwerk. 1998 wurde auf Initiative des Selbsthilfebüros der Stadt das Aktionskomitee „Gesunde Stadt“ gegründet, in dem Einrichtungen aus Sozial- und Gesundheitsbereich, Politik und Wirtschaft vertreten sind. Jährlich wird gemeinsam eine gesundheitsförderliche Großveranstaltung durchgeführt (abwechselnd Gesundheitstag oder die Mitmachaktion „Würzburg bewegt sich“).

Projektziele

Angebote der Gesundheitsförderung richten sich meist an sozial integrierte, interessierte Angehörige der sog. Mittelschicht. „Würzburg bewegt sich – aufeinander zu“ hat sich zum Ziel gesetzt, im Aktionszeitraum 2009 auch bisher nicht bzw. kaum erreichte Zielgruppen zur Teilnahme zu motivieren: „Der bereits aktive Bürger wird bei der Suche gesundheitsfördernder und präventiver Angebote entlastet, noch nicht tätige Bürger werden aktiv und können zu mehr Bewegung motiviert werden“.

Umsetzung

Innerhalb eines vierwöchigen Aktionszeitraums, orientiert an der Fastenzeit (28.02.-27.03.2009), gab es gesundheitsförderliche Sportangebote, Kurse und Informationsveranstaltungen in der gesamten Stadt, koordiniert vom Selbsthilfebüro der Stadt. Die Struktur und Netzwerke der Sozialen Stadt (Quartiersmanagerinnen) ermöglichten niedrigschwellige Zugangswege, die Angebote waren kostenlos.

- Krankenkassen, Sportvereine, Therapeuten, Einzelhändler, Volkshochschule, soziale Einrichtungen u.a. meldeten ihre Angebote im Selbsthilfebüro und wurden in den Programm-Flyer aufgenommen.
- intensive Pressearbeit (Medienpartnerschaft zu Print und Funk), Programmübersicht auf der Homepage, Werbung durch Plakatierung in der gesamten Stadt, im öffentlichen Nahverkehr und im Einzelhandel
- insgesamt rund 150 Aktionen und Kurse für alle Altersgruppen, z.B. Aerobic, Nordic Walking, Selbstverteidigung, Schwimmkurse, Wanderungen, Entspannungstechniken, Sturzprävention für Senioren, Sitzball für Gehbehinderte, Laufen trotz Sehbehinderung; erstmals auch fremdsprachige Kurse für Menschen mit Migrationshintergrund. Besonders zum Motto „Würzburg bewegt sich – aufeinander zu“ passende Angebote waren im Programmheft gekennzeichnet. Acht Firmen beteiligten sich mit Gesundheitsaktionen für ihre Mitarbeiter während der Arbeitszeit.

- Die Teilnahme konnte im Bewegungspass dokumentiert werden, aus den eingesandten Pässen wurde ein Gewinner gewählt („Bewegteste/r Würzburger/in“)
- Auftaktveranstaltung auf dem Marktplatz: Stadträte und Akteure verteilen Programmflyer und Vollkornbrötchen in Form des Aktionslogos. Abschluss im Rathaus mit der Ehrung des/der „Bewegtesten Würzburgers/Würzburgerin“ und des „Bewegtesten Unternehmens“ (Wandertrophäe).
- Auswertung: Fragebogen für Anbieter und Befragung während der Abschlussveranstaltung; Reflexion im Aktionskomitee.

Dokumentation: Projektdarstellung, Pressespiegel, Programmheft und Bewegungspass, Plakat der Aktion

Ressourcen

Kooperationen der Mitglieder des Aktionskomitees „Gesunde Stadt“, Sponsoring durch zahlreiche Firmen und Einrichtungen in Würzburg (Abdruck der Logos im Programm), Förderung durch die Initiative „Gesund.Leben.Bayern.“ des Bayerischen Gesundheitsministeriums. Schirmherrschaft der Bürgermeisterin.

Kommentar im Projekt

„Mehrere tausend Würzburger konnten gewonnen werden“ – „Während des Aktionszeitraums wirkt die Zusammenführung aller gesundheitsbezogenen Aktionen besonders ansprechend ... Diese Motivation ist oft nachhaltig, so besuchen viele Bürger auch über die Aktion hinaus weiterführende Angebote.“

Aktionskomitee „Gesunde Stadt“
 c/o Selbsthilfebüro der Stadt Würzburg
 Ansprechpartnerin: Senja Töpfer
 Karmelitenstraße 43, 97070 Würzburg
 Tel. (09 31) 37 39 35, Fax (09 31) 37 38 42
 E-Mail: senja.toepfer@stadt.wuerzburg.de
 www.wuerzburg.de/selbsthilfe

Fürstenfelder Gesundheitstage

Ein jährlicher Treffpunkt zum Thema Gesundheit für Bürgerinnen und Bürger des Landkreises Fürstenfeldbruck

Anlass

Im Rahmen der Leitbildentwicklung (2001/2002) des Brucker Forums e.V., einer Einrichtung der katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Fürstenfeldbruck, nannten die befragten Landkreisbewohner das Thema „Gesundheit“ an zweiter Stelle der gewünschten Themenbereiche für die Zukunft; der zur Leitbildentwicklung befragte Landrat wünschte sich „einen gesunden Landkreis“.

Projektziele

Leitgedanke ist es, Bürgerinnen und Bürgern durch eine jährlich wiederkehrende Veranstaltung unter Einbeziehung der regionalen Ressourcen und Angebote anzuregen, die eigene körperliche und seelische Gesundheit selbstverantwortlich in die Hand zu nehmen, Möglichkeiten zur Stressbewältigung zu entdecken und zu fördern sowie Hilfestellungen im Umgang mit Krankheiten zu geben. Darüber hinaus Anregung bzw. Durchführung von nachhaltigen Projekten zur Förderung der Gesundheit der Landkreisbewohnerinnen und -bewohner.

Umsetzung

Die Fürstenfelder Gesundheitstage sind eine seit 2004 jährlich durchgeführte zweitägige Veranstaltung mit Informationen zur körperlichen und seelischen Gesundheit, organisiert vom Brucker Forum e.V. Veranstaltungsort ist das Veranstaltungsforum im Areal des ehemaligen Klosters Fürstenfeld.

- Die Gesundheitstage stehen unter wechselnden Titeln: „Gesundheit und Lebenskunst“ (2004), „Mit allen Sinnen“ (2005 und 2008), „Gesundheit im Brucker Land“ (2007), „Aktiv für das gute Leben“ (2006 und 2009); Themenschwerpunkte sind Ernährung, Bewegung, Umgang mit Stress, Gesundheit am Arbeitsplatz, Umgang mit Krankheiten
- Vielfältige Informationsangebote, Vorträge und Expertengespräche z.B. mit Mitarbeiter des Klinikums Fürstenfeldbruck, Podiumsdiskussionen (u.a. Live-Sendung des „Gesundheitsgesprächs“ des Bayerischen Rundfunks), Mitmach-Angebote, Gesundheitsmarkt, Stadtlauf. Angesprochen sind alle Altersgruppen.
- Der Eintritt zu den Gesundheitstagen ist frei. Die Besucherzahlen haben sich von 1.000 im Jahr 2004 auf etwa 12.000 im Jahr 2008 gesteigert.
- Evaluation über Besucherbefragung, Ausstellerbefragung

Im Rahmen der Fürstenfelder Gesundheitstage konnte die Projektgruppe nach-

haltige Projekte anregen, u.a. „Fitte Kindergartenkinder“ (seit 2005; regelmäßige Bewegungsübungen, es nehmen rund 500 Kinder aus sechs bis acht Fürstenfeldbrucker Kindergärten teil; Kooperation mit Sportverein TuS FFB), Etablierung des Förderprogramms „opstapje“ im Landkreis (Unterstützung für Familien mit Kleinkindern in schwierigen sozialen Umständen), Einrichtung eines Kommunikationszentrums für Selbsthilfegruppen im Landratsamt, Herausgabe eines Gesundheits- und Sozialwegweisers durch das Landratsamt. Anregung einer Initiative „Mehr Bewegung für unsere Kinder“ in Grundschulen.

Dokumentation: Projektdarstellung, Presseberichte, Programmhefte, Filmdokumentationen Gesundheitstage 2005 und 2007, Rückblick 2008

Ressourcen

Die Gesundheitstage werden getragen vom Brucker Forum e.V., Partner sind das Agenda 21-Büro des Landkreises, seit 2005 auch das Klinikum Fürstenfeldbruck, der Bayerische Rundfunk (BR2) mit dem „Gesundheitsgespräch“ und die Süddeutsche Zeitung. Finanzierung durch Eigenmittel der Partner, Sponsoring und Standgebühren, Förderung durch die Initiative „Gesund.Leben.Bayern.“ des Bayerischen Gesundheitsministeriums. Die Projektgruppe arbeitet z.T. ehrenamtlich. Schirmherrschaft des Landrats.

Kommentar im Projekt

Kommentare von Besuchern auf die Frage, was gefallen hat: „... Gesundheitsmarkt, Seminare, freundliche und kompetente Mitarbeiter hinter ihren Tischen, viele Informationen und Demonstrationen, Vorträge und Podium, unabhängige Information von Ärzten, ‚was mich persönlich betrifft‘, alles ...“

Kommentare von Referenten/Partnern: „Ich empfinde das jeweilige Angebot als erstaunlich vielseitig, vor allem aber sehr geeignet, nicht nur Erwachsenen, sondern auch Kindern ein Bewusstsein für den Wert von Gesundheit zu vermitteln“ (Dr. Marianne Koch) – „Eine beeindruckende Plattform zur Diskussion aktueller wissenschaftlicher Ergebnisse und zu deren Mitteilung an die breite Öffentlichkeit“ (Prof. Hans Förstl, TU München) – „Die Gesundheitstage sprechen wirklich jeden an“ (Ulrike Mascher, VdK Bayern)

Brucker Forum e.V.

Ansprechpartnerin: Dr. Maria Leitenstern-Gulden

St. Bernhard-Straße 2, 82256 Fürstenfeldbruck

Tel. (0 81 41) 4 49 94

E-Mail: info@brucker-forum.de

www.fuerstenfeldergesundheitstage.de

Laufend fit im Kneippland® Unterallgäu

In der Unterallgäuer Gesundheitswoche wird ein Landkreis aktiv für Gesundheitsförderung und Prävention

Anlass

Den Themen Prävention und Gesundheitsförderung wird im Landkreis Unterallgäu, der Wirkungsstätte Sebastian Kneipps, große Bedeutung zugemessen. Die ganzheitliche Lehre Kneipps mit ihren fünf Säulen Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, Ernährung und Lebensordnung bildet „für die Gesundheitsförderung eine hervorragende Basis, da sie von Natur aus auf Prävention ausgerichtet“ ist. Reine Aufklärungsprogramme sind jedoch wenig erfolgversprechend. Vielmehr können attraktive, abwechslungsreiche Angebote vor Ort für ein gesünderes Leben sensibilisieren. Die Stärkung des „Kneipplands® Unterallgäu“ als Gesundheitsregion ist ein wichtiger Schwerpunkt des Regionalen Entwicklungskonzepts.

Projektziele

Stärkung des Gesundheitsbewusstseins und der Gesundheitsvorsorge in der Bevölkerung der Region, Motivation aller Altersgruppen zur Teilnahme an abwechslungsreichen, möglichst kostengünstigen bzw. kostenfreien Informations- und Mitmachangeboten vor Ort. Vernetzung regionaler Einrichtungen, Bündelung von Potenzialen im Gesundheitswesen, Bekanntmachen der Angebote. Abbau von Vorurteilen der eigenen Bevölkerung gegenüber den Kurorten der Region als Orte für Gäste durch spezielle Angebote für Einheimische, Stärkung des regionalen Zusammengehörigkeitsgefühls. Langfristig Profilbildung als Gesundheitsregion „Kneippland® Unterallgäu“.

Umsetzung

Seit 2003 wird jährlich eine neuntägige „Unterallgäuer Gesundheitswoche“ veranstaltet. Beteiligt sind durchschnittlich 25 Gemeinden im Landkreis mit zahlreichen Einrichtungen und Einzelpersonen. Sie stellen ein umfangreiches Programm zu den Themen Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden zusammen, seit 2006 jährlich zu einer der Kneippschen Säulen als Schwerpunkt (2006: Ordnung, 2007: Ernährung, 2008: Wasser, 2009: Bewegung).

- Mehr als 200 Einzelveranstaltungen, z.B. Wanderungen, Waldlauf, Nordic Walking, Entspannungsangebote, Kneippkurse, Gymnastik, Vollwert-Koch- und Backkurse, Vorträge, Gesundheitsmarkt, Erlebnisparkours, Veranstaltungen in Schulen und Kindergärten, „Bürgermeisterbaden“ in der Therme Badernau, „Unterallgäuer Radtour“, „Mindelheimer Sportnacht“, „Erkheimer Schülersportfest“, „Kneippstadtmarrathon Bad Wörishofen“. Auftaktveranstaltung mit den Schirmherren.
- Koordination und Organisation durch die Unterallgäu Aktiv GmbH, unterstützt durch

- eine landkreisweite Arbeitsgruppe (Vertreter der Krankenkassen, Sportverbände, Gesundheitsämter, Ärzteschaft, Gesundheitsbeauftragte der Gemeinden, Ehrenamtliche). Die Veranstaltungen werden vor Ort in Eigenregie geplant und durchgeführt.
- Öffentlichkeitsarbeit: Programmheft (Zeitungsbeilage), Plakate, Anzeigen, Spots im Lokalradio, Internetseite. Die lokale Presse unterstützt die Gesundheitswoche durch Berichterstattung.
 - Schriftliche Befragung der Veranstalter nach Abschluss, Anregungen werden diskutiert und nach Möglichkeit umgesetzt.

Dokumentation: Projektbericht, Bilder, Programmhefte, Plakate, Presseberichte

Ressourcen

Kosten fallen beim Projektträger in erster Linie für Öffentlichkeitsarbeit an (ca. 11.000 Euro pro Jahr), sie werden gedeckt durch öffentliche Zuschüsse (z.B. Landkreis, beteiligte Städte und Gemeinden, Initiative „Gesund.Leben.Bayern.“ des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit) sowie private Sponsoren (z.B. Banken, Unternehmen). Die erste Unterallgäuer Gesundheitswoche 2003 hatte Fördergelder der EU-Gemeinschaftsinitiative LEADER+ erhalten. Schirmherrschaft des Landrats und des Landwirtschaftsministers a.D.

Kommentar im Projekt

„Die Unterallgäuer Gesundheitswoche wurde 2003 ins Leben gerufen, um im Rahmen einer speziell beworbenen Aktionswoche das umfangreiche und breit gefächerte Gesundheitsangebot der Region seinen Bürgern und Gästen vorzuhalten. Natürlich reicht eine Woche „gesund leben“ im Jahr nicht aus. Wichtig ist eine nachhaltige und dauerhafte Änderung der Lebensweise – die Unterallgäuer Gesundheitswoche möchte dafür Handlungsansätze und Ideen für jedermann aufzeigen ... Die beispielhafte Zusammenarbeit über Gemeindegrenzen hinweg kann als Vorbild dienen und dazu, das ‚Netzwerk Prävention‘ in Bayern zu stärken und enger zu knüpfen.“

Unterallgäu aktiv GmbH

Ansprechpartner: Michael Stoiber, Kathrin Riezler

Kneippstraße 2, 86825 Bad Wörishofen

Tel. (0 82 47) 9 98 90-11, Fax (0 82 47) 9 98 90-20

E-Mail: info@unterallgaeu-aktiv.de

www.unterallgaeu-aktiv.de

AIDS ein Gesicht geben

Eine gemeinsame Plakataktion der Aidsberatungen Oberfranken und Niederbayern setzt ein Zeichen gegen Verdrängung und Vergessen

Anlass

AIDS wird zunehmend weniger als Bedrohung wahrgenommen und oft nicht realistisch eingeschätzt. Gerade im ländlichen Raum – die Regierungsbezirke Oberfranken und Niederbayern sind hier vergleichbar – erscheint AIDS oftmals „virtuell“; die Haltung „Doch nicht bei uns!“ ist stark verbreitet. Das Thema AIDS wird verdrängt und in die Großstädte oder auch „nach Afrika“ verlagert. Die Idee für die Plakataktion „AIDS ein Gesicht geben“ entstand 2008 im Rahmen der Planungen zu „20 Jahre Aidsberatung Oberfranken und Niederbayern“.

Projektziele

Die Plakataktion setzt ein Zeichen gegen die Verdrängungshaltung, gegen das Vergessen. Sie verdeutlicht, dass das Leben mit HIV/AIDS auch in ländlichen Regionen Wirklichkeit ist, auch wenn Betroffene dies wegen des hohen Tabuisierungsdrucks nicht offen zeigen. Damit verbunden ist zugleich die Botschaft: HIV-Prävention ist trotz des medizinischen Fortschritts weiterhin wichtig und es gibt viele gute Gründe, sich und andere zu schützen.

Umsetzung

Über Interviews der Aidsberatungsstellen Oberfranken und Niederbayern wurden Klientinnen und Klienten für die Teilnahme am Projekt gewonnen. Ziel war es, ein möglichst breites Altersspektrum und unterschiedliche Betroffenengruppen zu erreichen. Gestaltet wurden fünf verschiedene Plakate, auf denen Betroffene aus der Region berichten – über ihre Ängste nach der Diagnose „HIV positiv“, über ihr Leben heute und über ihre Wünsche und Hoffnungen.

- In der Plakatserie kommen zu Wort: Lotte, Drogenkonsumentin, zwei Kinder, HIV-Diagnose 1997 – Thomas, 20, homosexuell, HIV-Diagnose 2007 – Joachim, 35, heterosexuell, HIV-Diagnose 2005 – Martin, 45, homosexuell, HIV-infiziert seit 1994 – Christine, heterosexuell, zwei Kinder, HIV-Diagnose 1996 (Namen verändert, Daten anonymisiert). Sie berichten unter den Stichworten „Am Anfang“ – „Heute“ – „Was ich noch sagen möchte“ (z.B. „Ich wünsche mir, dass ich offen mit der Krankheit umgehen könnte, in der letzten Zeit hab ich mich immer mehr zurückgezogen. Bei uns gibt es schnell Gerede und da sage ich lieber nichts“; „Ich möchte mich nicht verstecken müssen. Ich hab’ so Angst, dass es rauskommen könnte, dass ich infiziert bin.“)
- Mit Unterstützung der Bürgermeister wurde das Präventionsprojekt zum Welt-AIDS-

Tag 2008 in den größeren Städten Oberfrankens und Niederbayerns plakatiert: Bamberg, Bayreuth, Kronach, Hof, Münchberg, Neustadt bei Coburg und Lichtenfels in Oberfranken sowie Passau, Straubing, Landshut, Landau/Isar und Dingolfing in Niederbayern stellten kostenlos öffentliche Werbeflächen zur Verfügung und/oder plakatierten an öffentlichen Einrichtungen wie Rathäusern, Gesundheitsämtern, Krankenhäusern und Büchereien.

- Auch nach dem Welt-AIDS-Tag 2008 werden die Plakate weiter bei verschiedenen Anlässen eingesetzt, z.B. im Rahmen von personalkommunikativen Maßnahmen mit Jugendlichen, beim Thema „Leben mit HIV“, im Rahmen von Aktionswochen, Ausstellungen und am Info-Stand.

Dokumentation: Projektbericht, Plakatserie

Ressourcen, Finanzierung

Die Kosten für das Gesamtprojekt betragen 2.100 Euro; die Finanzierung erfolgte aus Eigenmitteln der Beratungsstellen. Einen Zuschuss zur Plakatentwicklung gab das AIDS-Referat der Diakonie Bayern. Ein Teil der Druckkosten wurde vom Förderverein der Beratungsstellen des Diakonischen Werks Bayreuths übernommen.

Kommentar im Projekt

„Wir wollen verdeutlichen, dass Leben mit HIV/AIDS in ländlichen Regionen real ist, auch wenn aufgrund des hohen Tabuisierungsdrucks Betroffene sich weniger zeigen, weniger sichtbar sind. Mit den Plakaten möchten wir ergänzend zur „Spaßprävention“ AIDS ein realistisches Gesicht geben ...Damit – so die Idee – wird AIDS erfahrbar, bleibt keine abstrakte Zahl, hinter der Menschen schnell übersehen werden. Die Plakate zeigen auch: AIDS hat viele Gesichter, und AIDS ist mehr als eine medizinische Erkrankung – die psychosozialen Risiken und Nebenwirkungen dürfen nicht aus dem Blickfeld verschwinden.“

Aidsberatung Oberfranken (Diakonisches Werk Bayreuth)

Ansprechpartner: Hermann Schuster

Friedrich-von-Schiller-Straße 11 ½, 95444 Bayreuth

Tel. (09 21) 8 25 00, Fax (09 21) 2 20 82 64

E-Mail: aids-beratung@diakonie-bayreuth.de

www.aidsberatung-oberfranken.de

Mit Migranten für Migranten

Das Projekt „Interkulturelle Gesundheit in Bayern“ – MiMi Bayern 2008/2009

Anlass

Migrantinnen und Migranten erkranken überdurchschnittlich häufig. Oft sind sie nicht ausreichend über das deutsche Gesundheitssystem informiert. Aufgrund sprachlicher und kultureller Barrieren nehmen sie Gesundheitsangebote weniger in Anspruch, mit der Folge möglicher Fehl- oder Unterversorgung.

Projektziele

Förderung der Integration von Migrantinnen und Migranten in das deutsche Gesundheitssystem, indem die gleichberechtigte Inanspruchnahme der Versorgung sowie der Zugang zu Gesundheitsinformationen ermöglicht bzw. erleichtert und die Eigenverantwortung für Gesundheit gestärkt werden. Ausbildung engagierter Migrantinnen und Migranten zu interkulturellen Gesundheitsmediatoren, die Landsleute – insbesondere solche mit defizitären Deutschkenntnissen – kultursensibel über das Gesundheitssystem, Präventionsmöglichkeiten und gesunde Lebensweisen informieren.

Umsetzung

Beginn des landesweiten Projekts im Januar 2008. Seit November 2008 werden in fünf Städten (Augsburg, Ingolstadt, Nürnberg, München, Schweinfurt) Gesundheitsmediatoren ausgebildet, die im Anschluss muttersprachliche Informationsveranstaltungen halten.

- Die Mediatorenschulungen umfassen drei Module mit insgesamt 50 Stunden zu den Themen „Das deutsche Gesundheitssystem“, „Prävention“ und „Methoden der Gesundheitsförderung und Prävention“ (z.B. Vorsorgemaßnahmen und Früherkennung, Alter und Pflege, Ernährung und Bewegung, Zahngesundheit, Schwangerschaft und Familienplanung, Kindergesundheit und Unfallprävention, Gefahren des Alkoholkonsums, Gesundheitsrisiko Rauchen). Referenten sind Mitarbeiter des Ethno-Medizinischen Zentrums (EMZ) und Experten des Gesundheitswesens vor Ort (Mediziner, Psychologen, Pädagogen).
- Abschluss der Schulung mit Gruppenübung, Zertifizierung nach der ersten Durchführung einer Informationsveranstaltung. Insgesamt haben seit November 2008 75 Mediatoren die Ausbildung erfolgreich beendet (28 in Ingolstadt, 24 in Augsburg, 23 in München), in Schweinfurt und Nürnberg laufen die Schulungen derzeit.
- Zwischen Januar 2008 und April 2009 führten die Mediatoren 34 muttersprachliche Informationsveranstaltungen (sog. „Gesundheitskampagnen“ in Türkisch, Albanisch, Bosnisch, Russisch, Arabisch, Spanisch, Thailändisch, Deutsch) in bayerischen Städ-

ten durch, an denen insgesamt 472 Migranten aus 44 Herkunftsländern teilnahmen. Veranstaltungsorte waren v.a. private Einrichtungen, Sprachschulen und Migrantenvereine, auch Schulen/Kindergärten, religiöse Einrichtungen, VHS u.a.

- Erstellung der Broschüre „Bleiben Sie gesund. Früherkennung und Vorsorge für Kinder und Erwachsene“ speziell für Bayern in insgesamt 15 Sprachen. Außerdem wird der bundesweit verwendete, in mehreren Sprachen vorliegende Wegweiser „Gesundheit Hand in Hand“ zum deutschen Gesundheitssystem eingesetzt.
- Das Projekt wird in allen Phasen evaluiert und dokumentiert (Fragebogen für Referenten, Mediatoren, Teilnehmer; standardisierter Veranstaltungsbericht u.a.)

MiMi wird bundesweit seit 2003 an mittlerweile 42 Standorten durchgeführt. In München und Nürnberg wurden bereits 2005 und 2006 Gesundheitsmediatoren ausgebildet, die im landesweiten Projekt 2008/09 eingebunden sind.

Dokumentation: Projektdarstellung, Zwischenbericht über den Projektverlauf im Zeitraum Januar 2008 bis Mai 2009

Ressourcen

MiMi wird in Bayern im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Gesundheit, des BKK Bundesverbandes und des BKK Landesverbandes Bayern unter Leitung des EMZ durchgeführt. Standortpartner sind der BRK Kreisverband Augsburg-Stadt, die Städte Ingolstadt bzw. Nürnberg, das Interkulturelle Begegnungszentrum für Frauen e.V. in Schweinfurt und das Bayerische Zentrum für Transkulturelle Medizin in München. Unterstützung durch Sozial-, Gesundheits- und Bildungseinrichtungen sowie Migrantenorganisationen vor Ort.

Kommentar im Projekt

„Das Projekt ist bisher sehr erfolgreich verlaufen und erlebt ein überaus positives Echo sowohl seitens der in Bayern lebenden Migrantinnen und Migranten als auch seitens der zahlreichen Einrichtungen und Organisationen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich.“

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Königstraße 6, 30175 Hannover

Ansprechpartnerin: Britta Lenk-Neumann

Bayerisches Zentrum für Transkulturelle Medizin e.V.

Tel. (089) 43 90 90 28

E-Mail: Lenk-Neumann@bayzent.de

www.bayzent.de, www.ethno-medizinisches-zentrum.de

BIG: Bewegung als Investition für die Zukunft

Gesundheitsförderung für Frauen in schwierigen Lebenslagen in Erlangen

Anlass

Bewegung verspricht vielfältige Renditen für die Gesundheit, doch die Chancen darauf sind ungleich verteilt. Diejenigen, die aufgrund von Bildung, Einkommen und günstigen Lebensbedingungen ohnehin die besseren Gesundheitschancen haben, bewegen sich deutlich häufiger: Während in der Oberschicht der Anteil derjenigen, die keinen Sport betreiben, nur 30% beträgt, sind es in der Unterschicht doppelt so viele; bei den 30- bis 60-jährigen Frauen sind sogar 65% sportlich inaktiv. Sie gehören aufgrund von Mehrfachbelastungen (z.B. alleinerziehend, arbeitslos, niedriger Bildungsstand, niedriges Haushaltseinkommen, Migrationshintergrund, Sozialhilfebezug) zu den verletzlichsten Personengruppen in Deutschland.

Projektziele

Das Projekt will Frauen in sozial schwierigen Lebenslagen befähigen, die Kontrolle über Determinanten für ihre Gesundheit durch Bewegungsförderung zu erhöhen und damit an den vielfältigen positiven Effekten von Bewegung teilzuhaben.

Verstetigung des Projekts in der Stadt Erlangen.

Umsetzung

BIG wurde als Modellprojekt durch das Institut für Sport und Sportwissenschaften (ISS) der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen geplant, eingeführt und evaluiert (2005-2007). Seit Januar 2008 hat die Stadt Erlangen das Projekt übernommen.

- Bewegungs- und Gesundheitssportprogramme von und für Frauen in den Settings Stadtteil („Am Anger“) sowie im Betrieb (Siemens AG) und im Sportverein (TV 1848).
- Die Zahl der Teilnehmerinnen konnte seit 2007 auf 150 pro Semester verdreifacht werden. Es gibt 15 wohnortnahe Bewegungsangebote im Semester sowie eine wöchentliche Frauenbadezeit (weitere 80 Teilnehmerinnen). Kosten: 1,50 Euro pro Trainingseinheit; Kinderbetreuung 1 Euro. Teilnehmerinnen und Übungsleiterinnen sind in die Angebotsentwicklung eingebunden.
- Setting Betrieb: Gesundheitsseminare für Mitarbeiterinnen am Fließband, Anbindung des Projekts an die betriebliche Gesundheitsförderung. Setting Sportverein: Aquafitness- und Gymnastikkurs, Institutionalisierung durch Anbindung an das dort ansässige Regionalbüro „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes.
- Die Mitarbeiterinnen der Projektbüros in Sportamt und Bürgertreff stammen aus der Zielgruppe; sie koordinieren Programme und Maßnahmen. Regelmäßige Netzwerktreffen mit Vertretern des Sportamtes, der Volkshochschule, des Programms „Inte-

- gration durch Sport“, einer Stadträtin, der Integrationsbeauftragten der Stadt und Mitarbeiterinnen des ISS.
- In Planung ist eine Ausbildung zur „Interkulturellen Sportassistentin“, angelehnt an die Erfahrungen eines Modellprojektes in München.

Nachfolgeprojekte: „BIGff“ setzt das Projekt mit Förderung der Initiative „Gesund. Leben.Bayern.“ des Bayerischen Gesundheitsministeriums in Regensburg und in baye-rischen Stützpunktvereinen des Programms „Integration durch Sport“ um (derzeit Planungen in Bamberg, Nürnberg, Bayreuth, Neustadt/Aisch, Ingolstadt). „BIGGER“ erprobt das Projekt in Modellregionen deutschlandweit, gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit.

Dokumentation: Projektbericht, Fotodokumentation

Ressourcen

Das Sportamt der Stadt Erlangen hat die Finanzierung vorerst für zwei Jahre über-nommen (Teilzeitstelle 19,5 Stunden); die Volkshochschule stellt jährlich 6.000 Euro für die Bewegungskurse bereit. Eine Hilfskraft auf 400-Euro-Basis wird von Sportamt und Volkshochschule finanziert. Finanzierung der Gesundheitsseminare im Betrieb durch die Fa. Siemens, der Kurse im Sportverein durch den Verein und das Projekt „Integration durch Sport“.

Kommentar im Projekt

„Aufgrund der vorliegenden Teilnehmerzahlen kann man bereits eine sehr hohe Akzeptanz und Inanspruchnahme des Projektes bescheinigen ... Nach einer erfolg-reichen Projektübernahme und -weiterentwicklung beabsichtigt die Stadt Erlangen, den BIG-Ansatz innerhalb Erlangens zu verbreiten. Weitere Stadtteile, Vereine und Betriebe sollen für das Projekt gewonnen werden.“

Sportamt der Stadt Erlangen
 BIG-Projekt
 Ansprechpartnerin: Zsuzsanna Majzik
 Fahrstraße 18, 91054 Erlangen
 Tel. (0 91 31) 86 17 18, Fax (0 91 31) 86 25 87
 E-Mail: zszsanna.majzik@stadt.erlangen.de
 www.big-projekt.de

Fahrradkurse für Migrantinnen

Mobilität und Gesundheit fördern, Selbstbewusstsein stärken: Migrantinnen in München lernen das Radfahren

Anlass

Viele erwachsene Frauen mit Migrationshintergrund können nicht Fahrrad fahren. Dadurch sind sie in ihrer Mobilität eingeschränkt. Kleinere Einkäufe und Besorgungen sind per Fahrrad gerade in einer Großstadt wie München schnell und praktisch zu erledigen.

In der Schule erhalten alle Kinder ein Fahrrad- und Verkehrstraining. Mütter, die nicht radfahren können, sind auch hier von Aktivitäten wie gemeinsamen Radtouren ausgeschlossen. Häufig sind Frauen mit Migrationshintergrund zudem nicht mit den hiesigen Verkehrsregeln vertraut. Donna Mobile, die Mobile Gesundheitsberatung für Migrantinnen und ihre Familien, veranstaltet daher seit mehreren Jahren Fahrradkurse.

Projektziele

Die Teilnehmerinnen des Kurses erlernen das Fahrradfahren und die dafür notwendigen theoretischen Kenntnisse. Das Beherrschen des Fahrradfahrens ermöglicht Mobilität und Teilhabe, es fördert Selbstständigkeit und Selbstsicherheit. Gleichzeitig hat die körperliche Bewegung gesundheitsfördernde Wirkungen, sie trainiert den Gleichgewichtssinn, regt das Herz-Kreislauf-System an und fördert die Kondition.

Umsetzung

Seit fünf Jahren bietet Donna Mobile in München im Frühjahr, Sommer und Herbst Fahrradkurse für Migrantinnen an. Ein Kurs umfasst insgesamt vier Nachmittagstermine (zwei mal wöchentlich von 16.00 bis 18.00 Uhr). 2008 wurden zwei Kurse durchgeführt, für 2009 sind drei Kurse geplant.

- Kursinhalte: Das Fahrrad und seine Funktionen – Verkehrsregeln – Praktisches Üben. Im Praxisteil geht es zunächst um das Balancehalten auf dem Fahrrad: „Dazu ist es notwendig, dass die Frauen ein Körpergefühl entwickeln, ihre Angst vor Geschwindigkeit überwinden und Mut aufbringen ... Haben die Frauen die Balance auf dem Fahrrad gefunden, ist der Schritt zum Fahren meist nicht mehr weit.“
- Die Fahrräder werden zur Verfügung gestellt, einen Fahrradhelm müssen die Teilnehmerinnen selbst mitbringen
- Wegen der Anzahl der zur Verfügung stehenden Fahrräder ist die Zahl der Teilnehmerinnen pro Kurs auf fünf begrenzt. Es nehmen Migrantinnen aus unterschiedlichsten Herkunftsländern teil, überwiegend sind es muslimische Frauen. Das Durchschnittsalter in den Kursen liegt um 40 Jahre und höher.

- Befragung der Teilnehmerinnen mittels Fragebogen zu Beginn des Programms und am Kursende; Auswertung

Dokumentation: Projektdarstellung, Projektflyer, Jahresbericht Donna mobile 2008, Programm Frühjahr 2009

Ressourcen

Die Kursgebühren betragen 30 Euro pro Teilnehmerin. Die Gesamtkosten des Projekts liegen bei 1.900 Euro (Teilnahmegebühr und Eigenmittel von Donna mobile: 400 Euro, Fehlbedarf 1.500 Euro)

Kommentar im Projekt

„Die Evaluation der Fahrradkurse der vergangenen fünf Jahre zeigt, dass 80% der Frauen das Fahrradfahren lernten. Sie nutzten es vor allem, um ihren Bewegungsradius auszubauen, um etwas für die Gesundheit zu tun und um berufliche Voraussetzungen zu erfüllen. Konnten die Frauen vor dem Fahrradkurs nicht an einem gemeinsamen Radausflug mit der Familie teilnehmen, so sind die meisten sehr stolz darauf, dass es nun möglich ist. Andere nehmen das Fahrrad zum Einkaufen, wieder andere brauchen es als berufliche Voraussetzung: um z.B. bei einem ambulanten Pflegedienst zu arbeiten, müssen sie Fahrrad fahren können. Die Nachfrage nach Fahrradkursen ist weit höher, als es unsere Kapazitäten zulassen. Bei entsprechend höherer Ausstattung ließen sich die Kurse ausbauen.“

Donna Mobile – Mobile Gesundheitsberatung für Migrantinnen und ihre Familien

Ansprechpartnerin: Feyza Palecek

Landsbergerstraße 45a, 80339 München

Tel. (0 89) 50 50 05, Fax (0 89) 50 50 99

E-Mail: info@donnamobile.org

www.donnamobile.org

Gruppenleiterin für Sport und Bewegung

Eine Qualifizierungsmaßnahme für Migrantinnen in München

Anlass

Donna Mobile, die Mobile Gesundheitsberatung für Migrantinnen und ihre Familien, bietet seit 2004 jährlich Kurse zur Weiterbildung im Bereich Gesundheit und Wellness für Frauen mit Migrationshintergrund an. Der erfolgreiche Ablauf dieser Kurse war Anlass für die Entwicklung des Programms „Gruppenleiterin für Sport und Bewegung“. Migrantinnen sind sowohl als Kundinnen als auch als Personal im Sport noch nicht ausreichend berücksichtigt.

Projektziele

Sport und Bewegung gehören zu einem gesundheitsbewussten Leben. Über die Fitness hinaus bietet Sport die Möglichkeit, Stress abzubauen und eine seelische Balance herzustellen. Sport in Gruppen fördert die soziale Kompetenz, ermöglicht Begegnungen mit anderen Menschen und Kulturen und bietet auch Möglichkeiten der beruflichen Integration. Dazu kann die Qualifizierung von Migrantinnen im Bereich Sport und Gesundheit beitragen. Die Absolventinnen des Programms erhalten als Gruppenleiterin im Sport eine wichtige Funktion: sie vermitteln Inhalte, binden die Teilnehmerinnen in die Gruppe ein und können Vorbild sein.

Umsetzung

Das Programm „Qualifizierung Gruppenleiterin Sport und Wellness“ beginnt am 19. Juni 2009 und endet im Januar 2010, es umfasst 120 Unterrichtsstunden (Kurse zwei mal wöchentlich von 9.30 bis 12.45 Uhr). Teilnehmen können Migrantinnen ab dem Alter von 18 Jahren mit guten Deutschkenntnissen und Interesse an Sport und Bewegung.

- Kursinhalte („Qualifizierungsmodule“): Anatomie, Physiologie, Gesundheit – Sport, Gymnastik, Physiotherapie – Gruppenleitung, Didaktik, soziale und interkulturelle Kompetenz – Berufsbild und Ausbildung
- Referentinnen: Ärztin, Zahnärztin, Physiotherapeutinnen, Sportwissenschaftlerin, Sportpädagogin, Sozialpädagogin, Heilpraktikerin, Körpertherapeutin, Therapeutin für Psychotherapie (HPG), Oecotrophologin
- Abschluss des Kurses mit einer theoretischen und praktischen Prüfung und Zertifikatsübergabe
- Befragung der Teilnehmerinnen mittels Fragebogen zu Beginn des Programms und am Kursende; Auswertung

Dokumentation: Projektflyer, Informationen zur Qualifizierungsmaßnahme Gesundheit und Wellness, Informationen zu weiteren Kursangeboten von Donna mobile

Ressourcen

Die Gesamtkosten des Programms belaufen sich auf 5.150 Euro. Durch Kursgebühren wird ein Betrag von 1.100 Euro eingenommen (Kursgebühr für jede Teilnehmerin 110 Euro), Donna Mobile beteiligt sich mit 550 Euro. Der Fehlbedarf beträgt 3.500 Euro.

Kommentar im Projekt

„Sport kann nicht nur eine gute Integrationsplattform darstellen, er bietet auch Möglichkeiten zur Integration in den Arbeitsmarkt. Mit ihren kulturellen und sprachlichen Fähigkeiten können qualifizierte Gruppenleiterinnen hier einen wertvollen Beitrag leisten.“

Donna Mobile – Mobile Gesundheitsberatung für Migrantinnen und ihre Familien
Ansprechpartnerin: Feyza Palecek
Landsbergerstraße 45a, 80339 München
Tel. (0 89) 50 50 05, Fax (0 89) 50 50 99
E-Mail: info@donnamobile.org
www.donnamobile.org

Strukturiertes Gesundheitstraining für Krebspatientinnen

Ein Programm am Klinikum Rosenheim unterstützt Frauen mit Brustkrebs bei der Krankheitsbewältigung nach dem Klinikaufenthalt

Anlass

Im Brustzentrum des Klinikums Rosenheim können Brustkrebspatientinnen alle zur Verfügung stehenden Therapien nutzen. Ihre psychosoziale Unterstützung kommt jedoch aufgrund der kürzer werdenden Verweildauer im Akutkrankenhaus zu kurz. Auch während Chemo- oder Strahlentherapie fehlte eine ambulante psychosoziale bzw. psychoonkologische Betreuung. „Die ambulante onkologische Behandlung bringt Vorteile, aber viele Fragen bleiben offen. Dies sind Fragen der Krankheitsbewältigung und Fragen nach gesundheitsfördernden Maßnahmen, ebenso Unterstützung durch Naturheilverfahren“.

Projektziele

Verbesserung der Patientenversorgung durch ein Strukturiertes Gesundheitstraining: Komplementärmedizinische Angebote, Bewegungstraining, gesundheitsförderndes Verhalten im Alltag, Krankheitsbewältigungsstrategien, Verminderung von Nebenwirkungen einer onkologischen Therapie, Verhinderung von Zweiterkrankungen. Selbstreflexion und Selbstaktivierung, Entwicklung von Eigenkompetenzen, mehr Lebensfreude und höhere Lebensqualität. Langfristig soll das Gesundheitstraining in den Behandlungsplan des Klinikums Rosenheim integriert werden. Einbeziehung der Krankenkassen zur Kostenübernahme, Baustein einer psychosozialen Beratungsstelle für Tumorpatienten und ihre Angehörigen.

Umsetzung

Ganzheitliches Training als gesundheitsfördernde supportive Maßnahme während der onkologischen Therapie mit den Modulen Ernährung, Entspannung, Bewegung, Krankheitsbewältigung und Selbsthilfestrategien; Motivation zur Übertragung in den Alltag. Das Konzept wurde 2005 am Zentrum für naturheilkundliche Forschung in München entwickelt (PD Dr. Melchart) und 2005 am Klinikum Rosenheim als ambulantes Angebot eingeführt und weiterentwickelt.

- Jährlich werden drei bis vier Kurse durchgeführt, die jeweils einen Zeitraum von 10 Wochen umfassen (wöchentlich ein Kurstag von 09.00-16.00 Uhr); max. 10 Teilnehmerinnen pro Kurs.
- Themen: Individuelle Bewegungsprogramme, Entspannung, Ernährungsberatung und gemeinsames Kochen, Stressverarbeitung/Angstbewältigung, fachliche Informa-

- tionen, Selbsthilfestrategien, Kunst- und Tanztherapie, Soziales Umfeld
- Durchführung mit einem multiprofessionellen Team (Organisationsleiterin, ganzheitliche Gesundheitstrainerin, Ärztin, Physiotherapeutinnen, Kunst- und Tanztherapeutin)
 - Vernetzung aller Kursteilnehmerinnen durch regelmäßige Treffen, Öffentlichkeitsarbeit über Internet, Flyer, Messeauftritte
 - Qualitätszirkel, Fragebogen für Patientinnen: positive Rückmeldungen („weniger Nebenwirkungen der onkologischen Therapie, bessere Krankheitsbewältigung, höhere Lebensqualität“)

Das Programm richtet sich an Tumorpatientinnen, kann aber auch auf andere Krankheitsbilder übertragen werden (z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus).

Dokumentation: Projektdarstellung, Kursprogramm, Presseberichte, CD, Bildungsprogramm Klinikum Rosenheim

Ressourcen

Das Projekt wird gefördert durch die Erich-Rothenfußer-Stiftung. Kursgebühren: 30 Euro pro Kurstag, Patenschaften möglich (Geschenkgutschein im Anmeldeflyer). Kooperationspartner: Kreisklinik Ebersberg, Netzwerk PsychoSoziale Onkologie München, ZNF München und regionale Selbsthilfegruppen.

Kommentar im Projekt

„Durch das Erlebnis der Effekte des Gesundheitstrainings sind die Patientinnen motiviert, weiterhin im Alltag präventiv die Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen. Daher ist es notwendig, diese Programme flächendeckend einzusetzen!“

Teilnehmerinnen berichten: „Gesundheitstraining sehr hilfreich“ – „Konnte mit Krankheit viel besser umgehen, fühlte mich aufgehoben“ – „Durch Gespräche mit anderen Frauen ist mir noch deutlicher geworden, was für ein Glück ich hatte, an Ihrem Kurs teilnehmen zu dürfen“ – „Im Oktober letzten Jahres habe ich meine Behandlung mit den Bestrahlungen abgeschlossen und seit dem ging es nur noch aufwärts ... Bitte machen Sie weiterhin allen Frauen so viel Mut!“

Klinikum Rosenheim

Abteilung Psychoonkologie

Ansprechpartnerinnen: Imogen von Ergert-Gillern, Ute Daxeder

Pettenkoferstraße 10, 83022 Rosenheim

Tel. (0 80 31) 36 37 67, Fax (0 80 31) 36 49 44

E-Mail: imogen.v.gillern@kliro.de

www.kliro.de

GRENZen erLEBEN

Wie fühlt es sich an, an einer psychischen Störung zu leiden? Eine Erlebnis-ausstellung zum Thema „psychisch krank“ des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Caritas Zentrums Traunstein

Anlass

Psychische Erkrankungen sind keine Randerscheinung: Jeder 12. Arbeitsausfalltag steht inzwischen in Zusammenhang mit einer psychiatrischen Diagnose; psychische Erkrankungen sind die dritthäufigste Ursache von Frühberentungen. Oft jedoch wird das Leid der Betroffenen nicht erkannt oder falsch verstanden und sie selbst vermeiden es, darüber zu sprechen, aus Angst vor Vorurteilen und Ausgrenzung. Dies belastet auch die Familie und das soziale Umfeld. „Es gibt keine Gesundheit ohne seelische Gesundheit“ (WHO, Helsinki 2005).

Projektziele

„Früherkennung, Vorbeugung, Aufklärung, Gesundheitspflege, Entstigmatisierung psychisch kranker Menschen ... GRENZen erLEBEN macht psychische Erkrankungen nachvollziehbar, mit den Sinnen erlebbar. Dadurch wird psychische Krankheit entmystifiziert, ihr wird die Unheimlichkeit und der Schrecken genommen“. Selbsterfahrung weckt Interesse und Motivation für eine Auseinandersetzung mit dem Thema.

Umsetzung

„Was bedeutet es, psychisch krank zu sein? Wie verändert sich die Welt, wie reagiert die Umgebung? Wie fühlt es sich an?": Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Caritas Traunstein diskutierten mit Betroffenen und erarbeiteten gemeinsam die Wanderausstellung „GRENZen erLEBEN“. Zentrales Element sind die Erlebnisräume, die über verschiedene Reize einen Eindruck des Lebens mit Depression bzw. Schizophrenie vermitteln. Die Ausstellung besteht aus drei Bereichen:

- Im Foyer als einladendem Warte-, Informations- und Kommunikationsraum werden die Besucher begrüßt, es gibt Informationen zu Krankheitsbildern sowie zu psychosozialen und medizinischen Hilfsangeboten vor Ort; es ist zugleich Raum für das Rahmenprogramm mit Vorträgen, Lesungen, Filmabenden u.a. Ein abgetrennter Gesprächsbereich ermöglicht die Reflexion der Erfahrungen in den Erlebnisräumen. Ist autorisiertes Fachpersonal vorhanden, kann eine zusätzliche „Diagnosestraße“ für nichtmedizinische Selbsttests und ggf. Beratungsgespräche eingerichtet werden.
- Im abgedunkelten „Depressionsraum“ mit tunnelartigen Gängen wird das Gefühl der körperlichen Schwere und Ausweglosigkeit spürbar (Aufenthalt 10 bis 12 min.).

Die Besucher bewegen sich mit Röntgen-Bleiwesten, sie nehmen Platz auf niedrigen Hockern, die das Aufstehen erschweren, über Kopfhörer ertönen depressiv kreisende Gedanken. Am Schreibtisch sollen sie ihr letztes freudiges Ereignis notieren

- Im als Supermarkt gestalteten „Psychoseraum“ bewegen sich die Besucher auf beengtem Raum mit Einkaufswagen und dem Auftrag, einzukaufen (Aufenthalt 12 bis 15 min., mind. 4 Besucher gleichzeitig). Dabei erhalten sie über Kopfhörer akustische Reize, die zum Teil an der Grenze der Wahrnehmung liegen, die sich überlagern, irreführende Instruktionen enthalten und durch nichtreale Stimmen verwirren. Das Supermarktpersonal scheint zu beobachten und manipuliert den Einkauf, indem es z.B. etwas aus den Einkaufswagen nimmt. Die Waren sind in Gewicht und Aussehen verändert.

Der Sozialpsychiatrische Dienst Traunstein verleiht die Ausstellung, er organisiert Transport, Aufbau und Gestaltung sowie die Schulung für den eigenverantwortlichen Betrieb und unterstützt die Veranstaltung durch telefonische Rufbereitschaft und Anwesenheit bei Bedarf. Für die Betreuung der drei Ausstellungsbereiche werden jeweils drei Personen benötigt.

Dokumentation: Projektdokumentation, Presseberichte, Auszüge aus dem Gästebuch, Ergebnisse der Evaluation in München und Traunstein

Ressourcen

Nutzungsgebühr, Spenden, Aktion Mensch. Die Leihgebühren betragen 2.798 Euro für eine bzw. 4.898 Euro für zwei Wochen zuzüglich Transportkosten. Der Eintritt in die Ausstellung ist kostenfrei.

Kommentar im Projekt

Aus dem Gästebuch der Ausstellung: „Eine sehr beeindruckende Ausstellung“ – „Vielen Dank für diese wichtige Erfahrung!“ – „Bitte, bitte sorgen Sie dafür, diese leicht verständliche und eindringliche Ausstellung einem breiten Publikum zugänglich zu machen, z.B. als Pflichtbesuch für jeden Studenten sozialer Berufe und alle anderen Akteure!“ – „Ein wichtiger Schritt ... mit Liebe und dem nötigen Respekt gestaltet“ – „Dieser enorme Einsatz lohnt sich sehr!“ – „Danke!“

Sozialpsychiatrischer Dienst des Caritas Zentrums Traunstein

Ansprechpartner: Robert Siller, Ursula Zillner

Herzog-Wilhelm-Straße 20, 83278 Traunstein

Tel. (08 61) 9 88 77-51, Fax (08 61) 9 88 77-50

E-Mail: spdi-traunstein@caritasmuenchen.de

health 2.0 Hautkrebs-Screening: Gesundheit zum Mitmachen

Ein Thema – viele Perspektiven – ein Netzwerk: Ein Internet-gestütztes Projekt ermöglicht „vernetztes Lernen im Kontext“

Anlass

Lernen und die damit verbundene Verhaltensänderung, auf die gesundheitsbezogene Maßnahmen abzielen, ist nur in konstruktiver Zusammenarbeit möglich. Moderne Informations- und Kommunikationstechnik kann dies sowohl interindividuell als auch Setting-übergreifend unterstützen und so die Vernetzung und ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis fördern. Unmittelbarer Anlass des Projekts war die Einführung des Hautkrebs-Screenings 2008, das eine strukturierte Schulung der Ärzte und eine systematische Information der teilnahmeberechtigten Versicherten vorschreibt.

Projektziele

„Überwindung von Schranken durch vernetztes Wissen“: Ein Internet-gestütztes Netzwerk verbindet um ein zentrales Thema verschiedene Lebenswelten und Perspektiven (z.B. Gemeinde, Familie, Schule, Hochschule, Betrieb, Behörden). Web 2.0-Anwendungen motivieren zur aktiven Auseinandersetzung und erhöhen die Attraktivität insbesondere für junge Zielgruppen. Das Hautkrebs-Screening dient als Pilotprojekt; langfristig Ausdehnung auf weitere Themen der Gesundheitsförderung, Etablierung eines interdisziplinären Netzwerkes als Drehscheibe für gesundheitszentrierte Kommunikation.

Umsetzung

Etablierung einer Internetplattform für e-Learning-/Blended Learning*-Angebote. Einbindung verschiedener Lebenswelten der Region Neumarkt zur Entwicklung eines semantischen Netzwerkes; Zielgruppen: Multiplikatoren (z.B. Ärzte, Pädagogen, Studenten der Fachrichtungen Gesundheitsökonomie und Pädagogik) sowie jeder Einzelne.

- Open source-Plattform als Informations- und Kommunikationsdrehscheibe. Didaktische Aufbereitung der Themen für die jeweilige Zielgruppe. Weitgehend barrierefreie Erreichbarkeit (teilweise passwortgeschützte Bereiche aufgrund rechtlicher Vorgaben, z.B. Hochschule, Ärzte)
- health 2.0 thematisiert im allgemeinen Bereich Aspekte der Gesundheitsförderung und gibt Informationen zur Vorbeugung von Hautkrebs (z.B. Hauttypen, Hautschutz,

** Blended Learning oder „Integriertes Lernen“ bezeichnet eine Lernform, bei der traditionelle Präsenzveranstaltungen und elektronische Lernformen (E-Learning) kombiniert werden.*

Risiko Solarium, Krebsfrüherkennung). Die Programme richten sich an unterschiedliche Zielgruppen (mach mit – bleib gesund, Hautkrebs-Screening, Beruf und Hautkrebs, Modul Gesundheitsökonomie, Modul Gesundheitsförderung, paedimed – Sonne und Haut u.a.)

- Workshops in Schulen sowie für Erzieherinnen (Kindergarten), Kurse an Hochschulen, zertifizierte Schulungen für Mediziner (KV-anerkannt, Ärztekammer-zertifiziert)
- Breiter Einsatz der Schulungen; u.a. als Schulungsprogramm von 12 Kassenärztlichen Vereinigungen und mehreren Landesärztekammern; Anwendung in den Studiengängen Gesundheitspädagogik (Universität Bamberg) und Gesundheitsökonomie (Ohm-Hochschule Nürnberg). „paedimed“ wurde bisher von vier Schulen der Region umgesetzt, weitere sind in Planung, ebenso wie Pilotprojekte zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement im Baubereich und in der Pflege.

health 2.0 wurde auf der CeBit 2009 mit dem „European eLearning-Award“ ausgezeichnet. Wirksamkeit und Anwendung werden u.a. in Dissertation, Hausarbeiten, Habilitation (in Vorbereitung) untersucht.

Dokumentation: Projektdarstellung, Concept maps, Internetseiten

Ressourcen

Kooperationspartner: Georg-Simon-Ohm-Hochschule Nürnberg (Gesundheitsökonomie), Universität Bamberg (Gesundheitspädagogik), Bayerische Landesärztekammer, Kassenärztliche Vereinigung Bayern, Klinikum Neumarkt, Landkreis Neumarkt sowie Universität Augsburg (Medienpädagogik), Universität Heidelberg (Klinische Sozialmedizin), Universität Basel (Pathologie), Kath. Universität Eichstätt (Soziologie); Ehrenamtliche. Finanzierung bisher eigeninitiativ („non-profit-Ansatz“), kein Sponsoring. Eine Einbindung in das Studienzentrum des Landkreises ist vorgesehen.

Kommentar im Projekt

„Die Aktivitäten werden bisher nicht nur regional sehr gut wahrgenommen, es kommen Anfragen aus den verschiedensten Regionen und auch aus dem europäischen Raum ... Orientiert an den beiden Bereichen Bildung und Gesundheit stellt das Konzept nicht einen statischen Endpunkt, sondern einen dynamischen Prozess dar. Dies ermöglicht hohe Flexibilität gegenüber den Zielgruppen und dem jeweils verfügbaren Wissen.“

Dr. Nikolaus Stosiek

Buchenstraße 10, 92318 Neumarkt

Tel. (0 91 81) 46 63 72, Fax (0 91 81) 3 31 12

E-Mail: drstosiek@aol.com

www.health20.eu, www.hatukrebs-screening.eu

Glucohandy

Ein neuartiges Konzept ermöglicht Diabetikerinnen und Diabetikern die Blutzucker-Bestimmung mit Hilfe des Handys

Anlass

Die Ausbreitung der Zuckerkrankheit, Diabetes mellitus, nimmt ein epidemisches Ausmaß an. Für Deutschland gibt die Internationale Diabetes-Förderung eine Häufigkeit von sechs bis acht Prozent der Bevölkerung an; rund 6,2 Millionen Menschen leben hier mit bekanntem Diabetes; von einer hohen Dunkelziffer ist auszugehen. Für viele Betroffene wäre ein verkleinertes Blutzucker-Messsystem in Kombination mit einem Handy vorteilhaft. Ein Mobiltelefon haben viele Menschen stets griffbereit, es wird kaum vergessen. Bei ständiger Verfügbarkeit eines Messgeräts wären häufigere Kontrollen des Blutzuckerspiegels und damit auch eine Vorbeugung von Folgeerkrankungen möglich. Die bisher zur Verfügung stehenden Systeme sind jedoch kaum diskret zu verwenden – ein Umstand, der vielen Patienten in der Öffentlichkeit unangenehm ist.

Entwicklung und Analyse des „Glucohandys“ im Rahmen einer Diplomarbeit („Volkskrankheit Diabetes mellitus: Herausforderungen für Medizin, Psychologie und Wirtschaftswissenschaften“) zum Abschluss eines wirtschaftswissenschaftlichen Studiums an der Fernuniversität Hagen/Studienzentrum Nürnberg während des Medizinstudiums an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg

Projektziele

Das „Glucohandy“ vereint die Funktionen von Mobiltelefon und Blutzuckermessgerät und trägt damit zur Verbesserung der Lebensqualität von Diabetikern bei. Zielgruppen sind Menschen mit Diabetes mellitus Typ I und II, die eine diskrete Blutzuckerbestimmung wünschen, Sportbegeisterte, Jugendliche und „Diabetiker, die ihr Gerät sonst gerne vergessen“. Die Prototypen des Geräts funktionieren bereits; angestrebt wird eine weitere Verbesserung in Kooperation mit Pharma- und Mobilfunkunternehmen.

Umsetzung

Analyse von marktgängigen Handys und Blutzuckermesssystemen, Kauf geeigneter Modelle und Integration der Messelektronik auf dem Handyrücken.

- Der erste Prototyp lag im Dezember 2007 vor, seither Weiterentwicklung und Verbesserung von Funktionalität und Ästhetik in Rücksprache mit Betroffenen und Medizinern. Der jüngste Prototyp Glucohandy V5 kann bis zu 12 Teststreifen und 2 Ersatzlanzetten beherbergen, es wiegt 118 Gramm und hat eine Größe von 103x43x32 mm, so dass es problemlos in eine Hosentasche passt.

- Tests der Prototypen über sechs Wochen unter Alltagsbedingungen zeigten, dass die Kombination von Blutzuckermessgerät und Handy zu keinen wesentlichen Funktionseinschränkungen führt. Die größte Abweichung bei Parallelmessungen zwischen Glucohandy und Referenzblutzuckermessgerät betrug 10%, wahrscheinlich verursacht durch Luftfeuchtigkeit. Daher wird derzeit der Prototyp VI entwickelt, der Schienen mit Trocknungsmittel enthält.
- Bis heute wurden rund 800 Arbeitsstunden in die Entwicklung investiert. Als Handygrundmodelle dienten Geräte der Firmen Motorola und Nokia, zur Blutzuckermessung wurden Geräte der Firmen Bayer, Roche sowie Johnson & Johnson verwendet.

Positives Feedback von Betroffenen, erste Kaufanfragen liegen vor. Als Nutzer kommen Betroffene in Frage, die ein Mobiltelefon auch sonst sicher bedienen können (etwa ab dem Schulalter); für ältere Diabetiker wäre das Gerät möglicherweise zu komplex. „Zur Marktreife sind ggf. Lizenzen zum Einbau auf eine Handyplatine notwendig, so dass eine Übernahme durch einen entsprechenden Konzern ratsam erscheint“. Das Konzept kann ausgeweitet werden, denkbar sind die Überwachung kardiovaskulärer Parameter, Asthmaspray, Tablettenfächer mit Erinnerungsfunktion, Verbindung und Datenübermittlung zum behandelnden Arzt in Notfall u.v.m.

Dokumentation: Projektdarstellung, Bilder

Ressourcen

Das Projekt ist vollständig eigenfinanziert. Die bisherigen Kosten für Werkstoffe, Geräte u.a. belaufen sich auf rund 2.000 Euro.

Kommentar im Projekt

„Die Verfügbarkeit des Glucohandys würde nicht nur zur Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen beitragen, sondern sich auch gesamtwirtschaftlich niederschlagen. ... Eine Schnittstelle zwischen Handysoftware und Arzt könnte weiter zu Vorteilen in der Behandlung führen, in Notfällen einen Notruf aussenden und damit lebensrettend wirken. Das Handy wird in Zukunft eine entscheidende Rolle bei der Diagnostik, Rehabilitation und Prävention verschiedener Krankheitsbilder haben – der Grundstein sei hiermit gelegt.“

Rene Seidel

Altfeldstraße 4, 90513 Zirndorf

Tel. (01 71) 4 18 30 19

E-Mail: Rene.Seidel@stud-mail.uni-wuerzburg.de

www.fernuni-hagen.de/universitaet/stimmen/seidel.html

medi-ANSbach

Rehabilitation und Prävention in Ansbach: Eine Industriebrache wird zum „medi-Gelände“

Anlass

Bei privaten Lauffreffen entwickelten ein Ansbacher Internist und ein Betriebswirt, heute Geschäftsführer von medi-ANSbach, die Idee eines Rehabilitationszentrums für Sportler und ältere Patienten. Mit dem Kauf eines geeigneten Geländes begann Mitte der 1990er Jahre die Entwicklung des „medi-ANSbach-Geländes“.

Projektziele

Einrichtung eines ambulanten Rehabilitationszentrums für orthopädisch-traumatologische Patienten (Sportler und Unfallpatienten, Patienten nach Operationen u.a.) in Ansbach; Präventionsveranstaltungen für Kinder, Erwachsene, Senioren, Behinderte. Einrichtung von Seniorenwohnungen.

Umsetzung

1994 wurde das Gelände der Fa. Bosch in Ansbach erworben. In einem der Gebäude wurde nach umfangreichen Umbaumaßnahmen das Reha-Zentrum eingerichtet; die übrigen Gebäude wurden abgerissen.

- Betriebsstart des medi-ANSbach Reha-Zentrums GmbH am 5. Mai 1997. Im Erdgeschoss befinden sich u.a. Krankengymnastik- und Massage-Abteilungen, die Medizinische Trainingstherapie ist im Obergeschoss. Angeboten werden auch Ergotherapie- und Logopädiebehandlung. Zulassung von Krankenkassen, der Deutschen Rentenversicherung Ober- und Mittelfranken Bayreuth und der Berufsgenossenschaften. Neben ambulanter teilstationärer Rehabilitation werden medizinische Trainingstherapie (Gerätetraining), Präventivkurse (z.B. Wirbelsäulengymnastik, Sturzprophylaxe, Seniorengymnastik, Aquagymnastik) und Wellness (Aromaöl-Massage, Fußreflexzonenmassage, Akupressur, Schröpfbehandlung u.a.) angeboten.
- Errichtung von 56 Seniorenwohnungen, die als „Betreutes Wohnen“ betrieben werden (medi-ANSbach Betreutes Wohnen GmbH)
- Vermietung von Flächen bzw. Räumlichkeiten an das Bayerische Berufsförderungszentrum mit einer Schule, die Diakonie Neuendettelsau mit der offenen Behindertenarbeit und Angehörigenberatung sowie an Firmen. Verkauf von Eigentumswohnungen.
- Insgesamt wurden seit Projektbeginn mehr als 150 Arbeitsplätze auf dem medi-Gelände geschaffen.
- Derzeit wird das ambulante Reha-Zentrum räumlich und personell erweitert.

Dokumentation: „Die Geschichte zweier Marathonläufer hin zu zwei mittelständischen Unternehmern“, Bilder der Anlagen, Homepage unter www.medi-ansbach.de

Ressourcen

Finanzierung aus Eigenmitteln und über die örtliche Bank: „In 10 Jahren wurden 15 Mio. Euro mit privater Finanzierung verbaut“. Keine staatlichen Fördermittel.

Kommentar im Projekt

„Heute nennt man das ehemalige Bosch-Gelände medi-Gelände und wir haben einen kleinen Stadtteil von Ansbach aus einer Industriebrache zu neuem Leben erweckt ... Mittlerweile ist unsere Einrichtung ein fester Gesundheitsleistungsfaktor in Ansbach und Umgebung ... Ein weiterer Aspekt kommt noch hinzu: Wir haben bisher keine müde Mark/Euro Staatsgeld beantragt noch erhalten und sichern den Standort Franken – Bayern – Deutschland.“

Medi-Ansbach Reha-Zentrum GmbH

Ansprechpartner: Helmut Hötzl

Heilig-Kreuz-Straße 4, 91522 Ansbach

Tel. (09 81) 9 71 66-0, Fax (09 81) 9 71 66-14

E-Mail: nina.herold@medi-ansbach.de

www.medi-ansbach.de

Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis (BGPP) 2009

„Was „rückwärts“ ist, ist auch sonst gut drauf

Bücken, Heben und Tragen

Vorsicht: Gestreckte Beine und Rundrücken. Hohe Belastung für die Lendenwirbelsäule



Besser: Die Füße sollten auseinanderstellen. Oberkörper aus der Hüfte biegen, in die Knie gehen, der Rücken bleibt gerade.


Übung 1 – Dehnung der Wadenmuskulatur
Einen weiten Ausfallschritt machen und das vordere Bein im Kniegelenk leicht beugen. Beide Fußballen zeigen nach vorne. Den Oberkörper mit geradem Rücken nach vorne verlagern und dabei mit den Händen gegen einen Widerstand drücken. Beide Fersen halten den Kontakt zum Boden. Die Dehnung kurz aufrechterhalten, anschließend wechseln.

www.fba-fochhausen.de

„Was „rückwärts“ ist, ist auch sonst gut drauf

Schwere, unhandliche Gegenstände heben

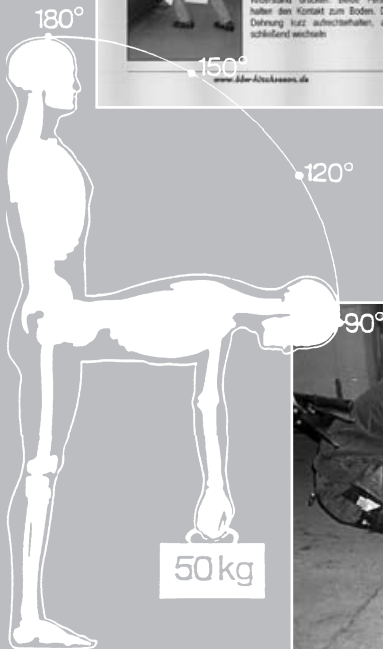
Ungünstig: Hohe Belastung der Lendenwirbelsäule



Gut: Beim Anheben möglichst in die Knie gehen, der Rücken bleibt gerade.

Noch besser: Schwere oder unhandliche Gegenstände besser zu zweit anheben und tragen.

www.fba-fochhausen.de



„Streng dich an - doch bleib gesund“: Junge Auszubildende im Berufsförderungswerk der Stiftung St. Zeno in Kirchseon informieren über rückengerechts Arbeiten in den Ausbildungsbereichen „Küche“ und „Garten- und Landschaftsbau“ (S...)



Heute für morgen

Erhebung von Lebensstil und Herz-Kreislauf-Risiko bei 27.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der BMW Group

Anlass

Der Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit der Mitarbeiter ist eine der wichtigsten Aufgaben des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Überernährung, fehlende körperliche Aktivität und daraus resultierendes Übergewicht führen zur Ausprägung des Metabolischen Syndroms mit der Folge von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dieses ist auch im Unternehmen BMW Group zu beobachten.

Projektziele

In einer umfangreichen Untersuchung an den BMW-Standorten hat sich der Betriebsärztliche Dienst zur Aufgabe gestellt, über die arbeitsmedizinischen Untersuchungen hinaus Präventions-Checks für die wichtigsten, durch Prävention beeinflussbaren chronischen Erkrankungen anzubieten – für jene Krankheiten also, von denen bei einer alternden Bevölkerung eine zunehmende Krankheitslast erwartet wird. Lebensstilfaktoren der Mitarbeiter wurden auf breiter Basis erhoben, um Präventionsprojekte des Unternehmens nachfolgend auszurichten.

Umsetzung

Erhebung von Lebensstil und Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes mellitus bei Beschäftigten der deutschen BMW-Standorte. Auswertung in Zusammenarbeit mit dem Institut für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin, TU München, und dem Mannheimer Institut für Public Health, Universität Heidelberg.

- Am „Forum Gesundheit“ konnten zwischen 2006 und 2008 alle angestellten Mitarbeiter der BMW AG während der Arbeitszeit kostenlos teilnehmen. Befragung zu Gesundheitsvorgeschichte und -verhalten (Bewegung, Rauchen, Alkoholkonsum, Ernährung, mögliche Veränderungsabsichten), Erhebung von Gesundheitsindikatoren (Gewicht/BMI, Taillenumfang, Blutdruck, Laborparameter: Entzündungsaktivität (CRP), Blutfette, Blutzuckerwerte, Schilddrüsenaktivität; sowie – weltweit erstmals bei einer so großen Personenzahl – ultraschallgestützte Messung der Wanddicke der Halsschlagader)
- Im Anschluss erhielten die Teilnehmer einen Kurzbericht mit Hinweisen zu sinnvollen Maßnahmen hinsichtlich gesunder Ernährung, körperlicher Aktivität und ggf. Raucherentwöhnung.
- Auswertung von 27.359 Datensätzen (85% männliche Teilnehmer, Durchschnittsalter 39,6 Jahre); Vergleich zwischen den BMW-Standorten sowie mit einem süddeutschen Referenzunternehmen und Daten der MONICA-/KORA-Studien.
- Ergebnisse: Insgesamt zeigte sich für die BMW AG ein der Bevölkerung weitgehend

vergleichbares Bild; Bestätigung des Trends zu einem Schichtgradienten in Bezug auf Gesundheitsindikatoren und -verhalten. Auffällig: erhöhte Blutdruckwerte bei jüngeren Mitarbeitern, erhöhte chronische Zuckerbelastung.

- Gesundheitsökonomische Analyse: Return-on-Investment (ROI) bei intensiver Prävention am Beispiel Diabetes mellitus. „Aufgrund der erst langfristig zu erwartenden positiven Wirkungen käme ein beträchtlicher Teil des ROI nicht der BMW AG, sondern der Krankenkasse sowie anderen gesellschaftlichen Kostenträgern zugute. Dennoch rechnet sich bereits eine rein betriebswirtschaftliche, BMW-interne Investition mit einem ROI von 26% auf die eingesetzten Mittel.“
- Empfehlungen: Verstärkung von Gesundheitsförderungsmaßnahmen, die die Hauptrisikofaktoren adressieren und leicht in den Alltag integrierbar sind, Verhältnisänderungen im Werk, Organisationsentwicklung zur Stärkung sozialer Ressourcen, partizipative Führungskultur. Gesundheitsmarketing („Public Health Branding“), Definition spezifischer Interventionsgruppen unter Wahrung des Datenschutzes. Wiederholung der Untersuchung nach drei bis fünf Jahren unter Einbezug psychosozialer Aspekte.

Dokumentation: Abschlussbericht BMW Forum Gesundheit

Ressourcen

Finanzierung des Projekts über die BMW Group ohne externe Mittel.

Kommentar im Projekt

„Gefährdet ist die BMW AG ebenso wie andere Unternehmen im Kontext des demografischen Wandels durch den zu befürchtenden raschen Anstieg chronischer Erkrankungen ... Die Basis für eine erfolgreiche Bewältigung des demografischen Wandels ist heute zu legen. Die gesundheitsökonomische Analyse zeigt, dass der größte wirtschaftliche Nutzen in Bezug auf chronische Erkrankungen durch Lebensstil-Veränderungen zu gewinnen ist ... Mit dem Forum Gesundheit hat die BMW AG ein beispielhaftes Vorsorge-Programm für Herz-Kreislauf-Erkrankungen durchgeführt.“

BMW Group

Ansprechpartner: Dr. Bischoff

in Kooperation mit der

Technischen Universität München

Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin

Ansprechpartner: Prof. Dr. Martin Halle

Connollystraße 32, 80809 München

Tel. (0 89) 289-2 44 31, Fax (0 89) 289-2 44 50

E-Mail: schaper@sport.med.tum.de

www.sport.med.tum.de

Netzwerk Betriebliche Gesundheitsförderung – Wirtschaftsraum Franken

Ein Zusammenschluss fränkischer Unternehmen bietet ein Forum für Information und Austausch

Anlass

In vielen kleinen und mittleren Unternehmen besteht das Bedürfnis, sich über die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) auszutauschen. Hierfür gab es bisher keine institutionalisierte Möglichkeit.

Projektziele

In einem Netzwerk tauschen die Mitglieder Erfahrungen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung aus. Sie vermitteln gegenseitig Handlungskompetenzen, um den Wirkungsgrad ihres Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu steigern, informieren über Methoden, unterschiedliche Vorgehensweisen und Umsetzungsprozesse (Hilfe zur Selbsthilfe). Institutionalisierung einer Plattform zum Ideen- und Erfahrungsaustausch (good practice), Kennenlernen und Kontaktpflege der Projektverantwortlichen. Die Arbeit im Netzwerk bedeutet auch einen Imagegewinn für die Betriebe.

Umsetzung

Am 2. Juli 2003 gründeten zehn Unternehmen unterschiedlicher Branchen und Betriebsgrößen aus Franken auf Anregung der AOK Bayern das „BGF-Netzwerk – Wirtschaftsraum Franken“. Beteiligt sind große Firmen wie Unilever Best Foods – Schafft Ansbach und Nestlé Schöller, aber auch Kleinbetriebe z.B. aus der Pflegebranche. Gemeinsam wurden Ziele und Struktur des Netzwerks festgelegt.

- Das Netzwerk bringt Vertreter der Geschäftsführung und des Betriebs- bzw. Personalrates zusammen, da jeweils beide Sozialpartner der Mitgliedsbetriebe teilnehmen. Dies fördert Kooperation, Informations- und Erfahrungsaustausch, Lernprozesse und Innovationen.
- Das Netzwerk kommt regelmäßig drei- bis vier Mal im Jahr zu ganztägigen Treffen zusammen. Die Treffen finden reihum in den Mitgliedsbetrieben statt, die Mitglieder stellen jeweils ihre Betriebliche Gesundheitsförderung bzw. ausgewählte Aspekte vor. Einen weiteren Schwerpunkt bildet die Diskussion aktueller Fragestellungen, z.B. zur Entwicklung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements, zur Nutzenbewertung von BGF-Aktivitäten, zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement, zum sich abzeichnenden Wandel im Krankheitsspektrum oder zu alternden Belegschaften. Laufende Befragung der Mitglieder zu Inhalt und Nutzen der Treffen. Eine Dokumentation der Treffen ist obligatorisch.

- Seit Beginn haben sich die Netzwerk-Mitglieder inzwischen 17 Mal getroffen; auch außerhalb der Sitzungen findet ein reger Austausch statt. Die Anzahl der Mitgliedsunternehmen ist auf 15 gestiegen; mit der Fa. Staedler Mars, Werk Neumarkt, ist ein erstes ostbayerisches Unternehmen beigetreten. Weitere Unternehmen haben Interesse zur Mitwirkung bekundet.

Dokumentation: Projektbericht

Ressourcen

Die Ressourcen werden durch die Treffen in den Mitgliedsbetrieben gleichmäßig beansprucht. Organisation der Treffen durch die AOK Bayern.

Kommentar im Projekt

„Seit sechs Jahren arbeitet das ‚Netzwerk zur Betrieblichen Gesundheitsförderung – Wirtschaftsraum Franken‘, das erste bayerische Netzwerk zur betrieblichen Gesundheitsförderung, erfolgreich zusammen. Mittelständische Unternehmen der Region haben sich zusammengefunden, um durch Erfahrungsaustausch die Handlungskompetenzen gegenseitig zu stärken und den Wirkungsgrad ihres Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu steigern ... Auf diese Weise werden Synergien, Lernprozesse und Innovationen gefördert.“

AOK Bayern

Zentrale, Gesundheitsförderung

Ansprechpartner: Werner Winter

Frauentorgraben 49, 90443 Nürnberg

Tel. (09 11) 21 84 69

E-Mail: werner.winter@by.aok.de

www.aok.de

Suchtprävention in Familie und Beruf

Betriebliches Gesundheitsmanagement in Burghausen: Borealis Polymere GmbH und OMV informieren über Suchtvorbeugung

Anlass

Die Firma Borealis Polymere GmbH ist ein Hersteller innovativer Kunststoffe. Im Werk Burghausen sind mehr als 5.300 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt. „Der technische Fortschritt und die immer komplexer werdenden Produktionsanlagen verlangen den Mitarbeitern höchste Aufmerksamkeit und Verantwortung ab. Gleichzeitig werden in der Gesellschaft die Risiken und die Gefährdung eines jeden Einzelnen durch Alkohol-, Drogen und sonstigen Suchtmittelmissbrauch immer deutlicher ... Deshalb sind sich Geschäftsführung und Betriebsrat von Borealis einig, das Suchtmittelmissbrauch vermieden werden muss“ (Betriebsvereinbarung zur Sucht- und Drogenprävention, 2008). Im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements in Zusammenarbeit mit der Fa. OMV Deutschland wird daher ein Projekt zur Suchtprävention durchgeführt.

Projektziele

Aufklärung und Sensibilisierung aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für das Thema Drogen- und Alkoholsucht sowie weitere Süchte im Betrieb und in der Familie. „Alle Mitarbeiter sollen wissen, dass Alkoholsucht eine Krankheit ist und auch so vom Unternehmen gesehen wird, dass es geeignete Schutzmaßnahmen (Betriebsvereinbarung) gibt und kompetente Hilfe angeboten wird (Werksarzt, Fachambulanzen)“. Langfristig Schulung aller Vorgesetzten (Erkennen einer Alkoholproblematik bei Mitarbeitern, Reaktion und Hilfsmöglichkeiten)

Umsetzung

Suchtprävention ist ein Schwerpunkt der betrieblichen Gesundheitsinitiative 2009, zu der auch betriebsärztliche Aktionen, Sportangebote u.a. gehören. Planung und Umsetzung durch den Arbeitskreis Gesundheit von Borealis und OMV. Bereits zum 1. Januar 2008 war in der Fa. Borealis eine Betriebsvereinbarung zur Sucht- und Drogenprävention in Kraft getreten.

- Auftakt der Gesundheitsinitiative im Dezember 2008 mit der Aufführung des Theaterstücks „Morgen hör ich auf“ für alle Mitarbeiter von Borealis/OMV während der Arbeitszeit (zwei Aufführungstermine). Das 75-minütige Ein-Personen-Stück ist das Psychogramm eines Trinkers. Sensibel und authentisch zeigt es den Kampf eines Alkoholikers gegen seine Sucht und den damit verbundenen sozialen Abstieg.
- Vortrag der Fachambulanz für Suchtkranke, Altötting, „Vom Genuss zur Sucht“ (Bezug auf das Theaterstück, Informationen zu Suchtentwicklung und Hilfesystem). Bewerbung durch Aushänge, Beilage in der Gehaltsabrechnung, Intranet

- Im Herbst 2009 wird ein Aktionstag zum Thema Sucht veranstaltet (in Planung sind verschiedene Stationen, z.B. „Rauschbrillen“, Alkohol-Selbsttest: Wie gefährdet bin ich?, ev. Fahrsimulator; Einbeziehung der örtlichen Krankenkassen)
- Während des ganzen Jahres werden in den Kaffeeküchen, in der Kantine usw. Broschüren zu Suchtthemen ausgelegt, unterstützt von den örtlichen Krankenkassen und der Fachambulanz für Suchtkranke, der BG Chemie und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
- Das Projekt wird im Jahr 2010 fortgesetzt mit Training und Interventionskonzept für alle Vorgesetzten.
- Qualitätssicherung, Evaluation: Krankenstatistiken (jährlicher Krankenstand 2,2-3%), Feedback von Mitarbeitern; „Borealis unter den Top 50 Arbeitgebern Deutschlands 2006 und 2008“

Dokumentation: Projektdarstellung, Bilder der Theateraufführung, Betriebsvereinbarung zur Sucht- und Drogenprävention, Jahresbericht Gesundheitsmanagement Borealis Polymere 2008, Gesundheitsmanagement Borealis 2009, Infobroschüren

Ressourcen

Theaterstück, Vortrag und Projekttag werden zu gleichen Teilen von OMV und Borealis im Rahmen des Budgets „Health, Safety, Environment“ finanziert. Flyer, Plakate usw. werden vom Arbeitskreis Gesundheit gestaltet. Der Betriebsrat ist bei allen Projekten von Beginn an eingebunden.

Kommentar im Projekt

„Unser gemeinsames Ziel ist die Aufklärung aller Mitarbeiter, bevor etwas passiert. Als Chemiebetrieb, der der Gefahrstoffverordnung unterliegt, ist es unsere Verantwortung, für die Anlagensicherheit zu sorgen, das heißt bestens ausgebildetes Personal sowie die Erhaltung deren Gesundheit im Rahmen unseres Gesundheitsmanagements. Jeder Arbeitnehmer hat das Recht, gesund nach Hause zu gehen.“ – „Wir würden uns freuen, wenn ... andere Unternehmen an uns herantreten, um Erfahrungen auszutauschen und neue Ideen zu bekommen.“

Borealis-Polymere GmbH

Ansprechpartnerin: Gabriele Nagl-Güthler

Haiminger Straße 1, 84489 Burghausen

Tel. (0 86 77) 9 77-101, Fax (0 86 77) 9 77-102

E-Mail: gabriele.nagl-guethler@borealisgroup.com

www.borealisgroup.com/Burghausen

Donna sana – Ausbildung und gesunde Lebensweise für Mädchen und junge Frauen

Gesundheitsaktionswochen der Beruflichen Bildung des Bayerischen Roten Kreuzes, Kreisverband München

Anlass

Mädchen und junge Frauen in sozial benachteiligter Lage, die in der Berufsfindung oder in der Ausbildung stehen, haben die typischen Konflikte der Adoleszenz und des Einstiegs in das Berufsleben zu bewältigen. Bedingt durch multifaktorielle Konfliktlagen ist für sie die Integration in den Arbeitsmarkt häufig nicht ohne Hilfe möglich. Aufgrund der Herkunft aus oftmals bildungsfernen Familien, in denen gesundheitsbewusste Lebensweisen nur unzureichend vermittelt und finanziert werden, unterschätzen sie die Folgen eines ungesunden Lebensstils. Um die Anforderungen eines langen Arbeitstages in Ausbildung und später im Beruf bewältigen zu können, ist eine nachhaltige Stärkung von Leistungs- und Regenerationsfähigkeit durch Gesundheit erforderlich.

Projektziele

Gesundheitliche Chancengleichheit für sozial benachteiligte Mädchen und junge Frauen: Langfristige Verankerung gesundheitsbewussten Verhaltens im Ausbildungs- bzw. Arbeitsalltag durch regelmäßige „Gesundheitsaktionswochen“. Stärkung von körperlicher und geistiger Gesundheit, Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden und Regenerationsprozessen. Dies erleichtert einen erfolgreichen Ausbildungsabschluss und eröffnet einen aktiven, selbstbestimmten Berufs- und Lebensweg. Als „Gesundheitscoaches“ geben die Teilnehmerinnen ihr Wissen auch in ihren Betrieben weiter.

Umsetzung

Seit 1990 führt der Kreisverband München des Bayerischen Roten Kreuzes im Auftrag der Agentur für Arbeit Fördermaßnahmen für die Zielgruppe Mädchen und junge Frauen durch. Derzeit werden rund 200 Teilnehmerinnen im Rahmen von Berufsvorbereitung, Ausbildungsbegleitung und Berufsausbildung (BaE – Berufsausbildung in außerbetrieblichen Einrichtungen, hier: Kosmetikerin, Änderungsschneiderin) gefördert. Das Projekt „Donna sana“ entstand im Rahmen der sozialpädagogischen Begleitung der Maßnahmen.

- Vermittlung von Wissen und Motivation zu gesundheitsbewusstem Verhalten in bislang vier Gesundheitsaktionswochen über jeweils fünf Tage; Themen: „Ernährt-Sein“ (gesunde Ernährung; 1. Woche), „Fit-Sein“ (sinnvolle Freizeitgestaltung, Bewegung und Sport, Stressbewältigung, u.a. zu den Schwerpunkten Prüfungsangst und kreative Lernmöglichkeiten, süchtiges Verhalten; 2. Woche), „Schön-Sein“ (Schönheits-

ideale, Kosmetik, Massagetechniken; 3. Woche), „Familie-Sein“ (Familie und Beruf, Sexualpädagogik: Verhütung, HIV-Prävention, Geschlechtskrankheiten; Schwangerschaft, „Mutterpraktikum“ mit RealCare®Babies; 4. Woche). Die inhaltliche Ausgestaltung orientiert sich an den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen; eigene Themenwünsche können eingebracht werden.

- Jede Gesundheitswoche umfasst theoretische Grundlagen, die Integration des Wissens in den Ausbildungsalltag (Übungen, Workshops), Reflexion und Evaluation sowie Weitergabe des Wissens im Betrieb. Als „Gesundheitscoaches“ informieren Teilnehmerinnen Arbeitskollegen zu gesundheitlichen Themen (z.B. Demonstration ergonomischer Rückenübungen, Ernährungstipps) und gestalten ein Betriebsmagazin mit Schwerpunkt Gesundheit.
- Durchführung der Gesundheitswochen im Haus der Beruflichen Bildung des BRK München durch angestellte Sozialpädagoginnen und Ausbilderinnen sowie Honorarkräfte. Dokumentation der Entwicklungsfortschritte der Teilnehmerinnen.

Dokumentation: Projektbericht, Flyer Berufliche Bildungsmaßnahmen

Ressourcen

Projektträger ist das Bayerische Rote Kreuz, Kreisverband München, als Träger beruflicher Bildungsmaßnahmen; Finanzierung anteilig durch die Agentur für Arbeit München. „Da das Projekt weit über den Auftrag der beruflichen Bildung hinausgeht, kommen Fördermittel aus Sach- und Geldspenden hinzu“.

Kommentar im Projekt

„Der Bedarf unserer Zielgruppe an gesundheitlicher Beratung und Betreuung ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen ... Bislang durchgeführte Gesundheitstage bzw. Gesundheitsaktionen führten zu einer deutlichen Verbesserung von Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Die angebotenen Aktionen werden mit großem Interesse angenommen. Angeregt durch diese Erfolge streben wir eine Erweiterung des Angebots mit Training zur langfristigen Implementierung von gesundheitsbewussten Verhaltensmustern in den (Berufs-) Alltag an.“

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband München

Integrative BaE-Maßnahme

Ansprechpartnerinnen: Doris Schneider, Cornelia Weber

Quagliostraße 9, 81543 München

Tel. (0 89) 30 90 40 6-60, Fax (0 89) 30 90 40 6-51

E-Mail: doris.schneider@brk-muenchen.de

www.brk-muenchen.de

Streng dich an – doch bleib gesund

Das Berufsbildungswerk der Stiftung St. Zeno Kirchseeon fördert rücken-gerechtes Verhalten am Arbeitsplatz

Anlass

„Mein Rücken tut mir weh! – Warum soll ich denn darauf achten, wie ich beim Arbeiten meinen Rücken schonen kann? Außerdem geht es so viel schneller! – Solche oder ähnliche Aussagen hören wir häufig, wenn wir mit Auszubildenden im Garten- und Landschaftsbau bzw. im Küchenbereich über ihre Arbeit sprechen. Trotz der Wirbelsäulenbelastung durch Heben und Tragen schwerer Gegenstände oder längeres Arbeiten in gebückter Haltung habt Ihr im allgemeinen noch relativ wenig Probleme mit dem Rücken ... Aber Rückenprobleme beginnen häufig schon ab dem 30. Lebensjahr.“

Auszubildende sind zu Beginn ihrer Ausbildung und dann laufend bei neuen Tätigkeiten in Arbeitssicherheit und Gesundheitsfürsorge zu unterweisen. Rückengerechtes Verhalten am Arbeitsplatz ist so früh wie möglich zu erlernen. Im Berufsbildungswerk der Stiftung St. Zeno Kirchseeon wurde dafür eine handlungsorientierte Vorgehensweise gewählt.

Projektziele

Gemeinsam mit Auszubildenden werden Inhalte und Materialien zu sicherheits- und gesundheitsbewusstem Verhalten in alltäglichen Arbeitssituationen entwickelt. Dadurch wird ein nachhaltiges Lernen ermöglicht. Erarbeitung von „Leitfäden für einen gesunden Rücken“ für die Ausbildungsbereiche Garten- und Landschaftsbau und Küche. Die Broschüren werden zur Schulung der Ausbildungsgruppen eingesetzt.

Umsetzung

Mitarbeiter des Berufsbildungswerks Kirchseeon aus den Bereichen Küche sowie Garten- und Landschaftsbau entwickeln das Konzept der Info-Broschüren zu rücken-schonendem Arbeiten.

- Gemeinsam mit Physiotherapeuten der AOK erarbeiten Auszubildende der Gruppen Garten- und Landschaftsbau bzw. Beikoch/Koch alltägliche rückenbelastende Arbeitssituationen und dokumentieren diese fotografisch. Anschließend werden rücken-schonende Alternativen entwickelt, eingeübt und fotografiert. Dreh-, Ausgleichs- und Entspannungsübungen werden ebenfalls geübt und dokumentiert.
- Zu den Fotos werden erläuternde Texte erarbeitet. Zusammen mit allgemeinen Informationen zu Aufbau und Funktion der Wirbelsäule werden Bilder und Texte zusammengestellt für die Broschüren „Streng dich an – doch bleib gesund. Leitfaden für

einen gesunden Rücken in der Küche“ bzw. „... im Garten- und Landschaftsbau“. Gezeigt werden darin jeweils ungünstige und günstige Haltungen am Arbeitsplatz (z.B. bei den Tätigkeiten „Split schaufeln“, „Platten legen“, Rüttelmaschine auf Kleinlaster aufladen“, „Stufen setzen“ im Garten- und Landschaftsbau; „Bücken, Heben, Tragen“, „Schneiden im Stehen“, „Umschütten von Flüssigkeiten“, „Rühren“ und „Nudeln abgießen“ in der Großküche). Zu jeder Tätigkeit wird eine zugehörige Ausgleichsübung vorgestellt.

- Die Leitfäden erscheinen in 1. Auflage im Mai 2009. Sie werden grundsätzlich als Schulungsleitfäden in den Ausbildungsgruppen verwendet. Zu gegebener Zeit sollen die Bilder durch Fotos neuer Auszubildender „aktualisiert“ werden.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Broschüren „Streng dich an – doch bleib gesund. Leitfaden für einen gesunden Rücken in der Küche“ bzw. „... im Garten- und Landschaftsbau“.

Ressourcen

Zusammenarbeit mit der AOK Bayern, Direktion München (Physiotherapeut sowie Fotografie, Bildbearbeitung und Textredaktion); Layout und Druck der Broschüren durch das Berufsbildungswerk

Kommentar im Projekt

„Das Berufsbildungswerk Kirchseeon und die AOK Bayern möchten Euch mit dieser Broschüre zum Thema gesunder Rücken informieren und mithelfen, dass Ihr Erkrankungen der Wirbelsäule und Rückenprobleme so lange wie möglich vermeiden könnt ... Wer ‚rückenfit‘ ist, ist auch sonst gut drauf.“ – „Die Tipps dieser Broschüre zum richtigen Verhalten am Arbeitsplatz finde ich gut, da sie sich an meinem Arbeitsalltag orientieren. Ich versuche, so oft wie möglich daran zu denken.“

Berufsbildungswerk der Stiftung St. Zeno Kirchseeon

Ansprechpartner: Manfred Krumpholz

Am Hirtenfeld 11, 85614 Kirchseeon

Tel. (0 80 91) 5 53-15 00, Fax (0 80 91) 5 53-15 02

E-Mail: manfred.krumpholz@bbw-kirchseeon.de

www.bbw-kirchseeon.de

Helfer helfen Helfern

Krisenintervention für Einsatzkräfte von Hilfsorganisationen im Berchtesgadener Land

Anlass

Im Landkreis Berchtesgadener Land mussten in den vergangenen Jahren von den Hilfsorganisationen immer wieder schwere, belastende Ereignisse bewältigt werden. „Der Einsturz der Eissporthalle in Bad Reichenhall zeigte uns auf gravierende Weise, dass der Großteil der Helfer auf solch belastende Einsätze nicht vorbereitet war!“ Folge kann eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) sein, die sich in Depression, Gereiztheit, Verschlussenheit oder Suchtverhalten äußern kann. Ein Präventions- oder Interventionsangebot gab es in der näheren Umgebung bisher nicht. „Es entstand die Idee, selbst – unter Einbeziehung aller Hilfsorganisationen – eine entsprechende Anlaufstelle zu schaffen“.

Projektziele

Zum etablierten Kriseninterventionsteam, das Hilfe für Angehörige und Betroffene bietet, wird ein entsprechendes Angebot für Einsatzkräfte geschaffen: Gründung eines Critical Incident Stress Management-Teams („CISM-Team“) im Berchtesgadener Land. Aufbau von Fachkompetenz durch einheitliche Ausbildung nach (inter)nationalen Standards. Akzeptanz für das Thema und Etablierung der Angebote bei den Einsatzkräften. Langfristig Erweiterung des Teams sowie Vernetzung und Zusammenarbeit mit anderen Teams. „Hinter dem gesamten Projekt steht die Motivation, den Einsatzkräften der verschiedenen Organisationen kollegiale Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten.“

Umsetzung

Unter Trägerschaft des Bayerischen Roten Kreuzes, Kreisverband Berchtesgadener Land, Beginn der „CISM Peer Basic“-Ausbildung im Sommer 2005 und Strukturierung des Teams. Im März 2006 wird das CISM-Team Berchtesgadener Land in Dienst gestellt. Es besteht derzeit aus acht Mitgliedern (hauptberuflich oder ehrenamtlich Beschäftigte aus Rettungsdienst, Feuerwehr, Technischem Hilfswerk, Bergwacht, Krankenpflege, Bundeswehr sowie eine psychosoziale Fachkraft). Die Angebote richten sich an die Mitarbeiter aller im Landkreis aktiven Hilfsorganisationen:

- Prävention und Information: Vorträge in den Hilfsorganisationen zum Angebot des CISM-Teams, Aufnahme der Unterrichtseinheit „Stress im Einsatzdienst“ bei der Landkreis-Ausbildung zum Truppmann/-führer in den Freiwilligen Feuerwehren, Unterrichtseinheiten in der Rettungsdienstfortbildung für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter
- Supervision: Einzelgespräche mit betroffenen Einsatzkräften sowie Einrichtung einer

- 24-Stunden-Hotline, deren Telefonnummer laufend publik gemacht wird
- Das CISM-Team absolvierte als eines der ersten in Bayern die Ausbildung zum Psychosozialen Ansprechpartner (PSAP), die im Januar 2009 erfolgreich abgeschlossen wurde. Regelmäßige Fort- und Weiterbildung.
- Kooperation mit dem CISM-Team Schwaben, das nach dem Einsturz der Eissporthalle in Bad Reichenhall zum Einsatz kam („Vorbild und Motivation“)

Derzeit bemüht sich das Team im Rahmen der Alarmierungsplanung für die Integrierte Leitstelle Traunstein um eine sinnvolle Platzierung der CISM-Angebote als sog. „optimale Maßnahme“, die den Führungskräften vor Ort bei Einsätzen angeboten wird. In Planung ist eine Rhetorikausbildung für die Teammitglieder sowie eine einheitliche Dienstkleidung, um ihre (Wieder-) Erkennung zu erleichtern.

Dokumentation: Projektdokumentation, Schulungsunterlagen „Stress im Einsatzdienst“ und „Einführung CISM – Unterrichtseinheit für den Truppführer-Lehrgang“

Ressourcen

Das Team arbeitet unter Trägerschaft des BRK-Kreisverbandes Berchtesgadener Land. Sämtliche Leistungen einschließlich der Einsätze werden ehrenamtlich erbracht, alle Angebote des Teams sind kostenlos. Aus- und Weiterbildung sowie regelmäßige Supervision werden durch Spenden und vom Amtsgericht zugewiesene Bußgelder finanziert.

Kommentar im Projekt

„Unser CISM-Team kann ganzjährig, 24 Stunden am Tag, über die Rettungsleitstelle Traunstein angefordert werden ... Es besteht aber auch für jede Einsatzkraft die Möglichkeit einer persönlichen, vertraulichen Kontaktaufnahme über unsere Telefonhotline ... Das Angebot CISM soll als dauerhaftes Angebot für alle Helferinnen und Helfer im Landkreis etabliert werden ... Wir haben es geschafft, unserem Team bzw. unseren Präventionsangeboten einen festen Platz in den Ausbildungsplänen der einzelnen Organisationen zu schaffen. Wir erreichen so etwa 30 Einsatzkräfte im Monat.“ – „Wir sind für Euch da, wenn wir gebraucht werden!“

Bayerisches Rotes Kreuz
 Kreisverband Berchtesgadener Land
 CISM-Team Berchtesgadener Land
 Ansprechpartner: FDL PSNV
 Riedelstraße 18, 83435 Bad Reichenhall
 Tel. (0 86 51) 95 90-0
 E-Mail: info@cism-team.de
 www.cism-team.de, www.brk-bgl.de

Betriebliche Gesundheitsfürsorge im Landratsamt Coburg

Der Arbeitskreis Gesundheit organisiert gesundheitsfördernde Maßnahmen für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Anlass

AOK-Service Gesunde Unternehmen: Im Juni 2005 trat die AOK Coburg mit einer Aktion zum Gesundheitsmanagement an das Landratsamt heran.

Projektziele

Betriebliche Gesundheitsförderung zur Verringerung des Krankenstands, Förderung der Fitness und des Wohlbefindens der Mitarbeiter, Verbesserung der Kommunikation und des Betriebsklimas.

Umsetzung

Gründung eines Arbeitskreises Gesundheit für die betriebliche Gesundheitsfürsorge; ihm gehören sechs Mitarbeiter des Landratsamtes und ein Vertreter der AOK an. Auftaktveranstaltung im Oktober 2005 mit einem ersten Gesundheitstag für die Beschäftigten des Landratsamtes. Die anschließende Mitarbeiterbefragung zu Gesundheitsangeboten ergab folgende Themenwünsche: Bewegung, Rückentraining, Wohlfühlmassage, gesundes Essen, Freizeit und „Rauchfreie Behörde“.

- Aktionstag Nichtrauchen im April 2006 (Ausstellung, Raucherquiz, Vortrag, Ausstiegangebote). Die „Rauchfreie Behörde“ konnte ab September 2006 und damit mehr als ein Jahr vor Einführung der gesetzlichen Regelung realisiert werden.
- Kooperationsvereinbarungen: Das „Sportland Coburg“ sowie das Aquaria-Hallen- und Freibad bieten günstige Firmentarife für Beschäftigte des Landratsamtes.
- 2. Gesundheitstag im März 2007, Schwerpunktthema „Bewegung“ (u.a. Office-Work-Out, Fit-Ball- und Fit-Band-Übungen, Schnupperkurs Nordic Walking und Vorträgen des Betriebsarztes)
- 3. Gesundheitstag im November 2007, Schwerpunktthema „Entspannung“ (Informationen und Angebote zu Yoga, Ayurveda, Akupressur, Fußreflexzonenmassage, Qi Gong u.a.)
- Kostenloses Venen-Screening beim Existenzgründertag im Landratsamt im März 2009
- 4. Gesundheitstag im April 2009, Motto „Gesund arbeiten – gesund leben“ (Themen: Aktives Sitzen am Arbeitsplatz, Fit durch Frühstück, Ausgleichsübungen für's Büro und zu Hause, Gesunde Getränke, Schrittzähleraktion)

- Neben den Gesundheitstagen werden sporadisch Kurse angeboten, z.B. Nordic Walking oder Qi Gong. Regelmäßig gibt es Massageterminen im Haus.

Die Einladungen zu den Aktivitäten werden von Landrat und Personalrat gemeinsam ausgesprochen; die Gesundheitstage finden während der Arbeitszeit statt.

Die AOK Coburg begleitet die Aktivitäten und erstellt einmal jährlich eine Analyse des Krankenstands der AOK-Versicherten im Landratsamt, die für die weitere Planung ausgewertet wird. Im April 2007 wurde dem Landratsamt im Rahmen des AOK-Services Gesunde Unternehmen der AOK-BGF-Award 2006 verliehen, der besondere Leistungen von Unternehmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung würdigt.

Dokumentation: Projektdarstellung, Programme der Gesundheitstage, Fragebogen und Auswertung der Mitarbeiterbefragung, AOK-Zertifikat Gesundheitsmanagement, Presseberichte

Ressourcen

Für das Projekt stehen seit 2007 in jedem Haushaltsjahr 1.000 Euro zur Verfügung. Der Landrat unterstützt das Projekt.

Kommentar im Projekt

„Das Projekt ‚Betriebliche Gesundheitsfürsorge im Landratsamt Coburg‘ ist zu einer dauerhaften und sinnvollen Einrichtung geworden und wird deshalb kontinuierlich weiter betrieben und vom Landrat aktiv unterstützt. Der Erfolg gibt uns hierbei recht!“

Landratsamt Coburg
Arbeitskreis Gesundheit
Ansprechpartner: Thomas Feulner
Lauterer Straße 60, 96450 Coburg
Tel. (0 95 61) 5 14-237, Fax (0 95 61) 5 14-8 92 37
E-Mail: thomas.feulner@landkreis-coburg.de
www.landkreis-coburg.de

Bewegung ist Leben

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ID.KOM GmbH in Kempten trainieren im firmeneigenen Fitnessraum

Anlass

Im Berufsalltag sind Beschäftigte häufig Stress und arbeitsplatzbedingten Belastungen wie beispielsweise langem Sitzen ausgesetzt. Durch ein betriebliches Gesundheitsmanagement kann Haltungs- und Gesundheitsschäden vorgebeugt werden.

Projektziele

„Der Krankenstand ist seit Jahren bei ID.KOM niedrig – dies war nicht der Ansatz. Es geht schlichtweg darum, die Gesundheit zu fördern und einen möglichst optimalen Ausgleich zum Arbeitsalltag herzustellen“: Langfristige Vorbeugung und aktive Förderung der Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, gleichzeitig Stärkung der sozialen Kontakte und der Bindung an das Unternehmen nach dem Motto „Bewegung ist Leben“.

Umsetzung

Einführung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements im Jahr 2009 für die rund 40 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Informations- und Telekommunikationsunternehmens ID.KOM am Standort Kempten:

- Konzeption und Einrichtung eines betriebseigenen Trainingsraums („Gesundheits- bzw. Fitnessraum“) in Zusammenarbeit mit einer ortsansässigen Praxis für Physiotherapie. Zum Training stehen Cardio-Geräte und spezielle Geräte aus dem Bereich des therapeutischen Trainings zur Verfügung.
- Physiotherapeutische Betreuung und Erarbeitung individueller Trainingspläne für die Beschäftigten, fortlaufende Begleitung des Trainings durch die kooperierende Physiotherapiepraxis
- Der Fitnessraum ist täglich durchgehend zugänglich (Öffnungszeiten 24 Stunden, auch am Wochenende). Die Nutzung ist für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kostenlos.

Dokumentation: Projektbeschreibung, Bild des Fitnessraumes

Ressourcen

Das Unternehmen trägt sämtliche Kosten (Personalkosten für Planung und Konzeption, Anschaffungskosten, laufende Kosten wie Raummiete, physiotherapeutische Betreuung, Wartung der Geräte)

Kommentar im Projekt

„Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind unser wichtigster Erfolgsfaktor! – Dies ist bei ID.KOM keine Floskel, sondern wird tatsächlich so gelebt. ID.KOM bietet bereits bisher ein ergonomisches Arbeitsumfeld und eine freundliche Atmosphäre, die den Büroalltag für alle Mitarbeiter/-innen und Kunden angenehm machen. Aber das ist noch nicht alles: Am 20.03.2009 war es soweit – ID.KOM eröffnet in Zusammenarbeit mit der Praxis für Physiotherapie FETZER + PFUND ein eigenes Fitness-und Gesundheits-Studio. Der eigens dafür eingerichtete Fitness-Raum im Firmensitz in Kempten kann rund um die Uhr unter professioneller Anleitung eines ‚Personal Trainers‘ kostenfrei von allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern genutzt werden. Somit gibt es keine Ausrede mehr, auch bei schlechtem Wetter am Abend keinen ‚Ausgleichssport‘ zu machen. Und dies ist besonders für alle stress- und bürogeplagten IT-Mitarbeiter wichtig.“

ID.KOM Networks GmbH

Ansprechpartner: Thomas Hug

Unterwanger Straße 3, 87439 Kempten

Tel. (08 31) 5 90 90-0, Fax (08 31) 5 90 90-90

E-Mail: th@idkom.de

www.idkom.de

Stresspause

Ein persönliches Präventionsprogramm zur Stressbewältigung: Coaching und Training per Telefon

Anlass

Beruflich und privat werden heute hohe Anforderungen gestellt, etwa an Mobilität, Flexibilität und Leistungsbereitschaft. Werden die Anforderungen zu viel und erscheint ihre Bewältigung schwierig, entsteht Stress. Wenn dies über längere Zeit anhält, also chronisch wird, werden Gesundheit und Lebensqualität erheblich beeinträchtigt. Ein positiver Umgang mit Stress trägt wesentlich dazu bei, die seelische und körperliche Gesundheit zu erhalten und zu verbessern. Durch ein gezieltes Training können stressauslösende Faktoren aktiv beeinflusst werden.

Projektziele

Prävention von Stress und Verbesserung der Stressbewältigung durch ein individuelles Beratungsprogramm. Erkennen, Verstehen und Bewältigen von Belastungssituationen. Die Teilnehmer analysieren ihre persönliche Situation und erlernen Möglichkeiten der kurz- und langfristigen Stressbewältigung und Entspannung sowie der Vorbeugung. Verhindern bzw. Abbau negativer Folgen bei chronischem Stress, Steigerung von Wohlbefinden und Belastbarkeit in Beruf und Privatleben.

Umsetzung

Entwicklung und Erprobung der „Stresspause“ 2008 durch die PROTEGIA GmbH, Umsetzung seit Januar 2009. Das Programm ist ein telefonisches, vertrauliches Beratungsangebot über sechs Monate für Erwachsene, die im privaten oder beruflichen Bereich Stress empfinden. Für eine Teilnahme werden Mitarbeiter von Unternehmen bzw. Versicherte von Krankenkassen in Bayern angesprochen; eine Teilnahme ist auch außerhalb Bayerns möglich. Aufbau:

- Anmeldung und persönlicher Gesundheits-Check (telefonisches Beratungsgespräch zur Erfassung der individuellen Stressbelastung, gesundheitlicher Risikofaktoren und der Situation am Arbeitsplatz); Erarbeitung eines Programmplans für das folgende Halbjahr in Absprache mit dem medizinischen Leiter.
- Der Teilnehmer erhält den Programmplan und erste schriftliche Informationen zur Stressbewältigung mit Anregungen für den Alltag („Programmthemen“) Die Inhalte werden telefonisch mit dem Berater besprochen.
- Telefonisches Coaching: Monatlich erhält der Teilnehmer weitere, auf ihn zugeschnittene Informationen und bespricht diese regelmäßig mit seinem Berater. Kennenlernen von Bewältigungs- und Präventionsmethoden, Anleitung bei der Umsetzung zu Hause oder am Arbeitsplatz, orientiert am systemischen Ansatz der lösungs- und

ressourcenorientierten Beratung. Nach Abschluss des sechsmonatigen Programms besteht die Möglichkeit der Nachbetreuung.

- Programmextras: Internetbasierte Gesundheitsakte (Einstellung persönlicher Gesundheitsdaten durch den Teilnehmer, der ggf. Zugriff für Ärzte, PROTEGIA-Berater, Angehörige erlaubt), audiovisuelles Biofeedback

Das Programm ist orientiert an den Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von Prävention nach §§ 20 und 20a SGB V. Festgelegter Ablauf (definierte Workflows, Dokumentationsprogramm); Teilnehmerbefragung (Fragebogen) vor, während und nach dem Programm.

Dokumentation: Projektdarstellung, Flyer, Programmthema „Stress ist nicht gleich Stress“

Ressourcen

Entwicklung des Programms mit Eigenmitteln. Die Teilnahmegebühren werden teilweise durch Arbeitgeber und Krankenkassen erstattet. Die Berater haben eine Krankenpflegeausbildung und Zusatzqualifikationen wie Sozialpädagogik, Gesundheitswissenschaft, Gesundheitsmanagement und werden regelmäßig fortgebildet. Auswertung des Programms in Zusammenarbeit mit der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Kommentar im Projekt

„Die Individualität und Anonymität der Stresspause durch die telefonische Einzelberatung ist einzigartig. Besonders bei einem sensiblen Thema wie Stressbelastung suchen Betroffene oft nach diskreten Beratungsmöglichkeiten ... In Gruppenseminaren dagegen müssen mehrere Teilnehmer berücksichtigt werden ... Die Durchführung ist ortsunabhängig ... So ist das Programm auch für Menschen geeignet, die in ihrer Umgebung keine Möglichkeit zum Besuch von Seminaren oder anderen Stressbewältigungstrainings haben. Dies ist insbesondere für ein Flächenbundesland wie Bayern wichtig.“

PROTEGIA GmbH

Ansprechpartner: Dr. Roman Schenk, Claudia Stork

Rosenkavalierplatz 8, 81925 München

Tel. (0 89) 55 27 18-20

E-Mail: es@protegia.de, claudia.stork@protegia.de

www.protegia.de

