



LGL

14. Bayerischer Präventionspreis

Band 6 der Schriftenreihe des ZPG

Dieser Band dokumentiert Beiträge aus dem Wettbewerb um den 14. Bayerischen Präventionspreis, den das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung im LGL gemeinsam mit dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege ausgeschrieben hatte. Zur Bewerbung eingeladen waren Projekte, die in Bayern entwickelt wurden, deren Planungsphase abgeschlossen ist, die bereits umgesetzt werden bzw. deren Ende nicht länger als 18 Monate zurückliegt und die nicht ausschließlich gewinnorientiert sind. Die Beiträge des Wettbewerbs werden nach Maßgabe der Jury in dieser Broschüre vorgestellt und zugleich in das „Netzwerk Prävention“ des Zentrums für Prävention und Gesundheitsförderung aufgenommen, das unter www.zpg.bayern.de aufgerufen werden kann.

Für eine bessere Lesbarkeit haben wir bei manchen Personenbezeichnungen auf ein Ausschreiben der weiblichen Form verzichtet. Selbstverständlich sind in diesen Fällen Frauen und Männer gleichermaßen gemeint.

Herausgeber: Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)
Eggenreuther Weg 43, 91058 Erlangen

Telefon: 09131 6808-0
Telefax: 09131 6808-2102
E-Mail: poststelle@lgl.bayern.de
Internet: www.lgl.bayern.de
Bildnachweis: Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)
Kaiser Medien GmbH, Nürnberg

Druck: Juni 2017
Stand: Marietta Hartmann
Redaktion: unter Mitarbeit von Vanessa De Bock, Iris Grimm,
Bettina Walentzak, Dr. Juliane Weber
Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung im LGL

Bei fachlichen Fragen wenden Sie sich bitte an das
Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)
im Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
Telefon: 09131 6808-4510
E-Mail: zpg@lgl.bayern.de

© Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
alle Rechte vorbehalten

Gedruckt auf Papier aus 100 % Altpapier

ISSN 2198-1981 Druckausgabe
ISSN 2198-199X Internetausgabe
ISBN 978-3-945332-99-3 Druckausgabe
ISBN 978-3-96151-000-9 Internetausgabe

Diese Druckschrift wird kostenlos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von den Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zweck der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden. Bei publizistischer Verwertung – auch von Teilen – wird um Angabe der Quelle und Übersendung eines Belegexemplars gebeten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Die Broschüre wird kostenlos abgegeben, jede entgeltliche Weitergabe ist untersagt. Diese Broschüre wurde mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann dennoch nicht übernommen werden. Für die Inhalte fremder Internetangebote sind wir nicht verantwortlich.



BAYERN | DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung.
Unter Tel. 089 122220 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

14. Bayerischer Präventionspreis

Vorwort	
Staatsministerin Melanie Huml MdL, Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege	13
Vorwort	
Präsident Dr. Andreas Zapf, Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit	15
14. Bayerischer Präventionspreis	17
Die Preisträger	19
Belobigungen	21
Prävention in Familie, Kindertagesstätte und Schule	23
Kinderleicht –	
Unterstützung für Kinder und Jugendliche von psychisch- oder suchtblasteten Eltern	24
Willkommen im Frühstücksclub	
Erziehung zu einer gesunden Lebensweise an der Grund- und Mittelschule Salzweg	27
Coaching Schulverpflegung –	
Individuelle Unterstützung zum Erfolg	
Individuelle Beratung zum Thema Schulverpflegung durch externe Ernährungsfachkräfte – Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern	29
GEMS – Gut essen – mehr Sport	
Ein Gesundheitsprogramm für Kinder und Jugendliche der Ludwig-Thoma-Realschule München	31
WhatsApp – Was tun?	
Ein präventives Klassenprojekt zum Jugendmedienschutz vom Arbeitskreis Medien im Landkreis Miltenberg	33
Kulmbacher Bierkultur –	
zwischen Verantwortung und Genuss	
Interdisziplinäres Verantwortungsseminar der Kulmbacher Brauerei für 10. Klassen im Museumspädagogischen Zentrum des Bayerischen Brauereimuseums	34
ANTI-DROGEN-LIVE-KONZERT	
„Seid stark und sagt NEIN“ zu Drogen und Sucht	
Suchtprävention mit Information und Emotion für Schüler der 5. bis 7. Klasse durch den Verein Sucht- und Drogenprävention Oberfranken e. V.	35
Medientage 2016	
Medienkompetenz für Jugendliche – Ein Projekt des Landratsamts Haßberge	37
Internationale Kochabende	
Familien kochen gemeinsam im Familienzentrum Neulichtenhof in Nürnberg	38

„Bleib am Ball“

Begleitung von Schulklassen durch eine Suchtpräventionsfachkraft
der Suchtkrankenhilfe Burghausen „Die Brücke e. V.“ über mehrere Jahre39

HES – Hotspot Ernährung – Sport

Ein Projekt zu Ernährung und Sport an der Hans-Edelmann-Schule in Kulmbach40

Die RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer

Ein Unterrichtsprogramm für nachhaltige Gesundheitsförderung in
Grundschulen der Stiftung Kindergesundheit in Kooperation mit der IKK classic41

Gesundheitswoche an der HBS

Ein Präventionsprojekt an der Hans-Böckler-Schule Fürth43

ReSi – Resilienz und Sicherheit

Entwicklung und Evaluation eines Förderprogramms für Kinder in Kindertages-
einrichtungen und die Qualifizierung pädagogischer Fachkräfte zum Thema
sexueller Missbrauch an der Technischen Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm44

Starke Kinder – gute Freunde

Projekt zur Stärkung der Lebenskompetenzen
des Katholischen Kinderhauses „Unsere Liebe Frau“45

SehnSucht

Kooperation des Landratsamtes Weißenburg-Gunzenhausen
mit dem Diakonischen Werk Weißenburg-Gunzenhausen zum Thema Sucht47

WIR gegen Gewalt

Selbstbehauptungsworkshop in Schulen von
Streetwork Pfarrkirchen, Kreis-Caritasverband Rottal-Inn49

fit4future

Eine bundesweite Initiative der Cleven-Stiftung
für Grund- und Förderschulen – powered by DAK-Gesundheit50

Helfen Ist positiV!

Ehrenamtliche AIDS-Aufklärung für junge Menschen durch
die AIDS-Beratung Mittelfranken der Stadtmission Nürnberg e. V.51

Vom Jungen zum Mann – Gesund erwachsen werden

Begleitende, ärztliche Gesundheitsförderung für bayerische Schüler
durch die Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V. (ÄGGF)53

Komm, wir finden eine Lösung!

Ein Präventions- und Interventionsprojekt für kreative Konfliktlösung
in Schule und Familie vom KinderschutzBund Ortsverband München e. V.54

Sekundärprävention an Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe ab der 8. Klasse	
Ein Projekt der DrugStop Drogenhilfe Regensburg e. V.	56
Gesund bewegt durch den Kitaalltag	
Gesunde Ernährung und viel Bewegung im Großstadtleben in der Kita Mio, Nürnberg.	57
„Was braucht ein Störenfried?“	
Plakatabfrage, Fachtage und Wanderausstellung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Neuburg-Schrobenhausen	59
Mutter-Kind-Projekt PEACHES (Programming of Enhanced Adiposity Risk in Childhood – Early Screening)	
Früherkennung eines Übergewichtsrisikos bei Kindern adipöser Mütter – Ein Projekt der Arbeitsgruppe Molekulare Ernährung am Forschungszentrum der Kinderklinik der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU)	60
Die Familien-Challenge	
Psychische und körperliche Gesundheit durch Stärkung der Familienbande – Ein Projekt des Sucht-Arbeitskreises im Berchtesgadener Land	62
Moderne Drogenpolitik – zwischen Ideologie, Wissenschaft und den Ansprüchen einer modernen pluralistischen Gesellschaft	
Ein politisches Planspiel für Schüler der Klassen 5 bis 10 – Projektwoche am Jenaplan-Gymnasium Nürnberg.	63
Das Gesundheitsstudio	
Ein Angebot des Gesundheitsamts der Stadt Nürnberg zur Gesundheitsförderung im Setting Schule	64
DON'T ACT – THINK!	
Alkohol, Crystal, Tabak – Lass' die Monster nicht in Deinen Kopf! – Ein Projekt der AOK Bayern die Gesundheitskasse Direktion Hof	65
Gemeinsam sichere Orte schaffen	
Eine Initiative zum Schutz von Kindern vor sexueller Gewalt an Kitas und Grundschulen in Bayern von Power-Child e. V.	66
„Weil ich ein Mädchen bin“	
Kurs zur Selbstfindung und Selbstentfaltung für Mädchen von „Atempause“, Helga Moser, Bayerbach	68

Ein Seniorenzentrum gerät in Bewegung – Gesundheits-Challenge 2016

Ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Beschäftigten und Bewohnern des Seniorenzentrums der Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH70

NeRo: Netzwerk Rosenheim – Suchtprävention für Unternehmen

Ein Netzwerk zum Thema Suchtprävention und psychische Gesundheit für Unternehmen im Raum Rosenheim von neon – Prävention und Suchthilfe Rosenheim e. V. mit den Partnern AOK Direktion Rosenheim und dem Wirtschaftlichen Verband der Stadt und des Landkreises Rosenheim e. V.76

Bewegte Unternehmen

Das Erlanger Netzwerk für betriebliche Gesundheitskultur78

Gesundheitstag am Schulzentrum des DIAKO

Stärkung der salutogenetisch-resilienzfördernden Kompetenzen von Auszubildenden und Beschäftigten in der Evangelischen Diakonissenanstalt Augsburg79

Lehrergesundheit

Prävention an Schulen mit dem AGIL-Programm („Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf“)80

Kooperatives Betriebliches Gesundheitsmanagement in den Gemeinden Wilburgstetten und Mönchsroth

Vernetzung kleiner und mittelständischer Betriebe für ein gemeinsames Betriebliches Gesundheitsmanagement – Ein Projekt der Entwicklungsgesellschaft Region Hesselberg.82

Johannesbad – Etappenlauf. FortSchritt gemeinsam erleben

Ein BGM-Projekt der Johannesbad Holding Bad Füssing83

Targeted Maximum Likelihood Estimation (TMLE) to Estimate the Effect of an Educational Intervention on the Knowledge about Preventive Measures against Occupational Asthma and Allergies in Bavarian Agriculture Apprentices

Eine Interventionsstudie des Instituts für Arbeits- Sozial- und Umweltmedizin der LMU München mit Auszubildenden an Landwirtschaftsschulen in Oberbayern über deren Kenntnisse zu Schutzmaßnahmen zur Vermeidung von berufsbedingtem Asthma und Allergien84

#wearethereforyou@audi – Gesundbleiben im Arbeitsleben

Ein Projekt der AUDI AG zur Sensibilisierung und Aufklärung von Auszubildenden zum Thema Gesundheitsfürsorge.85

Protect your back

Aktionstag zur Rückengesundheit an Berufsfachschulen für Notfallsanitäter der Kommunalen Unfallversicherung Bayern87

Darmkrebsprävention im Audi Checkup inklusive der Gesundheitsaktion „Krebs aktiv begegnen“ im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Ein Angebot der AUDI AG für ihre Mitarbeiter89

Offener Frühstücks-Treff „Gut für die Seele“ – Ein Angebot der Beratungsstelle „Ruhepunkt“ des Krisendienstes Mittelfranken	
Beratung und Begleitung für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen in Nürnberg	92
Sturzvorsorge-Übungsprogramm: Aktiv älter werden und selbstständig bleiben. Ehrenamtliche üben zu Hause mit Ihnen.	
Die aufsuchende Sturzvorsorge – Ein Projekt des Zentrums für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg	98
Tischlein-deck-dich	
Gemeinsamer Mittagstisch für Senioren in Kempton-Sankt Mang	99
Präventive Hausbesuche bei Hochbetagten	
Ein Projekt für Hochbetagte in der Stadt Rödental	101
FIT100	
Beweglich bleiben, Muskeln stärken, Stürzen vorbeugen, Gedächtnis trainieren, Freude an der gemeinsamen Bewegung im Verein FÜREINANDER e. V. in Utting	102
Oma lacht wieder – Raus aus der Depression mit eigenen Ressourcen	
Offene Lachtrainings in Parks für alle und Kurse für Senioren in Alten- und Service-Zentren in München, initiiert von Cornelia Leisch	104
BegA	
Beratung für gesundes Altern – Ein Projekt des Instituts für Psychogerontologie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU).	105
Untersuchung des Sturzrisikos, der sturzassoziierten Morbidität und der Präventivmaßnahmen bei Patienten mit Schwindel- und Gleichgewichtserkrankungen	
Eine Studie des Deutschen Schwindel- und Gleichgewichtszentrums am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU)	106
Präventiv aktiv – mit Angeboten für körperliche und geistige Fitness	
Seniorenarbeit in der Gemeinde Mengkofen durch den Verein Bürger für Bürger im Aitrachtal e. V.	107

Insel Delfina

Augsburger Kinder verbringen Ferienzeiten bei Gastfamilien im ländlichen Raum 110

MuMM = Migrant_innen als HIV/STI-Multiplikator_innen

Die Münchner AIDS-Hilfe e. V. schult fremdsprachige Fachkräfte (MuMM-Gruppe) zu den Themen HIV/STI. 114

Unterstützung chronisch kranker Kinder und ihrer Familien bei Problemen in Schule, Kindertageseinrichtungen und bei Fremdunterbringung

Ein Projekt des Bunten Kreises Allgäu Nachsorge gGmbH. 115

Let's talk about sex

Die bewegten Jahre der Jugendlichen – Schwerpunkt unbegleitete minderjährige Flüchtlinge – Ein Projekt des Referates für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München 116

Cohuk Dis Karnesi – Zahnärztlicher Kinderpass in Türkisch

Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK) 117

„Deine Spielsucht betrifft auch mich“

Ein Selbsthilferatgeber für Angehörige von Glücksspielsüchtigen der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen (BAS). 119

Familienerlebnistag Bruck

Gesundheitstage des Gesundheitsamtes Erlangen-Höchstadt für Menschen, die sonst wenig von Angeboten der Gesundheitsförderung erreicht werden 120

Wochen der seelischen Gesundheit

im Landkreis Main-Spessart im Oktober und November 2016

Eine öffentliche Veranstaltungsreihe des Gesundheitsamtes Main-Spessart mit zwanzig regionalen Institutionen. 121

„CI für Kinder“ (Cochlea-Implantat für Kinder)

Informationsmaterial für Gehörlose, Migranten und Flüchtlinge erarbeitet vom Lehrstuhl für Gehörlosen- und Schwerhörigenpädagogik der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) 122

PlayOff – DIE App für Spieler

Eine App als niedrigschwellige Hilfe der Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern 123

Kinder-Koch-AG

Kinder mit und ohne Migrationshintergrund kochen gemeinsam im Schülertreff des nob Kinder- und Jugendhauses Nordostbahnhof, Nürnberg 125

Refu-Competence HIV – Strukturelle

Prävention mit geflüchteten Menschen

Ein ressourcenorientierter Ansatz des AWO-Zentrums für AIDS-Arbeit Schwaben für die HIV-Prävention im ländlichen Bereich. 126

Verbesserung der gesundheitlichen Situation wohnungsloser Männer im Haus an der Kyreinstraße	
Ärztliche Sprechstunden, Gruppenangebote und mehr, Katholischer Männerfürsorgeverein München e. V.	127
Gesundheitsregion^{plus} Erlangen-Höchstadt & Erlangen: Für ALLE in Stadt und Land	
Partizipative Methoden und intersektorale Zusammenarbeit als Ansätze zur Erreichbarkeit von Menschen in schwierigen Lebenslagen	128
Suchtprävention für russischsprachige Migranten	
Die Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen (BAS) koordiniert das Projekt für vier bayerische Träger	130
Gesunde Südstadt	
Gesundheitsförderung im Stadtteil mit hohem Anteil an sozial Benachteiligten durch das Bildungszentrum der Stadt Nürnberg	131
Kulturelle Vielfalt in Kitas	
Wie die Integration von Familien/Kindern unterschiedlicher Herkunft gelingt – Förderverein der Stiftung FREUNDE e. V.	132



Sehr geehrte Damen und Herren,

„Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“

Diesem Leitsatz der Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung entsprechend, würdigt das Bayerische Gesundheitsministerium heuer zum 14. Mal beispielgebende Aktivitäten aus Gesundheitsförderung und Prävention. Jedes der vier Siegerprojekte steht für besonderes Engagement in einem der Handlungsfelder unseres Bayerischen Präventionsplans: Gesundes Aufwachsen, gesundes Arbeiten, gesundes Älterwerden und gesundheitliche Chancengleichheit sind die zentralen Themenbereiche, in denen wir mit den zahlreichen Partnern im Bündnis für Prävention für die Gesundheit der Menschen in Bayern zusammenarbeiten.

Mit Stolz können wir dabei auf das blicken, was wir bisher erreicht haben. Landesweit gibt es eine Vielzahl von Aktivitäten unterschiedlicher Träger, nicht selten in Kooperationen, umgesetzt in den Lebenswelten und damit nah an den Menschen – zielgruppengerecht und von hoher Qualität.

Der Wettbewerb um den 14. Bayerischen Präventionspreis zeigt einen Ausschnitt davon. Die in dieser Dokumentation vorgestellten Berichte geben einen Eindruck von der Vielfalt der Themen und Maßnahmen. Wie viel Energie, Arbeit und Mühe in jedes einzelne Projekt geflossen sind, lässt sich nur erahnen. Allen Mitwirkenden möchte ich dafür meinen Dank und meine besondere Anerkennung aussprechen.

Zusammen mit den Projekten der Vorjahre, die im „Netzwerk Prävention“ des ZPG verzeichnet sind, bildet die Wettbewerbsdokumentation des Bayerischen Präventionspreises gleichsam eine Schatztruhe für Ideen, Anregungen und Kooperationsmöglichkeiten. In der Gesamtschau zeigt sich, wie breit die Basis für die Umsetzung der nationalen Präventionsstrategie im Freistaat ist. Die Zukunft liegt im Zusammenwirken: Gesundheitsförderung und Prävention sind gesamtgesellschaftliche Aufgaben, die nur im Miteinander gelingen – orientiert an dem, was die Menschen vor Ort brauchen. Ich danke allen, die sich dafür einsetzen. Für Ihre wertvolle Arbeit wünsche ich Ihnen Kraft und kreative Ideen!

Ihre

Melanie Huml MdL

Bayerische Staatsministerin
für Gesundheit und Pflege

Sehr geehrte Damen und Herren,

viele Bürgerinnen und Bürger engagieren sich in Bayern in zahlreichen Initiativen und Projekten, um die Gesundheit Einzelner und von Gruppen zu stärken und darüber hinaus die Lebenswelt gesundheitsförderlich zu gestalten.

Dies geschieht in allen Lebensbereichen und über die gesamte Lebensspanne. Die Bewerbungen um den Bayerischen Präventionspreis, den das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege und das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG) im LGL gemeinsam vergeben, zeigen dies in beeindruckender Weise. Mit dem Bayerischen Präventionspreis werden beispielhafte und herausragende Präventionsprojekte ausgezeichnet und bekannt gemacht. Der Preis fördert innovative Ideen und ihre Umsetzung und gibt Anregungen für neue Aktivitäten. Er wird seit 2002 ausgelobt und ist zu einer begehrten Auszeichnung im Freistaat geworden. Bei dieser 14. Ausschreibung hat uns die besonders hohe Zahl von 77 Projekteinreichungen und deren Qualität beeindruckt. Beworben haben sich unter anderem Städte und Kommunen, Gesundheits- und Jugendämter, Schulen, Krankenkassen, Verbände, Vereine, Einrichtungen der Seniorenarbeit, Firmen, Initiativen, Kliniken und Einzelpersonen mit ihren Projekten. Ich möchte allen Bewerbern meine Anerkennung und meinen Dank aussprechen. Sie tragen in hervorragender Weise dazu bei, dass Gesundheitsförderung und Prävention vor Ort gelebt und zu den Menschen in Bayern getragen wird.

Die Entscheidung über die Auswahl der Preisträger war nicht leicht. Aus einer großen Anzahl von sehr guten Projekten hat die Jury, angelehnt an die Handlungsfelder des Bayerischen Präventionsplans, je ein Projekt aus den Bereichen „Prävention in Familie, Kindertagesstätte und Schule“, „Prävention in Ausbildungsstätte und Betrieb“, „Prävention im Alter“ und „Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit“ zur Auszeichnung ausgewählt.



Darüber hinaus würdigt die Jury drei weitere Projekte des Wettbewerbs für besondere Leistungen mit Belobigungen für „Ernährung im Setting Schule – Beispielgebende Projekte“.

Der Bayerische Präventionspreis gibt einen guten Überblick über die aktuelle Präventionslandschaft in Bayern. Er bietet eine Plattform für Projekte, die zur Gestaltung gesunder Lebenswelten beitragen und fördert deren Vernetzung.

Die meisten Projekte sind in ein örtliches bzw. regionales Netzwerk eingebunden und tragen durch das gemeinsame Engagement der Menschen, die hinter dem Projekt stehen, zur Weiterentwicklung der Präventionskultur in Bayern bei.

Die von der Jury begutachteten Projekte des Wettbewerbs werden in dieser Dokumentation vorgestellt. Zugleich werden sie aufgenommen ins „Netzwerk Prävention“, einer landesweiten Projektdatenbank des ZPG. Mit rund 700 Projektberichten ist sie schon heute ein wertvolles Register für alle, die Präventionspläne schmieden, Anknüpfungspunkte oder Kooperationspartner suchen und Erfahrungen austauschen möchten.

Ich hoffe, die Dokumentation kann Ihnen wertvolle Hinweise und Anregungen für Ihre Arbeit geben.

Dr. Andreas Zapf

Präsident des Bayerischen Landesamtes
für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit

**14. Bayerischer
Präventionspreis
Ausgezeichnete und
belobigte Projekte**

1



Die Preisträger

Kategorie „Prävention in Familie, Kindertagesstätte und Schule“

Kinderleicht – Unterstützung für Kinder und Jugendliche von psychisch- oder suchtblasteten Eltern

Caritas Fachambulanz Garmisch-Partenkirchen

Kategorie „Prävention in Ausbildungsstätte und Betrieb“

Ein Seniorenzentrum gerät in Bewegung – Gesundheitschallenge 2016

Ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Beschäftigten und Bewohnern des Seniorenzentrums der Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH

Kategorie „Prävention im Alter“

Offener Frühstücks-Treff „Gut für die Seele“ – Ein Angebot der Beratungsstelle „Ruhepunkt“ des Krisendienstes Mittelfranken

Beratung und Begleitung für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen in Nürnberg durch den Förderverein ambulante Krisenhilfe e. V.

Kategorie „Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit“

Insel Delfina

Augsburger Kinder verbringen Ferienzeiten bei Gastfamilien im ländlichen Raum - Amt für Kinder, Jugend und Familie Augsburg

Belobigungen

Belobigung für Ernährung im Setting Schule – Beispielgebende Projekte

Willkommen im Frühstücksclub

Erziehung zu einer gesunden Lebensweise an der Grund- und Mittelschule Salzweg

Coaching Schulverpflegung – Individuelle Unterstützung zum Erfolg

Individuelle Beratung zum Thema Schulverpflegung durch externe Ernährungsfachkräfte –
Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

GEMS – Gut essen – mehr Sport

Ein Gesundheitsprogramm für Kinder und Jugendliche der Ludwig-Thoma-Realschule München

**Prävention in
Familie, Kindertagesstätte
und Schule**

2





Preisträger

Kinderleicht – Unterstützung für Kinder und Jugendliche von psychisch- oder suchtblasteten Eltern

Susanne Härtl, Caritas Fachambulanz Garmisch-Partenkirchen

Psychische Erkrankungen und Suchtprobleme sind in Familien keine seltenen Phänomene. In Deutschland leben mehrere Millionen Kinder zeitweise oder dauerhaft mit Vätern oder Müttern zusammen, die unter psychischen Erkrankungen oder Suchtproblemen leiden. Die betroffenen Kinder wachsen unter verschiedenen Belastungen wie Ängsten, Scham- und Schuldgefühlen auf. Diese Kinder sind dadurch nachweislich gefährdet, selbst sucht- oder psychisch krank zu werden.

Im Landkreis Garmisch-Partenkirchen leben konservativen Schätzungen zufolge ca. 7.500 betroffene Kinder. Um diese Kinder bei der Bewältigung ihrer schwierigen Lebensumstände zu unterstützen, implementierte die Caritas Garmisch-Partenkirchen das Präventivangebot „Kinderleicht“.

Dadurch wurde eine große Versorgungslücke im Landkreis geschlossen.

Ziele

Wir unterstützen die betroffenen Kinder und Jugendlichen so früh und dauerhaft wie möglich, damit sie eine gesunde Entwicklung trotz der schwierigen Umstände nehmen können. Wir versuchen, Risikofaktoren zu minimieren und vor allen Dingen die Resilienz der Kinder zu stärken: Damit sie stark sind für ihre Zukunft und nicht die gleiche Krankheit wie ihre Eltern entwickeln.

Um diese Ziele zu erreichen, sprechen wir mit dem Angebot „Kinderleicht“ drei Zielgruppen an:

1. Kinder, Jugendliche und deren Eltern
2. Fachkräfte
3. Öffentlichkeit

Umsetzung

Nach der Projektphase von Herbst 2009 bis Frühjahr 2013 wird das Angebot seit Mitte 2015 regelfinanziert. Für das Angebot stehen 13 Psychologiestunden wöchentlich zur Verfügung. Wir bieten seitdem regelmäßig folgende Angebote an, die auf die drei verschiedenen Zielgruppen abgestimmt sind:

- Durchführung von Kindergruppen (Inhalte: Psychoedukative Aufklärung, Stärkung des Selbstwertgefühls, Umgang mit Emotionen ...; mittels verschiedener Methoden, z. B. Basteln, Malen, Quizspiele, kindgerechte Bücher zur Thematik ...)
- begleitende Elternarbeit
- Einzelberatung für Kinder und Eltern
- Freizeit- und Kreativangebote für Kinder und Jugendliche (z. B. Bouldern, Schlittenfahren, Schneeschuhwandern, Spielenachmittag, ...)
- Präventionsmaßnahmen in Schulen (für 7. und 8. Klassen)
- Beratung und Fortbildungen für Erzieher, Lehrer und verwandte Berufsgruppen
- regelmäßige Fachvorträge für regionale Fachkräfte und Interessierte
- enge Vernetzung mit den regionalen sozialen Einrichtungen
- öffentlichkeitswirksame Aktionen (z. B. Zeitungsartikel, Kinofilmvorführung, Fachvorträge, ...)

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

2016 haben wir 13 Familien mit insgesamt 17 Kindern betreut. Die Angebote für die regionalen Fachkräfte wurden stets gut besucht und auch die öffentlichkeitswirksamen Aktionen stießen auf reges Interesse und positives Feedback. Dies wird in einem Jahresbericht dokumentiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Von Oktober 2009 bis März 2013 war „Kinderleicht“ ein Interregprojekt (gemeinsam mit der Caritas Tirol). Von April 2013 bis Juni 2015 wurde es im Rahmen des Angebots der Caritas Fachambulanz durchgeführt. Seit Juli 2015 wird „Kinderleicht“ vom Amt für Kinder, Jugend und Familie des Landkreises Garmisch-Partenkirchen gefördert. Die freizeitpädagogischen Aktionen werden hauptsächlich über Spendengelder finanziert (Rotary Club, Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen).

Kommentar aus dem Projekt

„Während der Fortbildungen für Fachkräfte, an denen viele Erzieher und Lehrer teilnehmen, wird immer wieder die Hilflosigkeit und Unsicherheit im Umgang mit der heiklen Problematik deutlich. In den meisten Familien wird nicht über die Suchterkrankung gesprochen. Und schon gar nicht sollte diese Problematik nach außen dringen. Dennoch gibt es in der Gesellschaft zu wenig Verständnis und Akzeptanz für psychische Erkrankungen, besonders Suchterkrankungen. Immer noch sind viele Menschen der Meinung, bei einem Alkoholproblem handele es sich um eine moralische Schwäche. Wenn dann auch noch Kinder in der Familie sind, kommt die Angst der Eltern vor dem Verlust der Kinder hinzu.

Diese Ängste vor Stigmatisierung, aber vor allem auch Scham- und Schuldgefühle hindern viele Menschen daran, sich Hilfe für sich und – noch schwieriger – für ihre Kinder zu holen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Deshalb versuchen wir stets mit unserem Präventionsangebot „Kinderleicht“ diese großen Hürden zu überwinden und die Öffentlichkeit über psychische Erkrankungen aufzuklären, um die Enttabuisierung voranzutreiben. Wir schulen die Fachkräfte, die täglich mit Familien und Kindern arbeiten, damit sie die betroffenen Kinder möglichst gut unterstützen können. Wir versuchen, die betroffenen Kinder und Eltern, die sich bei uns anmelden, frühzeitig zu unterstützen, um sie für ihr Leben stark zu machen.“

Kontakt

Caritas Fachambulanz Garmisch-Partenkirchen
Ansprechpartnerinnen:
Susanne Härtl, Theresa Böddeker
Dompfaffstraße 1, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon: 08821-9434-830
E-Mail: fachambulanz-gap@caritasmuenchen.de
www.caritas-gap.de/



Belobigung

Willkommen im Frühstücksclub

Erziehung zu einer gesunden Lebensweise an der Grund- und Mittelschule Salzweg

Im Rahmen der Leitbildumsetzung der Grund- und Mittelschule Salzweg sollen Schüler zu einer gesunden Lebensweise erzogen werden. Da viele Kinder und Jugendliche ohne Frühstück an die Schule kommen, richtete der Projektträger ein wöchentliches Schulfrühstück und verschiedene Möglichkeiten ein, gesunde Lebensmittel kennenzulernen.

Ziele

Schülern soll durch das Angebot eines gesunden Frühstücks in Form einer Müslibar ein optimaler Start in den Schulvormittag ermöglicht werden. Eine selbstbestimmte Auswahl der regionalen, saisonalen Bioprodukte steht im Mittelpunkt. Die Organisation soll dabei weitgehend in die Verantwortung der Schüler gelegt sein. Das gemeinsame Frühstück soll Begegnungen in der Schulfamilie fördern.

Umsetzung

Zur Umsetzung wurde 2011 eine Schülerfirma mit Schülern aus der 6. – 9. Klasse gegründet, die seit September 2016 durch eine Arbeitsgemeinschaft Frühstücksclub weitergeführt wird.

- Die Schüler wurden durch einen Ernährungscoach, im Fachunterricht sowie in der Nachmittags-AG in den Bereichen Ernährungswissen, Hygiene, Einkauf, Marketing, Finanzen, Firmenstruktur und Service trainiert. Sie arbeiten möglichst selbstverantwortlich.
- Jeden Donnerstag wird vor dem Unterricht eine Müslibar mit frischem Obst und Milchprodukten, selbst zubereiteten Gemüsesticks und Smoothies angeboten.
- Eine Projektleitung unterstützt, berät und reflektiert das Vorhaben mit den Schülern.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Am Schulfrühstück nehmen wöchentlich zwischen 40 und 50 Schüler, Lehrer und Eltern teil. Die Vorbildfunktion von Erwachsenen für ein gesundes Frühstück konnte so gesteigert werden. Das Ernährungswissen der Schüler hat sich laut Projektträger deutlich

verbessert, dies kann im Unterrichtsgespräch immer wieder festgestellt werden. Durch die Arbeit in einer Schülerfirma/ im Frühstücksclub frühstücken auch ältere Schüler. Die soziale Gesundheitsförderung durch gemeinsames Essen und einen ungezwungenen Tagesbeginn wird im freundlichen Umgang miteinander deutlich. Die Qualitätssicherung wird durch regelmäßige Teambesprechungen mit Reflexionen und Verbesserungsmaßnahmen erreicht. Dazu kommen Ernährungs- und Einkaufstrainings im Fachunterricht und durch externe Experten.

Besprechungsergebnisse werden schriftlich festgehalten und Zwischenbilanzen erstellt. Elternbeiträge und Lehrerkollegium werden in Konferenzen, auf Plakaten und auf der Schulhomepage informiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt Schulfrühstück gibt es seit September 2011 ohne Unterbrechung, bis Juli 2016 organisierten es Schülerfirmen („Power Class“ und „Früh2go“), seit September 2016 der „Frühstücksclub“. Etwa 50 Jugendliche waren als Schülerfirmenmitglieder beteiligt. Im Frühstücksclub arbeiten derzeit 8 Schüler aus verschiedenen Klassen. Die Finanzierung erfolgt über Spenden örtlicher Firmen, der Gemeinde und des Fördervereins. Die Frühstücksteilnehmer bezahlen einen Euro, Erwachsene zwei Euro. Die Schüler bessern die Kasse durch den Verkauf von Smoothies, „Powermuffins“, „Müsli2go“ oder ein Catering für eine Schulveranstaltung auf. Die Schülerfirma hat ein eigenes Bankkonto verwaltet.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

„Unsere Schüler können gesund in den Schulvormittag starten, Eltern erleben Schule als Ort der Gemeinschaft, Lehrer können ungezwungen mit Schülern und Eltern ins Gespräch kommen, Schüler, die das Frühstück zubereiten, erleben einen enormen Zugeschmack an Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein. [...] Das Schulfrühstück hat sich als großer Gewinn für die Gesundheitserziehung an unserer Schule herausgestellt und etabliert.“

Kontakt

Grund- und Mittelschule Salzweg
Ansprechpartnerinnen: Susanne Bulicek, Maria Ilg
Otto-Bohnert-Straße 5, 94121 Salzweg
Telefon: 0851-490220
E-Mail: susan@bulicek.de
www.vs-salzweg.de



Belobigung

Coaching Schulverpflegung – Individuelle Unterstützung zum Erfolg

Individuelle Beratung zum Thema Schulverpflegung

durch externe Ernährungsfachkräfte – Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Mit dem Ausbau von Ganztagschulen gewinnt die Schulverpflegung immer mehr an Bedeutung. Doch das Speisenangebot ist verbesserungsfähig, die Geräuschkulisse in der Mensa häufig laut und es mangelt oft an Gemütlichkeit. Zur Verbesserung der Schulverpflegung bedarf es eines ganzheitlichen Ansatzes, der sowohl ein gesundheitsförderliches Speisenangebot als auch weitere Akzeptanzfaktoren im Blick hat.

Ziel

Ziel des Projekts ist es, bayerische Schulen durch individuelle Betreuung dabei zu unterstützen, ihre Mittags- oder Zwischenverpflegung gesundheitsförderlich, schmackhaft, akzeptiert und wirtschaftlich zu gestalten.

Umsetzung

Externe Ernährungsfachkräfte, so genannte Schulverpflegungs-Coaches, unterstützen die Schulen vor Ort während eines Schuljahres. Verpflichtender Bestandteil zu Beginn des Coachings aber auch am Ende ist die Durchführung einer Qualitätsbeurteilung der Mittags- bzw. der Zwischenverpflegung. Basis für die Beurteilung der Speisenqualität ist der Qualitätsstandard für die Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE). Konkrete Schritte:

- Schulverpflegungs-Coaches erarbeiten mit den Schulen auf Basis einer zu Beginn durchgeführten Ist-Analyse schulspezifische Ziele zur Verbesserung der Mittags- oder Zwischenverpflegung,

- gestalten mit ihnen ein individuelles Lösungskonzept und
- unterstützen bei dessen Umsetzung.

Im Schuljahr 2014/2015 unterstützten externe Coaches 35 bayerische Schulen bei der Verbesserung der Mittagsverpflegung. Die meisten Zielsetzungen betrafen die Bereiche Speiseplanung, Raumgestaltung und Lebensraum Schule. Zum Abschluss des Coaching-Jahres 2014/2015 wurden über 90 Prozent der eingangs definierten Ziele vollends oder teilweise erreicht. Der Vorher-Nachher-Vergleich der Speisepläne zeigt, dass sich vor allem das Angebot an Rohkost und Salat, Obst, Fleisch und Fleischerzeugnissen zum Positiven veränderte.

306 Schulen nahmen bereits teil. Im Schuljahr 2014/2015 wurden insgesamt 44 Schulen gecoacht und damit insgesamt etwa 22.640 Schüler erreicht.

Für das Coaching bereitet die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern (VSB) Schulungsunterlagen auf, stellt standardisierte Tools zur Verfügung und unterstützt die Coaches bei ihrer Arbeit vor Ort. Das Coaching wird kontinuierlich dokumentiert und hinsichtlich der Zielerreichung und Verbesserung des Verpflegungsangebots durch die VSB intern evaluiert.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Coaching Schulverpflegung wird seit dem Schuljahr 2009/2010 angeboten. Die Kosten übernimmt die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern im Ressort des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Kommentar aus dem Projekt

„Den relevanten Akteuren sollte ermöglicht werden, Einfluss zu nehmen, Ideen einzubringen, Bedenken zu äußern und an Entscheidungen mitzuwirken. So werden eine hohe Akzeptanz der Schulverpflegung und damit auch der Erfolg sichergestellt. Deshalb erachtet es die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern als sinnvoll, dass die Schulen unter Einbindung aller Beteiligten ihre Ziele nach ihren

Prioritäten setzen und individuelle Lösungskonzepte entwickeln können. Aus Sicht der Vernetzungsstelle ist der große Erfolg des Projekts darauf zurückzuführen, dass die Ziele an den Bedürfnissen der Schulen individuell ausgerichtet werden.“

Kontakt

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern
Ansprechpartnerinnen:
Simone Schätzke, Susanne Dobelke
Hofer Straße 20, 95326 Kulmbach
Telefon: 09221-40782-48
E-Mail: schulverpflegung@kern.bayern.de
www.schulverpflegung.bayern.de/mittagsverpflegung/



Belobigung

GEMS – Gut essen – mehr Sport

Ein Gesundheitsprogramm für Kinder und Jugendliche der Ludwig-Thoma-Realschule München

„GEMS“ (Gut essen – mehr Sport) ist ein Gesundheitsprogramm für Kinder und Jugendliche, das fest im Schulprofil „Gesunde Ernährung und Bewegung!“ an der Ludwig-Thoma-Realschule (LTR) verankert ist. Viele Schüler der Schule haben Defizite bei den koordinativen und konditionellen Fertigkeiten. Darüber hinaus sind einige Kinder übergewichtig, neigen zu einseitiger Ernährung und Konzentrationschwäche. Durch das „GEMS“-Konzept werden diese Defizite gemildert bzw. ihnen vorgebeugt.

Ziele

Die Schüler erkennen den positiven Zusammenhang von gesunder Ernährung und Möglichkeiten der körperlichen Bewegung. Durch ein bewussteres Ernährungsverhalten verbessern sie ihre Konzentration und ihre schulischen Leistungen. Praxisnah werden Sport und genussvolles Essen umgesetzt. Das Interesse für außerschulische Sportarten und Sportstätten wird geweckt.

Umsetzung

In den Klassen 5 – 9 findet zweimal im Schuljahr eine „GEMS“-Woche statt.

- Während dieser Zeit gehen die Schüler an zwei Unterrichtstagen in außerschulische Sportstätten (z. B. Klettern, Wakeboarden, Eislaufen, Turmspringen) und sammeln dort zumeist neue Bewegungserfahrungen.
- In den zwei übrigen Tagen planen und bereiten sie variiert je nach Altersstufe ein gesundheitlich ausgewogenes Menü zu, welches sie anschließend gemeinschaftlich verspeisen.
- Großer Wert wird dabei auf die Verbindung von Theorie und Praxis gelegt. So findet im Bereich Ernährung eine Zusammenarbeit zwischen der Berufsfachschule (BFS) für Diätetik (= tätig in der Schulmensa), Fachlehrkräften und den Kindern statt. Gemeinsam werden Mahlzeiten nach ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten geplant, eingekauft und zubereitet.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Das „GEMS“-Projekt wurde zum Gesundheitsprogramm an der LTR. Neben dem Unterricht in Haushalt und Ernährung und der BFS für Diätetik, die unsere Schulmensa betreut (Praktikumsmensa), hat der Projektträger durch „GEMS“ eine Schule mit dem Profil „Gesunde Ernährung und Bewegung“ geschaffen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Die Schüler freuen sich auf die „GEMS“-Wochen und planen eifrig mit. Die Schule ermöglicht den Schülern täglich eine ausgewogene Mahlzeit, ein abwechslungsreiches Frühstück und Spaß und Genuss beim eigenen Zubereiten von Speisen. Sportausflüge bringen den Ausgleich zum Schul- und Lernalltag.

Momentan hat die LTR 582 Schüler; es wird eine zweite Küche benötigt, weshalb dieses Jahr kein „GEMS“ für die 10. Klassen angeboten werden kann. Der Projektträger hofft, dass nächstes Schuljahr wieder alle mitmachen können. Momentan wird „GEMS“ für ca. 520 Schüler angeboten.

Von 2011 bis 2013 erfolgte eine Evaluation durch JuvenTUM (TU München). Im Schuljahr 2016/2017 wurde eine „GEMS“ AG mit mehreren Beteiligten der Lehrerschaft gegründet, mit dem Ziel eine fächerübergreifende Verbindung mit „GEMS“ zu installieren. Des Weiteren sind freiwillige und anonyme gesundheitliche Kontrollen z. B. in Form von Körperfettmessung und Ernährungsberatungen durch die BFS für Diätetik geplant.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das „GEMS“-Projekt wurde 2005/2006 gegründet und dann auf alle Klassen ausgeweitet. Die Schüler bezahlen je nach Jahrgangsstufe einen geringen Jahresbeitrag. Außerdem erhält der Projektträger eine Förderung vom Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München. Für das Schulfrühstück und das Menssaessen fallen gesonderte Kosten an.

Kommentar aus dem Projekt

„Wir bieten jetzt das Fach Haushalt und Ernährung auch schon in den 5. Jahrgangsstufen an, so dass mit dem Ernährungsprogramm „GEMS“ ein fundiertes Ernährungsbewusstsein geschaffen wird. Auch in der Mittagspause ist durch das Wahlfach ‚Schulcafeteria‘ die Schulküche ständig besucht.“

Kontakt

Städtische Ludwig-Thoma-Realschule (LTR)
Ansprechpartnerin: Christina Pfeiffer
Fehwiesenstraße 118, 81673 München
Telefon: 089-4363050
E-Mail: ludwig-thoma-realschule@muenchen.de
www.elteer.musin.de/ernaehr.php

WhatsApp – Was tun?

Ein präventives Klassenprojekt zum Jugendmedienschutz vom Arbeitskreis Medien im Landkreis Miltenberg

In Schulen kommt es immer wieder zu problematischen Situationen bei der Nutzung von Smartphones und Internetanwendungen. Oft werden Konflikte, die in oder durch Messenger wie WhatsApp außerhalb der Schule entstehen in der Schule zum Thema. Genauso finden „reale“ Konflikte in den Anwendungen der Smartphones außerhalb der Schule ihre Fortsetzung. Schüler werden im Idealfall von ihren Eltern und der Schule auf mögliche „Gefahren“ durch die Nutzung von internetbasierten, sozialen Netzwerken aufmerksam gemacht, sind aber in der konkreten Situation oft überfordert.

Ziele

Kinder und Jugendliche sollen mit belastenden Situationen in sozialen Netzwerken besser umgehen können und dafür hilfreiche Denk- und Handlungsstrategien erlernen. Zielgruppe sind Schüler der 5. bis 8. Klassen weiterführender Schulen sowie deren Klassenleitungen.

Umsetzung

Das Projekt beschränkt sich vorrangig auf den Messenger-Dienst „WhatsApp“, da dieser bei der Zielgruppe die meiste Verbreitung hat und durch dessen Nutzung die meisten problematischen Situationen entstehen. Erfahrungen aus einem Vorgängerprojekt flossen in die Erstellung und Umsetzung von „WhatsApp – Was tun?“ mit ein: Es wurden Beschreibungen problematischer Situationen gesammelt und digital in einer Quiz-typischen Aufmachung präsentiert. Die Themen sind: Mobbing, Erpressung, Nötigung, Verletzung von Persönlichkeitsrechten, Sexting, Stalking, Kettenbriefe, Umgang mit jugendgefährdenden Inhalten, Zivilcourage, Häufigkeit der Mediennutzung. Die Datei ist in einem Tabellen-Programm erstellt, damit sie auf nahezu allen Rechnern in Schulen funktioniert. Die Schüler wählen eine Zahl, hinter der sich eine Situation verbirgt. Gemeinsam wird besprochen, wie mit der Situation am besten umzugehen wäre. Erfahrungen werden ausgetauscht, Wissen erweitert, Denk- und Handlungsstrategien besprochen und Möglichkeiten erörtert, wer wie wann helfen könnte. Die Maßnahme wird begleitet durch einen externen

Moderator, der wenig oder kein Fachwissen mitbringen muss. Die Schüler sind die Experten (Peer-to-Peer-Ansatz). Das Projekt findet in zwei Schulstunden in den Klassen 5 bis 8 statt. Der Klassenleiter ist als Beobachter mit im Raum.

Aufgrund der relativ kurzen Laufzeit liegen noch keine konkreten Ergebnisse vor. Die Rückmeldung der Klassenleiter im Anschluss an das Projekt ist laut Projektträger immer sehr positiv. Klassenleiter bearbeiten das Thema weiterhin im Rahmen von „Klassenstunden“. Damit ist für Nachhaltigkeit gesorgt. Jugendsozialarbeiter an den Schulen intervenieren, wenn es zu problematischen Situationen im Umgang mit Medien an Schulen kommt und bemerken auch, wenn sich der Bedarf an der Schule verändert. Der AK Medien steht mit den Jugendsozialarbeitern in regelmäßigem, fachlichen Austausch. Bisher wurden ca. 125 Schüler der Jahrgangsstufen 5, 7 und 8 erreicht.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wurde im Sommer 2016 erstmals getestet. Nach einigen kleineren Modifikationen, wurde es seit dem Schuljahr 2016/2017 an (bisher) vier Mittelschulen im Landkreis Miltenberg durchgeführt. Arbeitszeitliche Ressourcen werden durch die kommunale und präventive Jugendarbeit des Landratsamtes Miltenberg, sowie durch den medienpädagogisch-informationstechnischen Berater des Schulamtes Miltenberg im Rahmen des Arbeitsauftrags erbracht. Die minimalen Druckkosten trägt das LRA Miltenberg.

Kommentar aus dem Projekt

„Angebotene Denk- und Handlungsstrategien werden eher von Menschen angenommen, die (gefühl) auf dem gleichen Wissens- und Erfahrungslevel sind. Schüler bilden sich dadurch informell untereinander und sind eine wichtige Sozialisationsinstanz.“

Kontakt

Arbeitskreis Medien im Landkreis Miltenberg
Ansprechpartner: Stefan Adams
Amt für Kinder, Jugend und Familie, SB 223
Brückenstraße 2, 63897 Miltenberg
Telefon: 09371-501-215
E-Mail: stefan.adams@lra-mil.de
www.medienwart.de

Kulmbacher Bierkultur – zwischen Verantwortung und Genuss

Interdisziplinäres Verantwortungsseminar der Kulmbacher Brauerei

für 10. Klassen im Museumspädagogischen Zentrum des Bayerischen Brauereimuseums

Die Kulmbacher Brauerei unterstützt seit Jahren die Kampagne „Bier bewusst genießen“ der Deutschen Brauer und übernimmt Verantwortung gerade auch gegenüber Jugendlichen. Die Kampagnen „Kein Bier für unter 16-Jährige“ und „Alkohol? Kenn dein Limit!“ sind Anlass, sich auf eigene Weise mit Kooperationspartnern noch aktiver für Aufklärung und Prävention im Umgang mit Bier einzusetzen.

Ziele

Schüler ab 16 Jahren und ihre Lehrkräfte sollen für verantwortlichen Bierkonsum sensibilisiert werden. Sie lernen im Rahmen eines eintägigen Seminars die medizinischen, pädagogischen und rechtlichen Aspekte des Umgangs mit Bier kennen.

Umsetzung

Die Kulmbacher Brauerei lädt Schüler der 10. Klassen und deren Lehrer zum Verantwortungsseminar ein.

- Mitarbeiter referieren zur Kulmbacher Bierkultur und -geschichte
- der Braumeister der Gläsernen Brauerei erklärt, wie Bier gebraut wird
- Mitarbeiter des Landratsamtes Kulmbach und des Kreisjugendrings gehen in Workshops auf das Jugendschutzgesetz und auf psychosoziale Folgen des übermäßigen Alkoholkonsums ein
- Schüler entwickeln eine Werbekampagne für alkoholfreie Drinks
- das Tragen einer „Rauschbrille“ simuliert die Wirkung übermäßigen Alkoholkonsums
- Ärzte des Landkreises Kulmbach klären über die medizinischen Folgen übermäßigen Alkoholkonsums auf

Bisher wurden 1.500 Schüler und Lehrer erreicht.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Seit Beginn des Projekts im Oktober 2014 finden regelmäßige Seminare im Jahresablauf statt. Die personellen Ressourcen stellen die Kulmbacher Brauerei, das Landratsamt Kulmbach/der Kreisjugendring und das Bayerische Brauereimuseum mit dem „Museumspädagogischen Zentrum“. Finanziert wird das Projekt hauptsächlich von der Kulmbacher Brauerei. Das Rotary Club Hilfswerk Kulmbach ist wichtiger Mitfinanzierer.

Kommentar aus dem Projekt

Die Kulmbacher Brauerei: „Kein Schüler der weiterführenden Schulen soll Kulmbach verlassen, ohne fundiert über Verantwortung im Umgang mit Bier sprechen zu können.“

Dr. Dieter Weiß, Amtsarzt im Landratsamt Kulmbach: „In den (...) Seminaren konnte ich eine aufgeweckte und verantwortungsbewusste Generation kennenlernen, die sehr an unseren Themenbereichen interessiert ist.“

Sabine Rotter, Landratsamt Kulmbach – Staatliches Gesundheitsamt: „Wir bekommen von den Schülern immer sehr positive Rückmeldungen dafür, dass wir den Mitmachparcours „Alkohol? Kenn dein Limit!“ interessant und interaktiv gestalten.“

Kontakt

Kulmbacher Brauerei Aktiengesellschaft
Ansprechpartnerin: Dr. Helga Metzel
Lichtenfelser Straße, 95326 Kulmbach
Telefon: 09221-705-375
E-Mail: helga.metzel@kulmbacher.de
www.kulmbacher.de/de/klbag/013/aktuell_alle.php

ANTI-DROGEN-LIVE-KONZERT

„Seid stark und sagt NEIN“ zu Drogen und Sucht

Suchtprävention mit Information und Emotion für Schüler

der 5. bis 7. Klasse durch den Verein Sucht- und Drogenprävention Oberfranken e. V.

Der Bewerber beobachtete als Hausmeister einer Grund- und Hauptschule, wie leicht Jugendliche in Suchtverhalten (Zigaretten und Alkohol) abrutschen. Für seinen Ruhestand hat er ein Konzept erarbeitet, um Schülern Suchtprävention nahe zu bringen.

Ziele

Schüler sollen in ihrem Selbstbewusstsein gestärkt werden, um besser „Nein“ sagen zu können. Spaß und Begeisterung sollen durch Songs und eigene Mitarbeit bei den Jugendlichen in einem zugewandten und wohlwollenden Umfeld erzeugt werden. In diesem Rahmen sollen zwanglos Informationen über die Gefahren der Sucht transportiert werden.

Umsetzung

Der Verein Sucht- und Drogenprävention Oberfranken e. V. organisiert Live-Konzerte

- an Schulen, auf Vereinsfesten, bei Veranstaltungen
- für Schüler der 5. bis 7. Klasse in Haupt-, Mittel-, Förder-, Real-, Montessori-Schulen und Gymnasien
- Dauer ca. 2 Stunden
- selbst geschriebene Songs über „Freundschaft“, „Raucher“, „Trinker“, „Sucht“ und „Tod“ werden präsentiert
- Wissen und Informationen über Drogen, Rauchen und Sucht werden vermittelt
- Wissensquiz mit Preisverleih

Weitere Aktionen des Vereins:

- Unterstützung von Drogenkontaktlehrern
- Unterstützung von anderen Projekten zur Suchtprävention
- Verbreitung von Aufklärungsinformationen wie eigene CDs, Plakate, T-Shirts
- Posterausstellung in Schulen und Banken mit 18 Postern

Seit 2005 wurden 350 Schulen mit 2.416 Schulklassen und 65.600 Schülern erreicht.

2008 war das Projekt nominiert beim Wettbewerb „Familienfreundliches Oberfranken“.

Im Oktober 2016 überreichte Staatsministerin Melanie Huml die Bayerische Staatsmedaille für Verdienste um Gesundheit und Pflege.

Die Universität Augsburg befragte 100 Schüler an einer oberfränkischen Schule im Rahmen einer Bachelorarbeit, ob das Interesse an der Auseinandersetzung mit dem Thema Drogen und das empfundene eigene Wissen durch das ANTI-DROGEN-LIVE-KONZERT zugenommen hatte.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das ANTI-DROGEN-LIVE-KONZERT gibt es seit 2005. Die Vereinsmitglieder bringen sich ehrenamtlich ein. 2006 und 2007 erfolgten Zuwendungen und Zuschüsse durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz und die Oberfrankenstiftung (25 % der Veranstaltungskosten). Hinzu kamen Spenden und Bußgeldzuwendungen.

Kommentar aus dem Projekt

Dieter Breivogel:

„Nur durch Vorbilder und Anstrengungen von Menschen (...) lässt sich etwas verändern.“

Nordbayerischer Kurier:

„Musikalischer Kreuzzug gegen Drogen.“

Kontakt

Sucht- und Drogenprävention Oberfranken e. V.
Ansprechpartner: Dieter Breivogel
Gustav-Adolf-Str. 24, 95326 Kulmbach
Telefon: 0151-1751-8543 oder 09221-6071-60
E-Mail: vorstand@sdo-oberfranken.de
www.sdo-oberfranken.de
Poster: www.flickr.com/photos/sdooberfranken/

Medientage 2016

Medienkompetenz für Jugendliche – Ein Projekt des Landratsamts Haßberge

An den „neuen Medien“ kommt niemand mehr vorbei. Da es laut Projektträger unmöglich war, alle Anfragen nach Vorträgen/Projekten im Landkreis abzudecken, entstand die Idee der „Medientage“. Im November 2016 konnten die „Medientage“ erstmals in Kooperation von Kommunalen Jugendarbeit und Gesundheitsregion^{plus} stattfinden – inhaltlich passend zum Jahresschwerpunkt 2015/2016 „psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“.

Ziele

In drei Tagen werden drei Zielgruppen mit nahezu identischen Schwerpunktthemen erreicht. Ein Ziel war es in diesem Jahr, die Themen „Medienkompetenz“ und „Cybermobbing“ in die Öffentlichkeit zu tragen. Ein weiteres Ziel war, dass sich Fachkräfte, Eltern und Schüler gleichermaßen mit „Medienkompetenz“, „Cybermobbing“ sowie der eigenen Mediennutzung auseinandersetzen.

Umsetzung

- Fachtag: Vorträge und Workshops für Haupt- und Ehrenamtliche in der Kinder- und Jugendarbeit aus ganz Unterfranken
- Elternvortrag: Vortrag der Stiftung Medienpädagogik für Eltern und andere Interessierte mit Schwerpunkt „Cybermobbing“
- Schülertage: Jeder Schüler besuchte einen Workshop und das gemeinsame Theaterstück. Schulklassen aus dem ganzen Landkreis konnten sich für die Teilnahme an den Medientagen bewerben. Jeder Schüler konnte im Vorfeld mit der Bewerbung zwei Workshops auswählen, die ihn am meisten interessieren (Partizipation der Teilnehmer).

Der Fachtag verstand sich als Plattform für Vernetzung, Austausch, Information und Diskussion, neue Ideen und Anregungen zur praktischen Arbeit und für die Auseinandersetzung mit den „neuen Medien“. Der Wunsch nach regelmäßigen Fachtagen wurde laut Projektträger geäußert. Der Elternvortrag präsentierte Hintergrundinformationen zur Mediennutzung der Kinder, regte zum Hinterfragen der alltäglichen

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

eigenen Mediennutzung an und zeigte Hilfsmöglichkeiten auf. Für die Schülertage herrschte große Nachfrage, so dass Klassen abgesagt werden musste, welche sich jedoch gleich für die nächsten Medientage vormerken ließen.

Alle drei Zielgruppen beschäftigten sich mit nahezu denselben Themen und erhielten ein Update ihres (Medien-)Wissens.

Der Fachtag zählte 18 Teilnehmer aus ganz Unterfranken, während der Elternvortrag von 20 Teilnehmern aus dem Landkreis Haßberge (Referent Stiftung Medienpädagogik) besucht wurde. Knapp 500 Schüler, Lehrer und Schulsozialarbeiter nahmen an den Schülertagen teil. Alle Teilnehmer des Fachtags, die Referenten von Fach- und Schülertagen sowie ein Teil der Schüler und Lehrer haben Feedbackzettel ausgefüllt. Einzelne Lehrer und Schulsozialarbeiter gaben persönlich oder per Mail Lob und Kritik ab. Beim Elternvortrag konnten sich Interessierte für weitere/andere Vorträge im Bereich Medien oder Sucht oder mit eigenen Themenvorschlägen in Listen eintragen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Medientage fanden vom 08. bis zum 10. November 2016 statt. Anfang 2018 wird es laut Projektträger wieder „Medientage“ geben. Sie sollen dann jährlich oder im zweijährigen Rhythmus, mit wechselnden Themenschwerpunkten und gegebenenfalls wechselnden Altersstufen stattfinden.

Die Hauptfinanzierung lief über das Kreisjugendamt bzw. die Kommunale Jugendarbeit im Landkreis Haßberge. Von der Regierung von Unterfranken und der Sparkassenstiftung erhielten die „Medientage 2016“ finanzielle Zuschüsse. Der Bezirk Unterfranken vergünstigte die Kosten für die Veranstaltungsräume (Schüttbau Rügheim).

Kommentar aus dem Projekt

„Wider blindes Vertrauen ins Internet und für Verantwortungsbewusstsein und Weitsicht im Umgang mit den Medien: Dafür stehen die ersten Medientage im Landkreis Haßberge.“

Kontakt

Landratsamt Haßberge
Ansprechpartnerin: Eva Pfeil
Kommunale Jugendarbeit/Gesundheitsregion^{plus}
Promenade 5, 97437 Haßfurt
Telefon: 09521-951-686
E-Mail: eva.pfeil@landratsamt-hassberge.de
www.hassberge.de/1544.html

Internationale Kochabende

Familien kochen gemeinsam im Familienzentrum Neulichtenhof in Nürnberg

Das Familienzentrum hat einen Bildungsauftrag. Dieses Projekt wurde entwickelt, um das Thema der ausgewogenen Ernährung den Eltern näher zu bringen.

Ziele

Mit den Eltern wird über ausgewogene Ernährung gesprochen und ihnen werden gesunde Alternativen aufgezeigt.

Umsetzung

- gemeinsame Zubereitung von Speisen ca. einmal im Monat
- jedes Mal wird ein Thema gewählt (z. B. Herbst, die vegetarische Küche oder ein Land)
- Eltern arbeiten gemeinsam und erhalten Tipps vom Personal

Das Projekt kann eine anhaltende Teilnehmerzahl und die Änderung des Ess- und Kochverhaltens der Eltern verzeichnen. Pro Abend kommen zwischen 5 und 20 Personen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft seit September 2015 und wird vom Personal des Familienzentrums umgesetzt, das auch die Lebensmittel finanziert.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Kollegen berichteten über eine ausgelassene Stimmung und viel Gelächter beim Zubereiten der Speisen. Interessant war zu beobachten, wie unterschiedlich die Eltern Lebensmittel zubereiten und kochen. (...) Das Interesse der Eltern brachte das gesamte Team auf die Idee, das Sommerfest unter das Motto „Wir sind international“ zu stellen und Familien zu bitten, ihre Herkunftsländer vorzustellen.“

Kontakt

Familienzentrum Neulichtenhof
Ansprechpartner: Christian Höllfritsch
Sperberstraße 83, 90461 Nürnberg
Telefon: 0911-4318-252
E-Mail: fzneulichtenhof@kinderhaus.de

„Bleib am Ball“

Begleitung von Schulklassen durch eine Suchtpräventionsfachkraft der Suchtkrankenhilfe Burghausen „Die Brücke e. V.“ über mehrere Jahre

Stärkung der Vertrauensbasis zwischen Suchtpräventionsfachkraft und Schülern, um der Zielgruppe außerhalb der Schule eine Anlaufstelle und Person des Vertrauens anzubieten.

Ziele

Aufbau einer Vertrauensbeziehung in der Klassengemeinschaft unter Einbezug der Fachkraft. Den Schülern sollen Risiko- und Lebenskompetenzen vermittelt werden. Sie sollen lernen, mit Konsumgütern bewusst umzugehen, das eigene Konsumverhalten zu reflektieren, ein Bewusstsein für körperliche und seelische Gesundheit und deren Erhaltung zu entwickeln und den Erstkonsum hinaus zu schieben bzw. Konsum risikoarm zu praktizieren.

Umsetzung

Das Projekt beginnt in der fünften und endet in der neunten Schulklasse. In jedem Schuljahr wird ein anderer thematischer Schwerpunkt gesetzt. Es gibt sieben Unterrichtsmodule:

- 5./6. Klasse: Nikotin und der Körper (Entspannungseinheit)
- 6./7. Klasse: Medienkompetenz
- 7./8. Klasse: Alkohol und Gruppendruck mit Übungen zur Selbstbehauptung
- 7. – 9. Klasse: Essstörungen – Sensibilisierung für Selbst- und Fremdwahrnehmung
- 8./9. Klasse: Suchtentwicklung, das eigene Konsumverhalten und eigene Konsumregeln
- 8./9. Klasse: Medikamente und Umgang mit Stress/Entspannungsmethoden
- 9./10. Klasse: Glücksspiele und Wahrnehmung der eigenen Ressourcen und Fähigkeiten

Mit dem Projekt wurden bisher ca. 240 Schüler erreicht.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt hat im Schuljahr 2014/15 begonnen und soll mindestens vier Jahre laufen. Derzeit läuft das zweite Projektjahr mit ca. 12 Schulklassen ab der 5./6. Klasse bis zur 8. Klasse.

Umsetzung durch den Verein „Die Brücke e. V.“. Finanzierung durch Spendengelder, Vereinsmitglieder, Zuweisung von Bußgeldern durch das Gericht sowie Zuschuss von der Regierung von Oberbayern und dem Landkreis Altötting.

Kommentar aus dem Projekt

Die Bewerber: „Das Klassenklima bessert sich, da Verhaltensweisen miteinander hinterfragt werden.“

Kontakt

Die Brücke Burghausen e. V.
Ansprechpartnerin: Sabine Hausner
Berliner Platz 3, 84489 Burghausen
Telefon: 08677-9855-93
E-Mail: s.hausner@bruecke-burghausen.de
www.bruecke-burghausen.de

HES – Hotspot Ernährung – Sport

Ein Projekt zu Ernährung und Sport an der Hans-Edelmann-Schule in Kulmbach

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Den M-Zug der Hans-Edelmann-Schule besuchen Schüler aus der Stadt und dem Landkreis Kulmbach. Täglich findet für einige Klassen Nachmittagsunterricht statt. In der Mittagspause von 13 – 14 Uhr gibt es in der Schule und im näheren Umfeld keine Gelegenheit, sich mit einem Imbiss zu versorgen. So entstand die Planung einer Cafeteria als Schülerfirma und die Verknüpfung von Sport und gesunder Ernährung.

Ziele

Schüler sollen durch sportliche Aktivitäten in den Pausen fitter, beweglicher, konzentrierter und selbstbewusster werden können. Durch ein Angebot an gesunden Snacks und Suppen will der Projektträger eine Veränderung ihrer meist von Fast Food geprägten Essgewohnheiten hin zum Health Food anbahnen.

Umsetzung

- Einrichtung einer Schülerfirma, welche die Cafeteria bewirtschaftet und ein Angebot an gesunden Snacks anbietet
- Ausstattung des Pausenhofs mit Sport- und Fitnessgeräten, die eine „bewegte“ Pause ermöglichen

- Zusammenarbeit mit Sportvereinen
- jährlicher Fitnesstag, der verschiedene Sportangebote und gesunde Snacks beinhaltet

Für die Bewirtschaftung der Cafeteria wurde eine Schülerfirma gegründet und eine Küche eingebaut und eingerichtet. Erreicht werden alle Schüler der Klassen 7 bis 10 (ca. 270). Die Qualitätssicherung erfolgt durch Ernährungsberatung und Fragebögen an die Schüler.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wird in 2017 weitergeführt. Daran beteiligt sind die Schüler der Schülerfirma, drei Lehrkräfte, die das Projekt leiten und externe Partner:

AOK Kulmbach/Bayreuth, KErn – Kompetenzzentrum für Ernährung, Fitnesscenter KA2 und örtliche Sportvereine. Die Finanzierung läuft über Sponsoren, die Stadt Kulmbach und Fördermittel.

Kommentar aus dem Projekt

„Einüben eines verbesserten Ernährungsverhaltens inklusive Einkauf und Zubereitung von Lebensmitteln unter Einbeziehung des sozialen Umfeldes soll mit Pausenverkauf, Mittags- und Schulverpflegung gelernt werden. Dazu kommen regelmäßige Bewegungspausen. Zusätzlich lernen die Projektteilnehmer Entspannungsübungen und machen sich mit modernen Elementen eines Stressbewältigungstrainings vertraut.“

Kontakt

Hans-Edelmann-Mittelschule
Ansprechpartnerin: Nadja Lindner
Forstweg 4, 95326 Kulmbach
Telefon: 09221-83732
E-Mail: hes@hans-edelmann-schule.de

Die RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer

Ein Unterrichtsprogramm für nachhaltige Gesundheitsförderung in
Grundschulen der Stiftung Kindergesundheit in Kooperation mit der IKK classic

Die Lebenswelten der Kinder haben sich in den vergangenen Jahren stark verändert. Fett- und zuckerhaltige Lebensmittel, ein mediengeprägter Lebensstil, Bewegungsmangel sowie Leistungsdruck wirken sich negativ auf die Kindergesundheit aus. Gesunde Gewohnheiten und Einstellungen werden entscheidend in den ersten Lebensjahren geprägt und gefestigt. Die Grundschule spielt daher eine besondere Rolle in der Gesundheitsförderung.

Ziele

Mit Hilfe des Programms „Die RAKUNS – Das gesunde Klassenzimmer“ sollen Schüler in ihrer Gesundheits- und Handlungskompetenz gestärkt und dazu befähigt werden, Entscheidungen für sich selbst zu treffen und Verhaltensweisen auszuüben, die sich langfristig positiv auf ihre Gesundheit auswirken. Darüber hinaus sollen sie ein Gefühl für sich und ihren Körper entwickeln und ihre Einzigartigkeit wertschätzen.

Umsetzung

Das Programm beinhaltet an den Lernplan angepasste Unterrichtsideen. Zur Umsetzung des Programms steht den Lehrkräften ein Komplettpaket mit detaillierten Unterrichtsmaterialien zu den Gesundheitsthemen Bewegung & Entspannung, Ernährung, Körperpflege & Hygiene, Körper- & Selbstbewusstsein sowie Medien zur Verfügung.

- Neben den Unterrichtsmaterialien enthält das Paket eine Grundausstattung von Versuchsmaterialien (Glucose-Teststreifen, UV-Sun-Check-Uhren, Maßbänder...).
- Alle Kinder erhalten ein farbiges Forschungsbuch.
- Mit Hilfe von Experimenten, lustigen Comics und Spielen beschäftigen sich die Kinder im Unterricht mit den Fragen zur eigenen Gesundheit und dem Selbst- und Körperbewusstsein.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

- Die Eltern werden aktiv mit einbezogen.
- Begleitet wird das Projekt durch das Internetportal www.rakuns.de.
- 2013 wurde das Programm in einer Pilotstudie zur Produkt- und Prozessevaluation wissenschaftlich begleitet.
- 2015 wurde das Projekt in mehr als 500 Klassen in Bayern umgesetzt.
- Im Schuljahr 2016/2017 wurde das Projekt anhand einer clusterrandomisierten Interventionsstudie mit 2.500 Kindern in Bayern erneut wissenschaftlich begleitet, um mögliche nachhaltige Verhaltens- und Wissensänderungen zu untersuchen. Die Ergebnisse stehen in Kürze zur Verfügung. Seit diesem Schuljahr wird das Programm bundesweit an allen Grundschulen angeboten. Insgesamt werden derzeit mehr als 820 Klassen (ca. 20.500 Schüler) erreicht.
- An einem Konzept zur Messung der Nachhaltigkeit wird derzeit gearbeitet.

Das Projekt wurde vom nationalen Aktionsplan IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung ausgezeichnet.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Von 2012 – 2014 wurde das Projekt von der Stiftung Kindergesundheit in Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen (Department für Pädagogik und Rehabilitation der LMU München, Plattform Ernährung und Bewegung, Aktion Rückenwirbel...) entwickelt und finanziell unterstützt durch den Johnson & Johnson Citizenship Trust, in Kooperation mit der Johnson & Johnson GmbH. Die Pilotphase in Bayern 2015 wurde von Sternstunden e. V. und dem Bayerischen Lehrer- und Lehrerinnenverband (BLLV) unterstützt. Durch die Kooperation mit der IKK classic seit dem Schuljahr 2016/2017 können alle Grundschulen bundesweit das Programm kostenlos in den Unterricht aufnehmen. Es wird eine flächendeckende Etablierung des Programms an allen Grundschulen Deutschlands angestrebt.

Kommentar aus dem Projekt

„Das Unterrichtsprogramm bietet Lehrkräften eine optimale Unterstützung bei der Bildung der Gesundheitskompetenzen ihrer Schüler und begeistert diese für einen gesunden Lebensstil.“

Kontakt

Stiftung Kindergesundheit
Ansprechpartnerinnen:
Giulia Roggenkamp (Generalsekretärin),
Julia Birnbaum (Projekt)
c/o Dr. von Haunersches Kinderspital,
Lindwurmstraße 4, 80337 München
Telefon: 089-440057768
E-Mail: info@kindergesundheit.de
www.rakuns.de

Gesundheitswoche an der HBS

Ein Präventionsprojekt an der Hans-Böckler-Schule Fürth

Bestimmte Bereiche der seelischen und körperlichen Gesundheit können im Lehrplan nicht berücksichtigt werden, dennoch sollen den Schülern Angebote präsentiert werden, die sie durch ihr Elternhaus noch nicht kennen lernen konnten.

Ziele

Durch eine Vielfalt von Einzelprojekten soll in der Gesundheitswoche die Grundlage für ein gesundes, selbstbestimmtes Leben der jungen Menschen geschaffen werden.

Umsetzung

Jedes Jahr in der vorletzten Juliwoche findet in der städtischen Real- und Wirtschaftsschule für die Schüler der Klassen 5 bis 9 eine Gesundheitswoche statt. Hierzu werden Dozenten und externe Partner zu ausgewählten Themen eingeladen, um bei der Umsetzung der Projektmodule zu helfen.

- das Projekt wird an der Schule entwickelt und realisiert
- verschiedene Bereiche werden angeboten: Kunst, Musik, unterschiedliche Bewegungsformen, Entspannungstechniken und Selbstverteidigung, sowie Ernährung
- jeden Tag absolvieren die Schüler zwei bis drei Projekte im Klassenverband
- die Lehrkräfte und Eltern unterstützen während der gesamten Woche
- für die Pausen werden von Schülern für Schüler gesunde Snacks und Speisen vorbereitet
- Schüler begleiten die Woche als Schreib- und Fotoreporter

Die Gesundheitswoche wird im Jahresbericht der Schule durch Beiträge der Schüler dokumentiert.

Pro Schuljahr werden ca. 300 Schüler erreicht.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Seit 2008 findet die Projektwoche jedes Jahr in der vorletzten Juliwoche für fünf Tage statt.

Der Eigenanteil der Schüler beträgt 8,- Euro pro Woche. Sachspenden werden für die Herstellung des Buffets eingesetzt. Der Förderverein der Schule versucht, Sponsoren zu gewinnen und unterstützt mit finanziellen Mitteln.

Kommentar aus dem Projekt

Schüler der 7. Klasse: „Die Stunde war total cool und ich habe viel zum Thema HIV/AIDS erfahren. Die Dozenten haben die Stunde sehr witzig gestaltet“, „Die Supermarktralley dauerte etwas länger, da manche Schüler sich nicht in Großhandelsgeschäften auskannnten. Neben der Aufgabe, Beträge von Zucker und Fetten herauszufinden, mussten Obst und Gemüse von A – Z den Buchstaben zugordnet werden“, „Wir haben tolle Übungen gemacht, wo wir sehr viel Spaß hatten und auch mal lachten.“

Kontakt

Hans-Böckler-Schule

Ansprechpartnerin: Karin Pal

Fronmüllerstraße 30, 90763 Fürth

Telefon: 0911-9742-451

E-Mail: pal.karin@hans-boeckler-schule.de

ReSi – Resilienz und Sicherheit

Entwicklung und Evaluation eines Förderprogramms für Kinder in Kindertageseinrichtungen und die Qualifizierung pädagogischer Fachkräfte zum Thema sexueller Missbrauch an der Technischen Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm

Besonders für den Vorschulbereich stehen im deutschsprachigen Raum bisher nur wenige wissenschaftlich überprüfte Präventionsprogramme zum Thema sexueller Missbrauch zur Verfügung. Anknüpfend daran soll ein Präventionskonzept entwickelt und evaluiert werden, das die Entwicklungsvoraussetzungen von Vorschulkindern berücksichtigt und sich an den Bedürfnissen der Praxis orientiert.

Ziele

Das Ziel des Projekts ist die Entwicklung und Evaluation eines Konzepts zur Prävention sexuellen Missbrauchs, das zum einen Kinder bei der Entwicklung von sozial-emotionalen, körperbezogenen und sprachlich-erzählerischen Kompetenzen unterstützt und zum anderen die erwachsenen Bezugspersonen der Kinder in ihrer Schutzfunktion stärkt.

Umsetzung

Aufbauend auf den Ansätzen der Resilienz und Salutogenese wurde ein Programm zur Förderung von allgemeinen Lebenskompetenzen und Schutzfaktoren für Kinder im Kindergarten entwickelt. Im Rahmen dieses Programms sollen die

- sozial-emotionalen,
- körperbezogenen und
- sprachlich-erzählerischen Kompetenzen der Kinder gefördert, sowie
- altersangemessen spezifische Inhalte zur Prävention sexuellen Missbrauchs

vermittelt werden. Daneben wurde in Zusammenarbeit mit einer Fachberatungsstelle eine Fortbildung zum Thema Prävention/Intervention bei sexuellem Missbrauch angeboten, um bei den Bezugspersonen der Kinder Wissen, Handlungssicherheit und Vernetzung in diesem Bereich zu stärken.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Das entwickelte Kompetenzförderprogramm für Kinder umfasst Übungen aus den Bereichen Gefühle, Körper, Beziehungen und Erzählen/Sprache, die aufeinander aufbauen und in den Kindergartenalltag integriert werden können. Die zugehörigen Materialien umfassen u. a. Katzenfiguren, ein Bilderbuch, einen Gefühlewürfel und Bildkarten. Zur Information der Eltern wurden Elternbriefe zu den Themen des Programms entwickelt und ein Elternabend zum Thema angeboten. Für die pädagogischen Fachkräfte wurde eine Fortbildung zu sexuellem Missbrauch und Prävention bereitgestellt und eine Informationsbroschüre verfasst.

Im Rahmen einer randomisierten Evaluationsstudie wurde das Präventionsprojekt im Zeitraum von September 2015 bis Juli 2016 an 9 Kindergärten mit 23 Kindergartengruppen durchgeführt. Es zeigte sich eine positive Wirkung des Kompetenzförderprogramms für Kinder auf die Förderbereiche sowie eine hohe Akzeptanz des Programms bei den beteiligten Fachkräften. Die Evaluation der Fortbildung für die

pädagogischen Fachkräfte zeigte eine Zunahme der selbsteingeschätzten Handlungssicherheit. Insgesamt haben 467 Kinder und 65 pädagogische Fachkräfte am Projekt teilgenommen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Projektlaufzeit ist von September 2013 bis Januar 2017. Das Projekt ist an der Technischen Hochschule Nürnberg Georg Simon Ohm angesiedelt und wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) finanziert. Es ist eingebunden in die Förderlinie „Sexuelle Gewalt in pädagogischen Kontexten“. Projektträger ist das Deutsche Zentrum für Luft und Raumfahrt e. V. (DLR).

Kommentar aus dem Projekt

„Durch die erste Umsetzung des ReSi-Präventionskonzepts im Rahmen der Evaluationsstudie konnte die Wirkung des Kompetenzförderprogramms für

Kinder auf die sozial-emotionalen, körperbezogenen und sprachlich-erzählerischen Kompetenzen bestätigt werden. Die beteiligten Fachkräfte bewerten die Übungen und das Material positiv. Ein nächstes Ziel ist daher die Verstetigung und Verbreitung des Programms.“

Kontakt

Technische Hochschule Nürnberg
Georg Simon Ohm
Ansprechpartnerinnen: Prof. Dr. Christina Storck,
Prof. Dr. Simone Pfeffer, Julia Feldmann
Bahnhofstr. 87, 90402 Nürnberg
Telefon: 0911-5880-2560
E-Mail: christina.storck@th-nuernberg.de
www.projektresi.de

Starke Kinder – gute Freunde

Projekt zur Stärkung der Lebenskompetenzen des Katholischen Kinderhauses „Unsere Liebe Frau“

Das Zusammenleben in der heutigen Gesellschaft wird immer schwieriger, z. B. durch Patchwork-Familien, Einzelkinder und Alleinerziehende. Immer mehr Kinder zeigen Auffälligkeiten – sei es im motorischen, sprachlichen oder kognitiven Bereich. All diese Auffälligkeiten und Defizite spiegeln sich aber auch oft im sozialemotionalen Bereich wieder. Unsere Kinder müssen wieder neu lernen, sich in eine Gruppe einzuordnen, miteinander zu kommunizieren, Problemlösungsfähigkeit und Einfühlungsvermögen zu entwickeln, positiv zu denken, Stress zu bewältigen und Gefühle zu regulieren.

Ziele

Vermittlung von Lebenskompetenzen durch das FREUNDE-Projekt.

„Lebenskompetent ist, wer sich selbst kennt und mag, empathisch ist, kritisch und kreativ denkt, kommunizieren und Beziehungen führen kann,

durchdachte Entscheidungen trifft, erfolgreich Probleme löst und Gefühle und Stress bewältigen kann.“ (WHO, 1994).

Umsetzung

Im Rahmen verschiedener pädagogischer Vorhaben werden die genannten Lebenskompetenzen vermittelt.

„Mit viel Gefühl“:

- Vermittlung eines Gefühlswortschatzes
- Kennenlernen der Grundemotionen
- spielerische Entdeckung dieser Gefühle mit Rollenspielen, Bildkarten, Gesprächen, Bilderbüchern, Memory und einer „Gefühleuhr“
- Integration des Themas Gefühle in den Kinderhausalltag

„Kinder reden mit!“

- Mitsprache und Beteiligung ist ein Kinderrecht (UN-Kinderrechtskonvention)
- in regelmäßigen Kinderkonferenzen (Schwerpunkt liegt hierbei bei den Vorschulkindern) dürfen die Kinder den Alltag im Kinderhaus (z. B. Regeln, Faschingsthema, Name unserer Leihbücherei, Rolle beim Sommerfest ...) mitplanen
- Beteiligung/Mitsprache ist bei uns im täglichen Alltag sichtbar (Freispiel, Getränkebar, Buffet, Dekoration, Geschenke, Spielmaterial ...)

„Selber-Mach-Tag“

- ein Tag in der Woche für mindestens 6 Monate (SMT)
- Spielzeug hat Urlaub
- es gibt andere Regeln, die mit den Kindern gemeinsam erarbeitet werden (z. B. darf man auf die Tische steigen, runterspringen ...)
- die Kinder sollen sich an diesem Tag selbst Aufgaben stellen und Lösungen dafür suchen

„Ein Platz zum Streiten“

- Möglichkeit, Konflikte konstruktiv zu lösen
- Kinder sollen lernen, dass das Thema Konflikt/Streit dazugehört
- Rollenspiele und Bilderbücher
- Kinder spielen plötzlich „Streit“ nach
- Entwicklung einer gesunden Streitkultur

„Inseln der Ruhe“

- Ermutigung, Ruhe-Rituale und Entspannungsübungen in den täglichen Alltag fest zu installieren
- Stilleübungen im Morgenkreis, Entspannungsübungen (auch in Kombination mit Bewegung), Meditationen (Klangschale, Gong ...), Kettangebote (ganzheitlich-sinnorientierte Übungen nach Franz Kett), Massageeinheiten, Rückzugsmöglichkeiten (Höhle, Kuschelecke, Ruheecke ...), Phantasiereisen
- die Übungen sollen Kindern und Erwachsenen helfen, besser mit Stress umzugehen, eigene Bedürfnisse (nach Auszeit, Ruhe, Bewegung ...) wahrzunehmen und Gesundheitsbewusstsein zu fördern.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Seit 2013 nehmen immer wieder pädagogische Mitarbeiter an der Schulung zum FREUNDE-Projekt (Basisseminar) teil. Der Schwerpunkt liegt im Bereich der Kindergartengruppen (aktuell 100 Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren). In der Krippe (12 Kinder ab einem Jahr) wird der Grundstock zum Thema Gefühle gelegt. Im Bereich der Schulkind-Betreuung (1. – 4. Klasse Grundschule, 20 Kinder) sind die Themen Konflikte, Leistung usw. wichtig.

Kommentar aus dem Projekt

„Lebenskompetenzförderung kostet nichts – sie muss nur umgesetzt werden (von Pädagogen mit einer positiven Haltung und Einstellung). Ganz unter dem Motto der Inklusion bei uns: ‚Keine/r darf verloren gehen‘.“

Kontakt

Kath. Kinderhaus „Unsere Liebe Frau“

Ansprechpartnerin: Monika Zeitler

Büttellochweg 9, 95643 Tirschenreuth

Telefon: 09631-3959

E-Mail:

kath-kindergarten.tirschenreuth@kirche-bayern.de

www.kath-kiga-tir.de

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

SehnSucht

Kooperation des Landratsamtes Weißenburg-Gunzenhausen mit dem Diakonischen Werk Weißenburg-Gunzenhausen zum Thema Sucht

Das Thema SehnSucht wurde von den an der Altmühlfrankenschule Weißenburg und der Stephani-Mittelschule Gunzenhausen tätigen Jugendsozialarbeitern aufgegriffen. Im Bereich der Einzelfallarbeit kommen oft Missbräuche von Alkohol, Medikamenten und verstärkt auch Marihuana zur Sprache. Auffällig war für die Sozialpädagogen, dass oft unbefriedigte einfache menschliche Bedürfnisse nach Anerkennung, Zweisamkeit, Zugehörigkeit und Wertschätzung in eine Drogenproblematik geführt hatten.

Ziele

Behandlung der Themen illegale und legale Drogen im Unterricht, Aufzeigen des eigenen Konsumverhaltens sowie Erarbeitung der Grenzen zwischen Genuss und Missbrauch. Weitere Ziele sind das Aufzeigen eigener Werte und Sehnsüchte sowie die Vermittlung des nötigen (Hintergrund-)Wissens, um eigene Entscheidungen treffen zu können. Durch die ganzheitliche Ausrichtung des Projektes sollten die Jungen und Mädchen sowohl auf kognitiver wie kreativer Ebene zu einer Auseinandersetzung mit den Inhalten angeregt werden. Das Projekt findet an den beiden Schularten statt, um Schüler vor den Gefahren einer Abhängigkeit aufzuklären und die Konsequenzen aufzuzeigen, jedoch ohne erhobenen Zeigefinger.

Umsetzung

Umsetzung mit Hilfe eines interdisziplinären Ansatzes: Fachkräfte aus verschiedenen öffentlichen Stellen wurden in die Durchführung miteinbezogen. Zudem wurde dem Inklusionsgedanken durch die gemeinsame Durchführung an den beiden Schulformen und der verbindenden Fahrt in die Bavaria Filmstudios zum Ende des Projektes hin Rechnung getragen.

- Erste Einheit: Auseinandersetzung mit illegalen Drogen in der Anlaufstelle Streetwork mit Fachkräften aus verschiedenen Bereichen der Jugendhilfe

- Erstellung von Plakaten
- Wissens-Quiz: „Nenne vier strafrechtliche Folgen des Konsums illegaler Drogen.“, „Was ist eine drogeninduzierte Psychose?“, „An welchen Drogen sterben die meisten Menschen in Deutschland?“, „Darf man Marihuana legal besitzen?“
- kreative Arbeit in Kleingruppen, anhand von Bildern „Drogenkarriere“ legen
- weitere Einheiten in den 8. Klassen, je drei Schulstunden, die Einheiten werden in Kooperation mit der Präventionsfachkraft sowie einem Jugendkontaktbeamten der Polizeiinspektion durchgeführt
- Auseinandersetzung mit eigenen Sehnsüchten und Werten
- Diskussionen über einzelne Konsummittel wie Nikotin, Alkohol, Medikamente aber auch Sport, Süßigkeiten und Smartphones
- Entwicklung eines Drehbuchs, das die Schüler in einen Wettbewerb mit den anderen teilnehmenden Klassen einreichten. Die Siegerklasse durfte letztlich nach München in die Bavaria Filmstudios fahren und dort ihre Geschichte zum eigenen Film werden lassen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Planungsphase von „SehnSucht“ startete im Januar 2016. Mit der Fahrt in die Bavaria Filmstudios und einem Dreh der eigenen Filme zur Thematik endete das Projekt im November 2016. Für die Durchführung konnten Mittel von der Weißenburger Kinderstiftung sowie dem Präventionswegweiser e. V. und der Regierung von Mittelfranken akquiriert werden.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

„Bestehende Hürden wurden sehr erfolgreich abgebaut. Die Fachkräfte selbst erlebten einen interdisziplinären Austausch, von dem alle Beteiligten bis heute profitieren. Die Schüler setzten sich außerdem rückblickend sehr erfolgreich mit ihrem eigenen Konsumverhalten auseinander, reflektierten das Gehörte und Erarbeitete und ergründeten für sich selbst Lösungsmöglichkeiten sowie Verhaltensalternativen. Die lange Dauer des gesamten Projektes trug sehr zum Erreichen der gesetzten Ziele bei.“

Kontakt

Kommunale Jugendarbeit
Weißenburg-Gunzenhausen
Ansprechpartner:
Dominik Haußner, Thomas Pfaffinger
Niederhofener Straße 3, 91781 Weißenburg
E-Mail: dominik.haussner@landkreis-wug.de

WIR gegen Gewalt

Selbstbehauptungsworkshop in Schulen von Streetwork Pfarrkirchen, Kreis-Caritasverband Rottal-Inn

Statistisch gesehen wird mindestens jeder vierte Jugendliche oder junge Erwachsene einmal Opfer von Gewalt. Da Streetwork Pfarrkirchen durch seine Arbeit die Benachteiligungen von jungen Menschen vermeiden oder abbauen will, engagiert sich Streetwork Pfarrkirchen mit dem Selbstbehauptungstraining „WIR gegen Gewalt“ aktiv in der Gewaltpräventionsarbeit.

Ziele

Streetwork PAN trainiert im Selbstbehauptungstraining „WIR gegen Gewalt“ mit Schülern die Erweiterung ihrer Handlungsmöglichkeiten für Situationen, in denen es zu Gewalt kommen kann. Die Teilnehmer üben in Rollenspielen sinnvolle Verhaltensweisen und erhalten praktische Tipps rund um das Thema Opferchutz, damit es in zukünftigen Konflikten zu keiner körperlichen Auseinandersetzung kommen muss.

Umsetzung

Der fünfstündige Selbstbehauptungsworkshop wurde bzw. wird für/an Schulen in den drei Kreisstädten Pfarrkirchen, Simbach am Inn und Eggenfelden im Landkreis Rottal-Inn entwickelt, angeboten und durchgeführt. Bei „WIR gegen Gewalt“ stehen besonders folgende Inhalte im Vordergrund:

- Erweiterung des Handlungsrepertoires in gewaltträchtigen Situationen (Deeskalationstechniken)
- Förderung eigenverantwortlichen Handelns („richtige“ Risikoeinschätzung)
- Förderung von Zivilcourage/sinnvolles Hilfesuchen
- Training von Selbstbehauptung/Selbstverteidigung
- Förderung des Verständnisses für Körpersprache und Körperbeherrschung

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Prävention in Familie, Kindertagesstätte und Schule

- Förderung der Wahrnehmung des eigenen Gewaltpotentials
- Stärkung des Klassenverbandes
- Stärkung des Selbstwertgefühls

Die Workshops werden immer von zwei Trainern in einem gemischtgeschlechtlichen Team durchgeführt. Seit Sommer 2010 haben bereits mehr als 280 Klassen und mehr als 6.750 Schüler aus Pfarrkirchener, Simbacher und Eggenfeldener Schulen dieses fünf-stündige Selbstbehauptungstraining durchlaufen (Stand: 06. Dezember 2016). 9 von 10 Teilnehmern gaben an, dass sie den Workshop sinnvoll und informativ fanden. Jeder sogenannte Co-Trainer durchläuft eine ca. vierteljährliche Ausbildungs- und Einarbeitungszeit. Mit Mitarbeitern des Projekts führt ein zertifizierter Gewaltpräventionspädagoge Fortbildungen durch.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Von Januar bis Mai 2010 wurde das Konzept entwickelt. Die Pilotphase begann im Juni/Juli 2010. Das Projekt wird zu 100 % aus Sponsorengeldern finanziert. Um sicher zu stellen, dass das Selbstbehauptungstraining kostenlos an allen Schulen und

Klassen ab der 8. Jahrgangsstufe angeboten werden kann, wurde das sogenannte Netzwerk „WIR gegen Gewalt“ aufgebaut.

Kommentar aus dem Projekt

Eine Schülerin: „Ich finde das Seminar echt gut. Wenn man später mal weggeht und in solche Situationen kommt, weiß man wenigstens, was man machen muss, wenn man blöd angemacht wird. Außerdem bekommt man durch das Training mehr Selbstbewusstsein. Die Trainer bringen das auch super rüber.“

Kontakt

Streetwork Pfarrkirchen
Kreis-Caritasverband Rottal-Inn
Ansprechpartner: Jakob Kandlbinder
Pflegstraße 15, 84347 Pfarrkirchen
Telefon: 0151-12188825
E-Mail: streetwork@caritas-rottal-inn.de
www.caritas-rottal-inn.de/beitraege/gewaltpraevention-wir-gegen-gewalt/371254

fit4future

Eine bundesweite Initiative der Cleven-Stiftung für Grund- und Förderschulen – powered by DAK-Gesundheit

Konzentrationschwäche, Verhaltensauffälligkeiten, Bewegungsdefizite bei Grundschulkindern: Das sind die zentralen Ergebnisse einer aktuellen repräsentativen Lehrerbefragung (Studie: „Gesundheitsfalle Schule“), die das Forsa-Institut für die DAK-Gesundheit durchgeführt hat.

Ziele

Mehr Bewegung, gute Ernährung, eine stressfreie, positive Lernatmosphäre und die Schaffung einer gesunden Lebenswelt „Schule“.

Umsetzung

Grund- und Förderschulen in ganz Deutschland können sich zum kostenlosen Programm anmelden und werden für drei Jahre „fit4future“-Schule.

- Das Programm hat die vier Module Bewegung, Ernährung, Brainfitness und Verhältnisprävention/System Schule.
- fit4future-Schulen bekommen eine Spiel- und Sportgeräteschleife, eine Brainfitness-Box, Broschüren, Aktionskarten und Informationsmaterial zu den Modulen.
- Die Schulen erhalten außerdem einen Aktionstag für Schüler, Lehrer und Eltern.

- Ein Area-Manager wird den Schulen als direkter Ansprechpartner zur Seite gestellt, sowie eine Hotline und Online-Beratung für Fragen und Anregungen.
- fit4future-Schulen müssen gewisse Auflagen erfüllen, beispielsweise die Aktion bei Schülern, Lehrern und Eltern und auf Kommunikationsplattformen bekannt machen und an der Evaluation durch die Technische Universität München teilnehmen.
- Die Schulen können in Kooperation mit FOCUS-Online per Blog oder Videos ihre Erfahrungen publizieren.

Für das Schuljahr 2016/2017 wurden bereits 500 Grund- und Förderschulen außerhalb Bayerns aufgenommen. Im Schuljahr 2017/2018 können weitere 1.000 und im Schuljahr 2018/2019 nochmals 500 Schulen mitmachen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Start war im April 2016. 600.000 Kinder an 2.000 Grund- und Förderschulen können in den nächsten drei Jahren an dem Programm teilnehmen. Für die Aufnahme von 2.000 fit4future Grund- und Förderschulen in Deutschland in den nächsten drei Jahren stellt die DAK-Gesundheit die Gelder zur Verfügung. Das Projekt fit4future wird von der planero GmbH im Auftrag der Cleven-Stiftung organisiert. Schirmherr ist der Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe, Felix Neureuther ist Motivator und fit4future-Botschafter.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

Felix Neureuther: „Hinfallen ist keine Schande, nur liegen bleiben.“

Kontakt

Cleven-Stiftung
Ansprechpartner: Malte Heinemann
Infanteriestr. 19/6, 80797 München
Telefon: 089- 9927-5593
E-Mail: heinemann@cleven-stiftung.com
www.fit-4-future.de

Helfen Ist positiv!

Ehrenamtliche AIDS-Aufklärung für junge Menschen durch die AIDS-Beratung Mittelfranken der Stadtmission Nürnberg e. V.

AIDS/HIV ist einerseits etwas aus dem öffentlichen Bewusstsein verschwunden, andererseits haben (junge) Zuwanderer, Flüchtlinge und Asylsuchende wenig Wissen zu Ansteckungswegen und Schutzmöglichkeiten zu AIDS/HIV und anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen.

Ziele

Das Projekt soll zur Wissensvermittlung über Übertragungswege von und Schutzmöglichkeiten vor HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten beitragen. Darüber hinaus thematisiert es Diskriminierung im Zusammenhang mit HIV-Infektion und sexueller Orientierung. Fragen von Jugendlichen zum Thema Sexualität werden beantwortet.

Umsetzung

Die rund 30 ehrenamtlichen Präventionskräfte sind in den Lebenswelten junger Menschen aktiv – u. a. an Schulen, Orten der offenen Kinder- und Jugendarbeit, Diskotheken, im Rahmen von Gesundheitswochen sowie in Wohngemeinschaften für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge.

- Die ehrenamtlichen Kräfte bieten kostenlos Präventionsveranstaltungen an.
- Die Zielgruppe sind Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren in Nürnberg und Mittelfranken.
- Viele der ehrenamtlichen Kräfte sind Migranten.
- Ein besonderes Anliegen ist die muttersprachliche Aufklärung unbegleiteter, minderjähriger Flüchtlinge.
- Die Themen sind HIV und andere STI (Übertragungswege, Schutz, das Leben mit dem Virus), Sexualität, Schwangerschaft und Verhütung.
- Kultursensible Vermittlung der Themen.

Die Zahl der Veranstaltungen und der Teilnehmer zeichnet sich durch stetige Zunahme aus.

Etwa 50 Veranstaltungen pro Jahr erreichen jeweils 20 – 25 Teilnehmer.

2010 wurde dem Projekt der AIDS-Präventionspreis des Bundesministeriums für Gesundheit verliehen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Maßnahmen werden fortlaufend angeboten. Die hauptamtlichen Personalkosten werden über die Regelfinanzierung der Einrichtung gedeckt (Kostenträger: Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege). Für Fahrtkosten, Materialkosten und Aufwandsentschädigungen werden Stiftungszuwendungen beantragt und Spenden/Preisgelder eingesetzt.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

Lunia Hara aus Sambia in ihrer Laudation zur Verleihung des AIDS-Präventionspreises 2010 des Bundesgesundheitsministeriums: „Die Jury hat es erstaunt, dass diese Maßnahme nicht zur Regelversorgung gehört. Der Projektträger geht mit seiner Arbeit weit über die AIDS-Prävention hinaus und schafft auf diese Weise grundlegende Integrationsbedingungen.“

Kontakt

AIDS-Beratung Mittelfranken
Ansprechpartnerin: Katrin Strohhofer
Rieterstraße 23, 90419 Nürnberg
Telefon: 0911-32250-0
E-Mail:
katrin.strohhofer@stadtmission-nuernberg.de
www.stadtmission-nuernberg.de;
www.aids-beratung-mittelfranken.de

Vom Jungen zum Mann – Gesund erwachsen werden

Begleitende, ärztliche Gesundheitsförderung für bayerische Schüler durch die Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V. (ÄGGF)

Jedes Jahr kommen in Bayern ca. 60.000 Jungen in die Pubertät. Viele ziehen sich von ihren bisherigen Ansprechpartnern zurück, werden risikofreudig und beratungsresistent. Da sie oft nicht wissen, wie kostbar die eigene Gesundheit ist, suchen sie bei Zweifeln, Problemen und Ängsten keine Unterstützung oder kennen die geeigneten Ansprechpartner nicht.

Ziele

Den eigenen Körper kennen, schätzen und schützen lernen: Jungen und junge Männer in bayerischen Schulen sollen nachhaltig dazu motiviert werden, Verantwortung für den eigenen Körper, seine Bedürfnisse, seine Gesundheit und Fruchtbarkeit zu übernehmen. Gleichzeitig sollen sie ein gesundheitlich verantwortungsvolles Verhalten im Umgang mit ihren PartnerInnen und der zukünftigen Familie entwickeln.

Umsetzung

Im bis dato bundesweit einmaligen Projekt boten 14 Ärztinnen der ÄGGF in Bayern 90-minütige Veranstaltungen in den 4. – 13. Klassen mit einem Fokus auf Jungen aus bildungsfernen Milieus und/oder mit Migrationshintergrund an. Sie standen unter dem Motto: „Informieren – motivieren – Kompetenzen stärken“.

Konkret wurde Folgendes durchgeführt:

- vertrauliche Gespräche zu subjektiv wichtigen und objektiv relevanten Themen mit Hilfe von speziell entwickelten didaktischen Materialien

- wertschätzende, altersgerechte Antworten auf drängende, oft schambesetzte Fragen, Sorgen, Verunsicherungen und Ängste, z. B. zu Pubertät, zeitgerechter körperlicher Entwicklung, Sexualität, Verhütung oder sexuell übertragbaren Erkrankungen.

In 511 ärztlichen Informationsveranstaltungen wurden bislang 8.221 Jungen an 130 Schulen erreicht. Außerdem sind 1.319 Teilnehmer in 41 Elternveranstaltungen und 370 Teilnehmer in 9 Lehrer-Fortbildungen zu verzeichnen.

Eine Evaluation liegt vor, die u. a. folgende Ergebnisse brachte:

- durchschnittlicher Wissenszugewinn vier Wochen nach der Intervention: 32 %
- Schülerbewertung der Veranstaltungen: Durchschnittsnote 1,6
- Bewertung der Elternabende durch die Teilnehmer zu über 90 % mit der Note sehr gut.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Projektlaufzeit des Jungenprojektes war von 01.02.2014 bis 31.01.2016. Dieses Projekt wurde mit der wissenschaftlichen Evaluation zu 80 % vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege im Rahmen von Gesund.Leben.Bayern. gefördert. Träger des Jungenprojektes ist die gemeinnützige Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V. (ÄGGF). Weitere Förderungen stellten die Bayerische

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Urologenvereinigung und die Deutsche Gesellschaft für Urologie zur Verfügung. Alle 14 Ärztinnen, die die Veranstaltungen in den Schulen durchführen, arbeiten ehrenamtlich.

Kommentar aus dem Projekt

Ein Schüler: „Der Aufklärungsunterricht hat mir gut gefallen, weil ich viel gelernt habe, was ich sonst nicht wusste.“

Kontakt

Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e. V.
Ansprechpartnerin: Dr. Heike Kramer
Eichenweg 11, 91080 Spardorf
Telefon: 09131-4066-07
E-Mail: kramer@aeggf.de, aeggf@aeggf.de
www.aeggf.de

Komm, wir finden eine Lösung!

Ein Präventions- und Interventionsprojekt für kreative Konfliktlösung in Schule und Familie vom KinderschutzBund Ortsverband München e. V.

Im Jahr 1999 wurde das Projekt Komm! als Reaktion auf wiederholte Fälle von Kindern, die Opfer von Schikanen und Mobbing geworden waren, im KinderschutzZentrum München gegründet. Neben einer Intervention für Schulklassen wurde insbesondere ein Konzept zur Prävention von Gewalt an Grundschulen und zur Förderung von sozialen Fähigkeiten sowie Konfliktlösungskompetenzen entwickelt.

Ziele

Komm! will gemeinsam mit den Kindern, den Lehrkräften und den Eltern an einem konstruktiven Klassenklima arbeiten. Mit den Kindern werden früh

Fertigkeiten eingeübt, sich selbst konstruktiv in eine Gemeinschaft einzubringen. Es werden Kompetenzen zur Kommunikation, zum Miteinander in der Gruppe und zur konstruktiven Konfliktklärung vermittelt, um Mobbing und Schikanen vorzubeugen.

Umsetzung

Komm! findet über fünf Wochen für je zwei Schulstunden in einer Klasse statt. Das Komm!-Team (Mann und Frau) arbeitet systemisch am Klassenklima und orientiert sich an dem Grundsatz: „Hilf mir es selbst zu tun“. In fünf Einheiten werden die Themen

- Gemeinschaft und Werte
- Kommunikation und Wahrnehmung
- Gefühle
- Wünsche
- konstruktive Konfliktlösung

vermittelt. Gemäß des „Whole-School-Ansatzes“ werden Lehrkräfte eng miteinbezogen und bei der Weiterführung der Projekteinhalte unterstützt. Auch die Eltern werden angesprochen und so die Vernetzung zwischen Schule und Elternhaus gestärkt. Laut Projektträger zeigten mehrmalige Evaluationen, dass durch Komm!:

- sich das Sozialverhalten der Kinder verbessert
- die Kinder weniger streiten und Konflikte eigenständiger lösen
- die Resilienz der Kinder gestärkt wird
- insbesondere Jungen mehr pro-soziales Verhalten zeigen
- Lehrkräfte ruhiger und gelassener mit Konflikten unter Kindern umgehen
- der Austausch zwischen Schule und Elternhaus gestärkt wird.

Die Qualität der Trainings wird durch ein Team von Fachhonorarkräften gewährleistet. Durch Schulungen und regelmäßige Teamtreffen mit Supervision wird die fortlaufende Weiterentwicklung gefördert. Die Projektleiterin begleitet alle Trainings durch Hospitation und Beratung. Komm! wurde wiederholt evaluiert, z. B. in einer Dissertation an der LMU München in einem Pre-Post-Design.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Komm! erreichte von 1999 bis 2015 in 287 Schulen im Ballungsraum München 16.130 Kinder, deren Lehrkräfte und Eltern. Über 1.000 Kinder in etwa 70 Klassen aus 30 Schulen konnten 2016 an Komm! teilnehmen; es sind etwa 20 Klassen auf der Warteliste. Komm! wird durch die Landeshauptstadt München gefördert. Auch der Deutsche KinderschutzBund in München ermöglicht durch einen Eigenanteil die Arbeit mit den Klassen. Etwa zwei Drittel der Trainingskosten werden jedoch über Eigenmittel der Schulen, Spenden und insbesondere durch Stiftungen übernommen.

Fundraising ist laut Projektträger eine wichtige Aufgabe von Komm!, um den Bedarf an Gewaltprävention an Grundschulen einigermaßen bedienen zu können.

Kommentar aus dem Projekt

„Da die Entwicklung einer gemeinsamen Haltung gegenüber Gewalt in den Schulen ein Thema unserer Zeit ist, brauchen wir die Vernetzung aller am Schulalltag Beteiligten, um dauerhaft konstruktive Umgangsformen zu leben. Für Komm! bedeutet dies, die Arbeit auf allen Ebenen weiter auszubauen und die Schulen bei der Verankerung der Inhalte beratend zu begleiten.“

Kontakt

KinderschutzBund Ortsverband München e. V.
Ansprechpartnerin: Dr. Agnes Becker
Kapuzinerstraße 9d, 80337 München
Telefon: 089-555356
E-Mail: komm@dksb-muc.de
www.kinderschutzbund-muenchen.de/fachleute/projekt_komm.html

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Sekundärprävention an Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe ab der 8. Klasse

Ein Projekt der DrugStop Drogenhilfe Regensburg e. V.

Die Zunahme junger Konsumenten insbesondere im Bereich neuer psychoaktiver Substanzen sowie das immer geringere Einstiegsalter zeigten die Notwendigkeit authentischer Prävention.

Ziele

Jugendlichen authentische Informationen zu vermitteln, die sie für das Thema Drogen/Sucht sensibilisieren. Jugendliche zu befähigen, eine neue, reflektierte Perspektive des eigenen Umgangs mit Suchtmitteln zu entwickeln, klare Entscheidungen zu treffen, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und ihre „Nein-Sage-Kompetenz“ zu stärken.

Umsetzung

Der Schulalltag wird durch das sozialpädagogische Setting durchbrochen, das von Vertraulichkeit, Offenheit und einer akzeptierenden Grundhaltung bestimmt wird. Lehrer und andere „Autoritätspersonen“ sind ausgeschlossen.

- Schüler tauschen sich aus über eigene Erfahrungen mit Sucht, Rausch, Gruppendynamik, Abgrenzung, Selbstwert und Identität
- diese Erfahrungen werden reflektiert
- Hilfestellung durch Experten erfolgt

Danach wird das eigene Verhalten in Verbindung zu den Erfahrungen eines „clean“ lebenden Suchtkranken gebracht und kritisch reflektiert.

Von diesem Austausch profitieren sowohl Jugendliche als auch Suchtkranke.

Das Projekt wurde 2006 durch die Universität Regensburg evaluiert.

Im letzten Jahr wurden 112 Schulklassen, Betriebe und Jugendhilfeeinrichtungen erreicht. Das Präventionsprojekt richtet sich auch an Erwachsene in Form von (begleitenden) Lehrerfortbildungen, Elternabenden und Vorträgen. Im Schuljahr 2015/16 wurden ca. 2.800 Personen erreicht.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft seit 13 Jahren und wird stetig weiterentwickelt. Es ist eine gemeinnützige Aufgabe des Vereins. Das Präventions-Team besteht aus drei Personen (zwei Suchtkrankenhelfer, ein Diplom Pädagoge). Die Finanzierung ist nicht kostendeckend. Finanzielle Unterstützung kommt aus den zuständigen Jugendämtern. Die Schulen sind mit einem Unkostenbeitrag beteiligt.

Kommentar aus dem Projekt

Schüler: „Es war sehr spannend und hat mir ein komplett neues Bild von Suchterkrankungen gegeben.“ „(...) aufschlussreich auch, was andere Schüler darüber denken.“

DrugStop: „Wir verhindern den Einstieg, wir begleiten den Ausstieg.“

Kontakt

DrugStop Drogenhilfe Regensburg e. V.
Ansprechpartner: Felix Domnick
Landshuterstraße 43, 93053 Regensburg
Telefon: 0941-5843-032
E-Mail: praevention@drugstop.org
www.drugstop.de/angebot/praevention

Gesund bewegt durch den Kitaalltag

Gesunde Ernährung und viel Bewegung im Großstadtleben in der Kita Mio, Nürnberg

In der Kita Mio im multikulturellen Stadtteil Gostenhof in Nürnberg werden 100 Kinder im Alter von null bis zwölf Jahren den ganzen Tag betreut. Durch das Leben in der Stadt gibt es immer weniger Bewegungsräume für Kinder. Die Wohnungen der Familien sind oft sehr klein und das Umfeld sehr zugebaut. Immer mehr Familien sind voll berufstätig. Es wird immer weniger gekocht und auch gemeinsam eingenommene Mahlzeiten werden seltener. Um dem einen Gegenpol zu setzen, wurden in der Kita seit Mitte 2015 Maßnahmen in unterschiedlichen Bereichen entwickelt.

Ziele

Den Kindern sollen im Kitaalltag viele Bewegungsmöglichkeiten gegeben und den Familien Spaß und Freude an gesunder Ernährung und Bewegung vorgelebt werden. Durch gemeinsame Familienaktivitäten sollen den Eltern die Nürnberger Möglichkeiten bekannt gemacht werden und sich Netzwerke unter den Eltern bilden, denn: Gemeinsame Bewegung macht oft mehr Spaß.

Umsetzung

Verschiedene Aktivitäten fördern die Gesundheit der Kitakinder und ihrer Familien:

- Bewegungsolympiaden, Familienpicknicks und Elternabende
- gesunde Vollverpflegung in der Kita durch einen ausgewogenen Speiseplan, Einstellung einer Köchin, Kochkurse für Eltern und Kinder
- Umbau des Essraumes zum gemütlichen Bistro und des Bewegungsraumes für mehr Bewegungsangebote
- intensive Zahnpflege
- Schwimm- und Entspannungskurse, wöchentliche Tobstunde für die Jungs und vieles mehr.

Teilgenommen haben insgesamt ca. 120 Familien. Bei den drei Bewegungsolympiaden haben jeweils 35 – 47 Familien mitgemacht und bei den Familienausflügen jeweils mindestens zehn Familien. Konkret verbessert haben sich die Ergebnisse bei den zahnärztlichen Untersuchungen. Außerdem kommen einige Familien durch die Olympiade erstmals zu Fuß in die Kita und nur zwei von 100 Kindern haben leichtes Übergewicht, alle anderen liegen im Normalbereich. Alle Kinder bekommen ganztäglich gesunde Mahlzeiten.

Auf der Projekt-Internetseite ist eine Dokumentation vorhanden und im Rahmen des „Coachings Kitaverpflegung“ und des Entspannungsprojektes sind Projektberichte entstanden.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt war für ein Jahr angelegt und hat sich immer weiterentwickelt. Inzwischen sind viele Dinge in den Alltag eingeflossen und aus dem Haus nicht mehr wegzudenken. Das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Fürth unterstützte mit dem Projekt „Ernährung und Bewegung für Eltern mit Kindern von 3 – 6 Jahren“ und dem „Coaching Kitaverpflegung“. Die Techniker Krankenkasse finanzierte das Entspannungsprogramm für Kinder und Pädagogen. Die Finanzierung der Schwimmkurse erfolgte über die Stadt Nürnberg und die Bildung- und Teilhabe-Gutscheine. Das Bistro wurde mit Hilfe von drei Spendern und Eigenmitteln umgebaut. Hinzu kam viel Engagement des Mio-Teams und zahlreicher Ehrenamtlicher.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

Über die Familienpicknicks: „Am Vormittag bereiten die Kinder viele picknicktaugliche gesunde Leckereien vor. Wir treffen uns am Nachmittag mit den Familien und packen unseren Bollerwagen mit den leckeren Sachen voll. Dann geht es los in den nahegelegenen Pegnitzgrund. Dort machen wir es uns gemütlich, packen alle Sachen aus und eine Ernährungsberaterin gibt Tipps und Anregungen für gesunde, leckere Kost. Dabei werden auch die Rezepte getauscht. Ein Sportpädagoge motiviert dann Kinder und Eltern zum gemeinsamen Spiel.“

Kontakt

ISKA gGmbH, Kita Mio
Ansprechpartnerin: Michaela Hartmann
Bärenschanzstraße 10, 90429 Nürnberg
Telefon: 0911-99399-7271
E-Mail: hartmann@iska-nuernberg.de
www.iska-nuernberg.de/mio

„Was braucht ein Störenfried?“

Plakatabfrage, Fachtag und Wanderausstellung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Neuburg-Schrobenhausen

Das Projekt setzte den Jahresschwerpunkt des Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen um.

Ziele

Das Projekt verfolgte folgende Ziele:

- Perspektivwechsel für Fachkräfte
- Vernetzung der Akteure
- Anstoß für nachhaltige Implementierung.

Umsetzung

Der Jahresschwerpunkt wurde mit folgender Maßnahmenkombination umgesetzt:

- Plakatabfrage an 92 Schulen und Kitas im Landkreis: „Was braucht ein Störenfried?“
- Fachtag zum Thema „Psychische Gesundheit von Kindern“ am 25.10.2016 im Landratsamt mit 150 Fachkräften (200 Interessierten) bestehend aus Lehrern, Ärzten, Kinder- und Jugendpsychotherapeuten und Pädagogen.
- Wanderausstellung mit den Ergebnissen aus der Plakatabfrage, dem Fachtag und den daraus resultierenden Ideen für die Zukunft.

Folgende Ergebnisse lassen sich festhalten:

- Fachkräfte wünschen sich mehr Vernetzung und Austausch
- Elternarbeit ist wichtig und muss gestärkt werden
- Inklusion ist eine Haltung: Jeder muss Verantwortung übernehmen.

Der Fachtag wurde mit Fragebögen evaluiert, die Ergebnisse des Workshops wurden dokumentiert und die Plakatabfrage ausgewertet.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Es handelt sich um eine Mischfinanzierung bestehend aus:

- Zuschüssen im Rahmen des Jahresschwerpunktes des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege
- Finanzierung der Verpflegung und der Namensschilder durch die Stiftung St. Johannes
- Finanzierung der Ausstattung für den Fachtag und der Referenten-Geschenke durch die Offenen Hilfen
- Finanzierung des Kaffees und der Häppchen durch das Landratsamt Neuburg

Kommentar aus dem Projekt

Aus dem Flyer des Fachtages

„Psychische Gesundheit von Kindern“:

„Aufbauend auf den Fachvortrag, einer Expertenrunde auf dem Podium, sowie den Ergebnissen der Workshops und einer Plakatabfrage soll ein Perspektivwechsel gelingen: Welche Art von Umgebung, Beziehung und Gesellschaft braucht es, um JEDEM Kind ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen?“

Kontakt

Gesundheitsamt Neuburg-Schrobenhausen

Ansprechpartnerin: Johanna Ehm

Müller-Gnadeneck-Weg 1,

86633 Neuburg a. d. Donau

Telefon: 08431-57-500

E-Mail: gesundheitsamt@lra-nd-sob.de

Mutter-Kind-Projekt PEACHES (Programming of Enhanced Adiposity Risk in Childhood – Early Screening)

**Früherkennung eines Übergewichtsrisikos bei Kindern adipöser Mütter –
Ein Projekt der Arbeitsgruppe Molekulare Ernährung am Forschungszentrum
der Kinderklinik der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU)**

Mehr als jede dritte Frau in Bayern ist zu Beginn der Schwangerschaft übergewichtig. Dies vervierfacht das Risiko des Kindes, ebenfalls Übergewicht zu entwickeln. Die Hälfte aller Kinder dieser Mütter wird als Jugendliche übergewichtig oder adipös sein. Die Adipositas Epidemie ist eine globale Herausforderung, jedoch fehlen Konzepte zur gezielten Prävention.

Ziele

Das Projekt zielt auf die Früherkennung eines Adipositas-Risikos bei Nachkommen übergewichtiger Mütter ab. Gezielte Ernährungsberatung findet statt.

Umsetzung

Zwischen 2010 und 2015 wurden in 24 bayerischen Geburtskliniken Mutter-Kind-Paare mit einer Risikokonstellation rekrutiert und untersucht. Die Untersuchungen schließen Blutuntersuchungen, körperliche Untersuchungen und eine Ernährungsbefragung ein. Die Probanden werden wie folgt begleitet:

- Eingangsuntersuchung in der Schwangerschaft
- 3 Monate nach der Geburt die erste Untersuchung des Neugeborenen
- mütterliche Folgeuntersuchung 3 Jahre nach Geburt
- Folgeuntersuchung des Kindes um den 5. Geburtstag
- Ernährungsberatung
- der Gewichtsverlauf der Kinder und ein Fragebogen zur Ernährung werden über die Kinderärzte und die Familien im Jahresturnus rückgemeldet
- die Teilnahme endet mit dem 5. Lebensjahr des Kindes

Die Studienadhärenz ist mit ca. 90 % hoch. Erste Ergebnisse haben den Langzeitbiomarker HbA1c für den Blutzuckerspiegel im mütterlichen Blut als potentiellen Prädiktor für ein Langzeitrisko identifiziert.

Über 1670 Mutter-Kind-Paare wurden in die Studie aufgenommen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Studie startete im Jahr 2010 und ist zunächst bis 2020 angesetzt. Eine Verlängerung zur Langzeitbeobachtung ist geplant. Die Finanzierung erfolgt durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung und die Stiftung Kardiovaskuläre Prävention bei Kindern der Ludwig-Maximilians-Universität München. Es besteht eine enge Kooperation mit Geburtskliniken und niedergelassenen Kinderärzten in der Region.

Kommentar aus dem Projekt

„Neuere wissenschaftliche Studien zeigen, dass bereits frühe Einflüsse im Mutterleib zu einer „Fehlprägung“ und somit zu einem erhöhten Risiko für Übergewicht führen können (fetale Programmierung).“

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kontakt

PEACHES-Projektgruppe
Forschungszentrum der Kinderklinik
der LMU München, AG Molekulare Ernährung
Ansprechpartnerin: Prof. Dr. Regina Ensenaer
Lindwurmstraße, 80337 München
Telefon: 089-8242-8257
E-Mail: peaches@med.uni-muenchen.de
www.peaches-studie.de

Die Familien-Challenge

Psychische und körperliche Gesundheit durch Stärkung der Familienbande – Ein Projekt des Sucht-Arbeitskreises im Berchtesgadener Land

Laut Projektträger konnte ein Bedarf an Stärkung der psychischen Entwicklung von Kindern in der Familie und an Förderung alternativer Freizeitgestaltungsmöglichkeiten festgestellt werden.

„Die Familien-Challenge“ entstand als Ergebnis des vom Sucht-Arbeitskreis im Oktober 2015 durchgeführten Zukunftsforums „Wie können Kinder und Jugendliche in unserem Landkreis (psychisch) gesund aufwachsen?“.

Ziele

Das Projekt sieht seine Ziele darin, dass Familien bzw. als solche definierte Lebensgemeinschaften von Erwachsenen und Kindern dazu angeregt werden sollen, gemeinsam Zeit zu verbringen. Idealerweise lassen sie sich dazu animieren, alternative Gestaltungsmöglichkeiten der Familienzeit auszuprobieren. Die gemeinsame Aktivität soll vor allem psychisch gesundes Aufwachsen und das Wohlbefinden in der Familie als Basis von Gesundheit fördern.

Umsetzung

Kernstück der Familien-Challenge ist eine Internetseite, auf der sich Familien anmelden und Anregungen aus verschiedenen Aktivitäts-Kategorien holen können:

- Für jede durchgeführte Aktivität werden Punkte vergeben, die zur Teilnahme an diversen Preisverlosungen berechtigen.
- Als internetbasiertes Angebot kann ein niedrigschwelliger Zugang zu Familien geschaffen werden.
- Zusätzlich fand eine Kabarettveranstaltung „G’sundheit“ für Eltern statt.
- Außerdem findet im Februar ein „Familien-Aktiv-Wochenende“ statt, für das die Teilnahme kostenfrei möglich ist, wenn man bei der Challenge mitmacht.

Auf der Internetseite wurden bis 09. Dezember 2016 insgesamt 609 Besucher und 4.320 Zugriffe registriert. Die Besucherzahlen zeigen, dass viele Besucher auf die Seite zugreifen (und ggf. für sich nutzen), ohne sich für die Challenge anzumelden. Das Gesundheitskabarett am 01. Dezember 2016 wurde von ca. 50 Personen besucht.

Das Projekt und sein Verlauf sind über die Internetseite www.familien-challenge.net insbesondere auch über den Blog auf der Startseite einzusehen. Die Seite wird fortlaufend angepasst. Eine Befragung der teilnehmenden Familien und Auswertung ist für das Projektende geplant.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Startschuss für die Internetseite war der 10. Juli 2016 anlässlich eines „Kindertages“ des Landkreises. Im Vorfeld wurde die Internetseite erstellt. Die Projektlaufzeit ist bis 31. März 2017 angesetzt. Die Finanzierung des Projektes wird aus Fördermitteln der „Gesunden Kommune“ der AOK bewerkstelligt. Der Eigenanteil wird über das Gesundheitsamt abgedeckt.

Kommentar aus dem Projekt

„Da die vorgeschlagenen Aktivitäten mit Aspekten wie „Raus an die frische Luft“, Bewegung, Ernährung, Kreativität, Kooperation, Probleme lösen, miteinander reden und planen, Absprachen treffen usw. zu tun haben, werden ganz unterschiedliche Kompetenzen und Erlebensqualitäten in der Familie und besonders bei den Kindern gefördert.“

Kontakt

Sucht-Arbeitskreis im Berchtesgadener Land
Caritas Fachambulanz
Ansprechpartner: Marco Balonier
Wittelsbacher Str. 10b, 83435 Bad Reichenhall
Telefon: 08651-95850
E-Mail: marco.balonier@caritasmuenchen.de
www.familien-challenge.net

Moderne Drogenpolitik – zwischen Ideologie, Wissenschaft und den Ansprüchen einer modernen pluralistischen Gesellschaft

Ein politisches Planspiel für Schüler der Klassen 5 bis 10 – Projektwoche am Jenaplan-Gymnasium Nürnberg

Nach Ansicht des Bewerbers erschweren Ambivalenzen im gesellschaftlichen, politischen und juristischen Umgang mit Drogen die Suchtprävention. Für eine Projektwoche an einem Nürnberger Gymnasium wurde sein Modellprojekt zur Auseinandersetzung mit legalen und illegalen Drogen für die Schüler der Klassen 5 bis 10 umgesetzt.

Ziele

- transparente, ideologiefreie, wissenschaftlich fundierte und an den Interessen junger Menschen angelehnte Aufklärungsarbeit über die sozialen, gesundheitlichen, politischen sowie strafrechtlichen Gegebenheiten des Konsums legaler und illegaler Drogen
- Verdeutlichung des ungenutzten Potenzials des Lernortes Schule für die lebensweltnahe, bedarfsgerechte, selbstbestimmte und interessengesteuerte (Selbst-)bildung junger Menschen
- Grundsteinlegung für einen bewussten, willentlichen und wissentlichen Nichtkonsum oder Konsum von Suchtmitteln bei jungen Menschen
- neue Wege, wie medienpädagogische, politische, gesellschaftliche, wissenschaftliche und aufklärende Lerninhalte verknüpft werden können.

Umsetzung

Für eine Projektwoche vor den Sommerferien konzipierte der Drogen- und Suchtbeauftragte des Gymnasiums:

- ein mehrtägiges Rollenspiel
- am Beispiel eines Antrags zur Cannabislegalisierung der Grünen wurde die Entstehung eines Gesetzes im Deutschen Bundestag inszeniert
- Schülern wurde klassenübergreifend je eine definierte Rolle in einem Fachgremium (z. B. Gesellschaft, Recht, Wirtschaft, Gesundheit, Prävention etc.), in Bundesrat oder Bundestag, in der Presse/Medien oder als Lobbyist zugeteilt

- eine Webseite für einen Blog wurde entwickelt, auf die die Schüler mittels eigener Endgeräte schulintern zugreifen konnten
- Ablauf und Inhalt der Sitzungen der Fachgremien waren vorgegeben
- der Wochenplan für Gremiums-, Ausschuss-, Fraktions- und Plenarsitzungen und für Pressetermine war vorgegeben
- Lehrer waren gleichberechtigt in die Planspielstruktur eingebunden

Die Schüler wurden am Ende der Woche mittels Fragebogen interviewt. Die Ergebnisse wurden dokumentiert.

Teilnehmer waren alle Schüler der 5. bis 10. Klasse, d. h. 124 Personen und die Lehrkräfte.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Zur Umsetzung der Projektwoche am Jenaplan-Gymnasium Nürnberg vom 20.07.-24.07.2015 wurde die Regelarbeitszeit und die private Zeit des Bewerbers eingebracht.

Kommentar aus dem Projekt

Schüler: „Hinterher kannte man sich aus im Thema und man hat mal gemerkt, wie viel Arbeit zum Beispiel hinter der Tagesschau steckt.“, „... dass man gecheckt hat, wie das ganze Politikding funktioniert.“

Kontakt

Ansprechpartner:

Rolf Ring, staatlich anerkannter Sozialpädagoge
vormals: Jenaplan-Gymnasium, Nürnberg; aktuell:
Landratsamt Roth-Jugendamt/Jugendsozialarbeit
Brentwoodstr. 37, 91154 Roth

Telefon: 09171-9694-20

E-Mail: rolf.ring@landratsamt-roth.de

www.jpg320320320.wordpress.com

Das Gesundheitsstudio

Ein Angebot des Gesundheitsamts der Stadt Nürnberg zur Gesundheitsförderung im Setting Schule

Die jährliche Schuleingangsuntersuchung, die deutliche Unterschiede in der Gesundheitslage der angehenden Schulanfänger in einzelnen Schulsprengelein aufzeigt, dient als Grundlage für die Entwicklung von Angeboten des Gesundheitsstudios. Eine frühzeitig einsetzende und kontinuierlich fortgeführte Gesundheitserziehung ist ein elementarer Baustein nachhaltiger Gesundheitsförderung und Suchtprävention.

Ziele

Die Schüler erleben in den Studioangeboten die Auseinandersetzung mit gesundheitlichen Themen. Sie lernen ihren Körper auf ganzheitlicher Ebene kennen und entsprechend ihrer individuellen Bedürfnisse zu handeln. Die zentralen Lebenskompetenzen werden gestärkt. Die begleitenden Lehrkräfte erhalten Anregungen zur Einbindung gesundheitsfördernder Elemente in den Schulbetrieb. Die Angebote richten sich an Schüler ab der 2. Jahrgangsstufe.

Umsetzung

Die Umsetzung erfolgt durch 3 verzahnte Bausteine:

- Angebote für Schulklassen,
- Fortbildungsreihe „Gesundheit-Sucht-Schule“ für Lehrkräfte, pädagogische Mitarbeiter und Elternvertreter und
- Medienpakete für Schulklassen und Einrichtungen.

Die Angebote richten sich primär an Schulen in Gebieten mit erhöhter ökonomischer und sozialer Belastung. Sie können im Gesundheitsstudio ab der 2. Jahrgangsstufe an 10 verschiedenen Angeboten teilnehmen. Ergänzt werden diese Angebote durch eine Fortbildungsreihe, welche die Möglichkeit bietet, regionale Anbieter und Konzepte aus der Gesundheitsförderung und Prävention kennenzulernen. Darüber hinaus stellen die Medienpakete eine Vielzahl von Materialien zur Verankerung der Gesundheitsförderung im Schulalltag bereit.

Laut Projektträger gefallen den Schülern insbesondere die unterschiedlichen Materialien, die Lust machen, sich aktiv an den Themen zu beteiligen. Die Lehrkräfte

schätzen die Arbeit in Kleingruppen, die in anderer Umgebung und mit neuen Materialien dazu beiträgt, dass die Unterrichtseinheit bei den Kindern und Jugendlichen lange in Erinnerung bleibt. Die Medienpakete erhöhen diese Wirkung zusätzlich und bieten den Lehrkräften mit den ausgearbeiteten Unterrichtseinheiten weitere Anregungen.

Der Besuch jeder Schulklasse wird im direkten Anschluss der Veranstaltung von den durchführenden Fachkräften reflektiert und dokumentiert. Das Gesundheitsstudio und seine Angebote werden kontinuierlich evaluiert und weiterentwickelt. Eine umfangreiche Evaluation mit einer Befragung der Schüler und der Lehrkräfte fand in den Schuljahren 2012/2013 sowie 2013/2014 statt. Folgende Teilnehmerzahlen konnten in den vergangenen Jahren erreicht werden: 2015: 162 Klassen mit 3.385 Schülern, 2014: 150 Klassen mit 3.152 Schülern, 2013: 169 Klassen mit 3.318 Schülern.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Gesundheitsstudio bietet diese Angebote seit 2010 an. Sie werden kontinuierlich bedarfsorientiert weiterentwickelt. Ein Projektende ist derzeit nicht vorgesehen. Die Teilnahme an den Angeboten und die Ausleihe der Medienpakete sind kostenfrei. Es stehen insgesamt 4 hauptamtliche Mitarbeiterinnen des Gesundheitsamtes sowie Honorarkräfte zur Betreuung der Angebote zur Verfügung. Die Personal- und Sachkosten werden aus dem Budget des Gesundheitsamtes gedeckt bzw. mit den Kooperationspartnern anteilig verrechnet.

Kommentar aus dem Projekt

„Mit den Angeboten im Gesundheitsstudio werden Kinder und Jugendliche erreicht. Diese äußern eine hohe Zufriedenheit mit den Inhalten, der didaktischen Aufbereitung und den eigenen Möglichkeiten, sich zu beteiligen.“

Kontakt

Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg
Ansprechpartnerin: Dr. Ina Zimmermann
Burgstraße 4 , 90403 Nürnberg
Telefon: 0911-231-1955
E-Mail: ina.zimmermann@stadt.nuernberg.de
www.nuernberg.de/internet/gesundheitsamt/gesundheitsfoerderung.html

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

DON'T ACT – THINK!

**Alkohol, Crystal, Tabak – Lass´ die Monster nicht in Deinen Kopf! –
Ein Projekt der AOK Bayern die Gesundheitskasse Direktion Hof**

Immer mehr Jugendliche hatten schon mal einen Vollrausch oder haben Drogen ausprobiert. Die Stadt Hof nahe der tschechischen Grenze gilt als Hochburg für den illegalen Handel. Das Projekt DON'T ACT – THINK! wurde ins Leben gerufen, um die Drogen- und Suchtprävention in der Region zu unterstützen.

Ziele

Ziel ist, Schüler zu einer aktiven Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht zu motivieren und ihnen Aufklärung auf eine andere Art und Weise anzubieten. Das Projekt soll zum Nachdenken und zum Überdenken der eigenen Verhaltensweisen anregen. Das komplexe Thema wird mit Akteuren aus den Bereichen Gesundheit, Polizei, Staatsanwaltschaft, Jugendgericht, Suchtberatung und durch Berichte von Abhängigen beleuchtet.

Umsetzung

Das Projekt bringt Schüler mit verschiedenen Experten und Betroffenen zusammen, mit denen sie sich in Kleingruppen auf Augenhöhe unterhalten können. Projektstart war im September 2014:

- Der erste Suchttag fand am 08.05.2015 in Hof statt.
- Fünf Schulen ab der 9. Klasse mit je 20 bis 25 Schülern nahmen daran teil.

- Referenten waren Dr. med. Lothar Franz (Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie, Neurologie und Ärztlicher Direktor der Bezirksklinik Rehau), Thomas Schmalfuß (Kriminaloberkommissar und Drogenpräventionsbeamter der Kriminalpolizei-Inspektion Hof), Dietmar Burger (Staatsanwalt), Helmut Schmelz (Sozialrat bei der Suchtberatung des Landesamtes Hof) und ein Abhängiger.
- Der zweite Suchttag wurde am 11.05.2016 durchgeführt.

Pro Suchttag wurden 100 bis 120 Personen erreicht.

Die Evaluation der Suchttage brachte positive Rückmeldungen aller Beteiligten. Die Schüler schätzten vor allem die Mischung der Vorträge durch Fachkräfte und Betroffene.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Organisation und Durchführung wird über die AOK Bayern Direktion Hof betreut. Die Kosten für Raummiete und Verpflegung werden von der AOK Bayern im Rahmen ihrer Präventionsarbeit übernommen. Alle Referenten hielten Ihre Vorträge ehrenamtlich.

Kommentar aus dem Projekt

Teilnehmender Lehrer: „Praxisnahe Informationen über Sucht und Prävention, die Schüler zum Nachdenken anregen, Informationen zu Auswirkungen von Drogen“.

Kontakt

AOK Bayern die Gesundheitskasse Direktion Hof
Ansprechpartnerin: Ramona Koch
Ernst-Reuter-Strasse 117, 95030 Hof
Telefon: 09281-60-2199
E-Mail: ramona.koch@by.aok.de

Gemeinsam sichere Orte schaffen

Eine Initiative zum Schutz von Kindern vor sexueller Gewalt an Kitas und Grundschulen in Bayern von Power-Child e. V.

Mit dieser Initiative setzen die Erwachsenen ein deutliches Zeichen und die richtigen Impulse für den Schutz ihnen anvertrauter Kinder: Ein Ort, eine Region oder einzelne Einrichtungen machen sich stark für den Kinderschutz und holen Power-Child e. V. als Partner mit seinem großen Erfahrungsschatz im Bereich Präventionsmaßnahmen in ihre Einrichtung.

Ziele

Das Ziel ist es, gemeinsam mit allen am Projekt Beteiligten, das heißt Kindern, Eltern und Fachkräften, ein lebendiges, sensibles, tatkräftiges, nachhaltiges Miteinander zu schaffen. Kinder brauchen vor allem eines: gleichaltrige wie erwachsene Mitstreiter, die sie darin stärken, „Nein“ im richtigen Moment zu sagen und ihnen zuverlässig und konsequent zu helfen, wenn ihre Grenzen überschritten werden.

Umsetzung

Das Power-Child-Theater-Präventionsprojekt richtet sich an die Zielgruppe der 3- bis 10-jährigen Mädchen und Jungen und ihre Bezugspersonen.

- Im Mittelpunkt des Projekts stehen die Aufführungen der Power-Child Theaterproduktionen „Sag JA zu Dir und NEIN im richtigen Moment“ für Eltern und Kinder. „Mit Lucky, dem Mutmachdrachen und Linus, dem Grenzenzieher im Herzen, gelingt es schon um einiges leichter, sich zur Wehr zu setzen“, so der Kommentar vieler Kinder nach dem Stück.
- Um das Projekt und sein Ziel „Gemeinsam sichere Orte schaffen“ zu realisieren und auch weiterhin

Kinder in den Einrichtungen zu erreichen, werden Eltern wie Fachkräfte in ihrem jeweiligen Verantwortungsbereich geschult und Materialien verbleiben in den Einrichtungen.

Am Unmittelbarsten reagieren laut Projektträger die Kinder: Sie singen die Mutmachlieder lautstark mit und unterstützen ganz selbstverständlich die Theaterkinder Tom, Tinka, Anna und Anton auf der Bühne, sich erfolgreich zu wehren. Fachkräfte, mit Materialien versehen, bestärken Kinder das „Nein im richtigen Moment“ zu üben und sind wachsam, was Übergriffe unter den Kindern und durch Erwachsene in der Einrichtung angeht. In den Familien singen Kinder die Lieder, die sie als CD mitbekommen, stellen den Eltern ihre Fragen und erzählen ihren Freunden von Lucky und Linus und deren Geschichten.

In Bayern wurden 2016 dank Power-Child-Präventionsmaßnahmen ca. 16.000 Kinder, Eltern und Fachkräfte erreicht. Die Projekte werden regelmäßig vom Projektträger evaluiert. Im Zuge einer wissenschaftlichen Arbeit von Psychologen der kbo Heckscher Klinik, Kinder- und Jugendpsychiatrie München werden die Projekte 2017 begleitet und evaluiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Es gibt Schwerpunktwochen in Bayern, in denen die eintägige Fortbildung für die Fachkräfte und die Kinderaufführungen stattfinden. Eine Beratung und Betreuung durch Power-Child e. V. erfolgt durchschnittlich über zwei Jahre im Nachgang.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Power-Child e. V. realisiert die Projekte mit Partnerstiftungen (z. B. Stiftung Soziales München, Stadtsparkasse München, Bündnis für Kinder, etc.) und Sponsoren, die Fördervereine der Einrichtungen zahlen obligatorisch 2 Euro pro Kind (um deren Einbindung zu verstärken).

Kommentar aus dem Projekt

„Ihr Präventionsprogramm hat allen außerordentlich gut gefallen. Inhaltlich sehr wertvoll und schauspielerisch von überragender Leistung waren Kinder und Lehrer beeindruckt. In den Nachbesprechungen in den einzelnen Klassen kam zum Ausdruck, wie sehr die Botschaften des Stücks den Schülern kindgerecht vermittelt werden konnten. Nochmals ein großes Kompliment an alle Beteiligten.“ – Barbara Madlindl, Rektorin Arnoldus Grundschule München, Februar 2016

Kontakt

Power-Child e. V.
Ansprechpartnerin: Elisabeth von Medem-Stadler
Landshuter Allee 11, 0637 München
Telefon: 089-38666-888
E-Mail: info@power-child.de
www.power-child.de

„Weil ich ein Mädchen bin“

Kurs zur Selbstfindung und Selbstentfaltung für Mädchen

von „Atempause“, Helga Moser, Bayerbach

Viele Mädchen und Frauen sind zaghaft, ängstlich und ohne Zutrauen zu ihren Fähigkeiten. Gerade die empfindliche Zeit der Pubertät verunsichert viele Mädchen und lässt sie an sich selbst und dem Rollenbild der Frau zweifeln.

Ziele

Die Mädchen sollen gestärkt werden in:

- Eigenwahrnehmung
- Auftreten, Kommunikationsfähigkeit und Ausdruck.

Sie sollen befähigt werden:

- ihre Stärken und Schwächen zu erkennen und für sich und die Gesellschaft zu nutzen
- sich selbst anzunehmen, wie sie sind. Dies soll dem Schönheitswahn etwas entgegensetzen.

Umsetzung

In philosophischen Gesprächen werden verschiedene Themen beleuchtet (z. B. „Wer bin ich – wer will ich sein?“), darüber hinaus sollen verschiedene Spiele und Übungen die Mädchen stärken, etwa:

- Kommunikationsspiele und soziale Spiele
- Körperwahrnehmungsübungen, Entspannungstechniken und geleitete Phantasiereisen
- Ausdrucksformen wie Rollenspiele, Tanz, Malen und Schreiben
- praktische Tipps in Bezug auf Sexualität, Körperpflege und Gesundheitsvorsorge.

Ergebnisse sind beispielsweise ein verbessertes Auftreten der Mädchen und sichereres Sprechen, eine verbesserte Kommunikationsfähigkeit und ein wertschätzender Umgang mit anderen. Bislang ist ein Kurs mit sechs Mädchen abgeschlossen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wird durch eine Kursgebühr der Teilnehmerinnen und einen Eigenanteil von „Atempause“ finanziert.

Kommentar aus dem Projekt

„Den Abschluss des Projektes bildet ein kleines Fest, dazu werden die Mütter eingeladen, das Projekt wird vorgestellt und einzelne Themen, die die Mädchen selbst bestimmen, werden zur gemeinsamen Diskussion gestellt. Anschließend wird gefeiert, getanzt und gespeist und der Freude, ein Mädchen/eine Frau zu sein, Ausdruck gegeben.“

Kontakt

Atempause

Ansprechpartnerin: Helga Moser

Au 1, 94137 Bayerbach

E-Mail: atempause-jetzt@gmx.de

www.helgasatempause.wordpress.com

Prävention in Ausbildungsstätte und Betrieb **3**





Preisträger

Ein Seniorenzentrum gerät in Bewegung – Gesundheits-Challenge 2016

Ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Beschäftigten und Bewohnern des Seniorenzentrums der Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH

Jutta Weigand, Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH

Ausgangslage

Der demografische Wandel ist ein gesamtgesellschaftliches Phänomen; die Folgen dieser Entwicklung sind in einem Seniorenzentrum besonders offensichtlich. Durch den sinkenden Anteil der Nachwuchskräfte und den steigenden Anteil von älterem Pflegepersonal ist der Fachkräftemangel in diesem Teil des Gesundheitsmarktes besonders gravierend. Die Anzahl an pflegebedürftigen Älteren wird weiter stetig wachsen.

Zielsetzung

Um diesem Szenario besser und auch langfristig gerecht zu werden, will das Seniorenzentrum der Sozialstiftung mit dem Projekt „Ein Seniorenzentrum gerät in Bewegung – Gesundheits-Challenge 2016“ eine Basis bilden, um seinen Mitarbeitern ein gesundes Altern in ihrem Beruf zu ermöglichen und gleichzeitig die Bewohner zu aktivieren.

Das besondere dieses Projekts ist der ganzheitliche und gesellschaftliche Ansatz. Die Bewegung und die Freude daran sollen sowohl die Senioren als auch das Personal bereichsübergreifend erreichen und in Schwung bringen.

Neben der Verbesserung von Wohlbefinden und Fitnesszustand der Belegschaft verspricht sich das Seniorenzentrum eine nachhaltige Stärkung der individuellen Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter und damit die Hinführung zu einem eigenverantwortlich geführten, gesunden Lebensstil.

Eine weitere Zielsetzung ist eine verbesserte Identifikation mit dem Unternehmen und eine Attraktivitätssteigerung für potentielle neue Arbeits- und Pflegekräfte. So kann die Mitarbeiterfluktuation verringert werden und ein besseres Betriebsklima entstehen.

Kernthemen des Projekts

1. Hoher Motivationscharakter durch die Challenge

Das Projekt besteht aus einer Gesundheits-Challenge zwischen den verschiedenen Wohnbereichen des Seniorenzentrums. Die Teilnahme an gesundheitsfördernden Maßnahmen wie zum Beispiel zielgruppenspezifischen Bewegungsprogrammen, Arbeitsplatzcoaching, Entspannungs- oder Kochkursen wird mit Punkten bewertet. Dieser Wettkampfcharakter soll die Motivation zur Teilnahme an Kursen und aktiven Maßnahmen auch in der Freizeit optimieren.

2. Einbindung der Gesundheits-Challenge in den beruflichen Alltag

Durch die Ausbildung von „Gesundheitslotsen“ wird die Punktevergabe auch fest im Arbeitsalltag integriert: Jeder Lotse kann zusammen mit anderen Mitarbeitern auch während des Arbeitsalltags Punkte durch gesundheitsförderliche Maßnahmen sammeln. Sowohl die Durchführung von gezielter Gymnastik am Arbeitsplatz als auch ein Spaziergang in der Mittagspause kann in die Bewertung einfließen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

3. Ganzheitlicher Ansatz:

Partizipation der Bewohner an der Challenge

Das Punktesystem verknüpft Gesundheitsförderung von Mitarbeitern und Bewohnern des Seniorenzentrums. Jede gesundheitsförderliche Aktivität mit Bewohnern wird besonders bewertet und in der Challenge dem entsprechenden Wohnbereich angerechnet. Hierfür wird vor Beginn der Challenge eine Teilgruppe der Mitarbeiter zu Bewegungscoaches ausgebildet, die für die gesteigerte Aktivität der Bewohner verantwortlich sind.

In dem vorher fest gelegten Zeitraum für den Punkteerwerb werden die aktiven Maßnahmen stetig erfasst und die aktuelle Punktezahl in allen Bereichen veröffentlicht.

Die Gewinner (eine Gewinnergruppe Mitarbeiter/eine Gruppe Senioren) der Challenge erhalten einen Sachpreis mit vorher definiertem Wert. Der Preis wird, wenn möglich, von der jeweiligen Gruppe gemeinsam eingelöst, zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls.

Umsetzung und Ablauf

1. Screening und Analyse der Arbeitsbereiche

Das Projekt beginnt mit einer Vorbesprechung in allen Arbeitsbereichen und besteht aus der Mitarbeit eines qualifizierten Therapeuten direkt vor Ort.

Anhand der aktiven Einbindung in den Arbeitsprozess und dem direkten Austausch mit den Mitarbeitern analysiert und beobachtet der Therapeut die arbeitsplatzbezogenen Bewegungsabläufe und physiologischen Körperbeanspruchungen.

Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, mit dem einzelnen Mitarbeiter eine individuelle Gesundheitsberatung im Rahmen der Analyse durchzuführen.

Mitarbeit eines Therapeuten in jedem Arbeitsbereich:

- Vertrauensbildung
- Akzeptanz der Maßnahme unter den Mitarbeitern
- Erfahrung der Arbeitsbelastung und Bewegungsabläufe durch den Therapeuten

Prävention in Ausbildungsstätte und Betrieb

- Sensibilisierung der Mitarbeiter für das Thema Gesundheit
- Dokumentation der ergonomischen Situation, Arbeitsorganisation oder der belastungstypischen Arbeitsbewegung
- Auswahl eines möglichen Lotsen
- individuelle Gesundheitsberatung.

Die physiologischen Anforderungen der Mitarbeiter sowie die sich daraus ergebenden Bewegungsmuster werden dokumentiert. Dies ermöglicht eine gezielte Analyse der Beanspruchungen.

2. Lotsenschulung „Train-The-Trainer“

Als Gesundheitslotsen identifizierte Mitarbeiter (je eine pro teilnehmendem Arbeitsbereich) werden zu verschiedenen Themen unmittelbar nach Abschluss von Modul 1 gezielt geschult.

Individuelle Schulung der Lotsen:

- Grundlagen, Aufgaben von Gesundheitslotsen
- Beanspruchung, Belastungsfolgen und Bewegungsmangel
- Ergonomie, Training und Ausgleich
- Stressbewältigung und soziale Kompetenz

Die Einrichtung von Gesundheitslotsen bzw. Multiplikatoren ermöglicht erst die Teilnahme an der Challenge, das heißt stellt ein Arbeitsbereich keinen Lotsen, kann er nicht an der Challenge teilnehmen. Somit wird nicht nur die Steuerung der Punktevergabe, sondern auch der gesamten Maßnahme gesichert. Die Kenntnis der Zusammenhänge im Hinblick auf arbeitsplatzbezogene Bewegungsmuster und körperliche Beanspruchungen schafft nicht nur ein fundiertes Basiswissen, sondern fördert auch die Akzeptanz und unterstützt Führungskräfte bei der zielgerichteten Motivation der Mitarbeiter. Die Gesundheitslotsen sollen das Thema Gesundheit nachhaltig fokussieren und werden dahingehend auch geschult.

Inhalt	Information	Punkte
Kursteilnahme	Praxis	3
Seminarteilnahme	Theorie	3
BIA Messung am Kick-off Tag	Event, Individualberatung	1
Aktivität mit Gesundheitslotsen (Bereichsübergreifend)	zum Beispiel Spaziergang Mittagspause (10 Minuten), Ausgleichsübungen (10 Minuten)	2
Bewegung mit Bewohnern durch Betreuungskräfte	mindestens 20 Minuten	1
YoungGo mit Bewohnern durch Betreuungskräfte	mindestens 20 Minuten	2
Teilnahme eines Mitarbeiters an Bewegung mit Bewohnern	nur mit Betreuungskraft	3

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

3. Challenge der Arbeitsbereiche

Mit Modul 3 sollen die Mitarbeiter gezielt in Bewegung geraten. Mit einer Kick-Off-Veranstaltung startet die Challenge; optional können Mitarbeiter währenddessen einen sportdiagnostischen Test mit individueller Beratung durchführen.

Die zielgerichteten, aktiven Inhalte und Maßnahmen der Challenge werden durch die Analyse und später in den Schulungen durch die Mitarbeit der Lotsen erarbeitet. Somit können alle Mitarbeiter die Challenge aktiv mitgestalten und der Motivationscharakter, an Bewegungseinheiten teilzunehmen ist noch größer. Sämtliche Maßnahmen werden von qualifizierten Sport-, Physio- und Bewegungstherapeuten durchgeführt.

Auszug aus dem Maßnahmenkatalog:

Um eine möglichst große Zahl an Mitarbeitern aus dem Schichtdienst zu erreichen, ist das aktive Kurs- und Seminarprogramm zu attraktiven Zeiten platziert. Den Teilnehmern stehen für jede Einheit je ein Termin vor und ein Termin nach der Arbeitszeit zur Auswahl. Durch die abwechslungsreichen Inhalte und Bewegungsangebote gibt es die Möglichkeit, die richtige Gesundheitssportart und Methode für sich selbst zu finden, um langfristig aktiv und gesund zu bleiben. Abhängig von den Teilnehmern besteht die Möglichkeit, weitere Inhalte und Sportarten, sofern diese umsetzbar und inhaltlich sinnvoll sind, mit in das Konzept zu integrieren.

Prävention in Ausbildungsstätte und Betrieb

Zusätzlich zu den aktiven Maßnahmen werden aus der Analyse verschiedene Seminarinhalte abgeleitet aus den Themenkomplexen

- Stressbewältigung und soziale Kompetenz
- Bewegung und Ausgleich
- gesunde Ernährung
- Rückenschule

Ergebnisse und Feedback

Der Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH war es besonders wichtig, dass eine hohe Anzahl an Mitarbeitern und Bewohnern mit dem Wettbewerb erreicht wird.

Es sollte kein Nischenangebot für Bewegungsfreudige werden. In enger Zusammenarbeit mit dem Projektteam der Sozialstiftung Bamberg saludis gGmbH wurde ein passgenaues Angebot erstellt.

Die untenstehende Tabelle zeigt wie hervorragend dies gelungen ist:

Nach der Kick-off Veranstaltung ging geradezu eine „Welle“ der Beteiligung durch das Seniorenzentrum und es entstand sowohl bei Mitarbeitern als auch bei Bewohnern ein Wettkampffieber. Das Aushängen der Punkte der Einzelnen „stachelte“ manche Teams besonders an und das gemeinsame Aktivsein wurde noch verstärkt.

Die Idee, dass sich Bewohner und Mitarbeiter gemeinsam im Arbeitsalltag bewegen, vor Ort in den Wohnbereichen, wurde gut angenommen. Sicherlich auch, weil es dafür eine bewusst hohe Anzahl an Punkten gab.

Die Lotsenfindung war nicht einfach, aber die geschulten Lotsen sind mit hohem Engagement an ihre Aufgabe herangegangen und haben versucht die Kollegen in ihren Bereichen mitzureißen.

	Bewohner	Mitarbeiter
Dauer in Wochen bis zum 08.09.2016	20	24
Gesammelte Punkte gesamt	3.180	1.355
Teilnehmer in Bewegung *	2.376	600
Bewohner in Bewegung pro Woche	119	-
Dauer einer Einheit in Minuten	20	-
Bewohner/Mitarbeiter in Bewegung in Stunden insgesamt	799	299
Bewohner in Bewegung in Stunden pro Woche	39,5	-
Mitarbeiter in Bewegung pro Woche	-	25

* Anzahl aller Teilnahmen an den Maßnahmen

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Sowohl die Preisübergabe für das Siegerteam als auch das Fest der besten Bewohner wurden gut angenommen und haben das Gemeinschaftsgefühl der Gruppen verstärkt. Es bleibt abzuwarten, ob das Mitarbeiterteam den Eventgutschein tatsächlich im Sommer gemeinsam einlösen wird. Insgesamt wurde die Gesundheitschallenge sehr gut von den Mitarbeitern und Bewohnern aufgenommen.

Neben den positiven Effekten der Bewegungseinheiten für die Gesundheit der einzelnen Teilnehmer, der Wissensvermittlung und den neuen zwischenmenschlichen Kontakten, ist auch ein Gesamtgefüge entstanden, welches als organisatorisches Grundgerüst für weitere Maßnahmen dient.

Das Nachfolgeprojekt ist vom Regelwerk und in den Veröffentlichungen ähnlich. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt im Thema Achtsamkeit.

Spannende Projekte und Angebote warten in 2017 auf Mitarbeiter und Bewohner: Spiegelzeit (Mitarbeiter schlüpfen in die Rolle von Bewohnern), Drums alive, Achtsamkeitsstellwände, frische Smoothies, Power-napping, Aquagymnastik, Ethiksalon und vieles mehr.

Kontakt

Sozialstiftung Bamberg Altenhilfe gGmbH

Ansprechpartnerinnen:

Jutta Weigand, Alexandra Kerndler

St. Getreu Straße 1, 96049 Bamberg

Telefon: 0951-50330102

E-Mail:

alexandra.kerndler@sozialstiftung-bamberg.de

NeRo: Netzwerk Rosenheim – Suchtprävention für Unternehmen

Ein Netzwerk zum Thema Suchtprävention und psychische Gesundheit für Unternehmen im Raum Rosenheim von neon – Prävention und Suchthilfe Rosenheim e. V. mit den Partnern AOK Direktion Rosenheim und dem Wirtschaftlichen Verband der Stadt und des Landkreises Rosenheim e. V.

Angestellte mit psychischen Auffälligkeiten und Suchtproblemen erreichen das (Sucht-)Hilfesystem oft erst nach Vollausrprägung der Erkrankung. Dies ist einerseits der Hochschwelligkeit und der Komm-Struktur der Hilfesysteme anzulasten, andererseits aber auch der mangelnden Sensibilisierung der Betriebe. Das NeRo ist eine Präventionsplattform für Betriebe, um frühzeitige Hilfe sicherzustellen.

Ziele

- Sensibilisierung der Betriebe für das Thema Sucht und psychische Gesundheit
- Austausch über etablierte Präventionsmaßnahmen und Wissenstransfer
- frühzeitige Hilfe für Mitarbeiter mit psychischen Auffälligkeiten und Suchtproblemen
- Implementierung nachhaltiger Präventionsmaßnahmen in den Betrieben
- Förderung überbetrieblicher Zusammenarbeit der Unternehmen bei der Gesundheitsförderung.

Umsetzung

Mit NeRo wurde ein neuer Verbund für die Region geschaffen. Er bietet überbetriebliche Informations- und Schulungsangebote und fördert den Austausch der Mitglieder über erfolgreich durchgeführte Maßnahmen und implementierte Präventionsstrukturen.

- neon dient dabei als zentrale Beratungsstelle und bietet das gesamte Spektrum an Hilfen zu mehr psychischer Gesundheit: Prävention, Beratung, ambulante Therapie und Vermittlung in stationäre Einrichtungen und weiterführende Hilfen.

- Die über das NeRo erarbeiteten innerbetrieblichen Strukturen (z. B. Betriebsvereinbarung Sucht) helfen dabei, Vorfälle rechtlich abzusichern und diese mit mehr Klarheit und zielführender für alle Beteiligten anzugehen.
- Am 09. Juni 2015 fand die Auftaktveranstaltung des 1. Netzwerks Rosenheims statt.
- Mittlerweile finden die Treffen im halbjährlichen Turnus statt. Themen sind: psychische Gesundheit, Sucht, gesundes Führen, Arbeitsschutz, Umgang mit digitalen Medien am Arbeitsplatz usw. Referiert wird dazu von ausgewählten Experten.
- Die Netzwerktreffen finden immer in den Räumen eines Mitgliedsunternehmens statt.
- Teilnehmerzahl: 62 teilnehmende Betriebe aus der Region; Anzahl der erreichten Personen: ca. 2.600.

Alle Maßnahmen im Rahmen des NeRo werden evaluiert. Das NeRo selbst dient als Plattform des Wissenstransfers und der Qualitätssicherung.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Beginn des Projekts Juni 2015. Der Abschluss der 1. Projektphase ist für Juni 2018 geplant.

Um möglichst vielen Betrieben die Teilnahme am NeRo zu ermöglichen, wird von den Mitgliedern keine Teilnahmegebühr erhoben.

Finanziert wird das Projekt derzeit durch Eigenmittel des Trägers neon und Spenden; die Raumressourcen werden von den Netzwerkpartnern zur Verfügung gestellt und die Referenten verzichten i.d.R. auf ein Honorar. Präventionsmaßnahmen in den Betrieben werden durch die Krankenkassen finanziell gefördert.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

„NeRo fördert moderne Suchtprävention in Unternehmen im Raum Rosenheim und in den angrenzenden Landkreisen. Es bietet den Mitgliedern schnellen Wissenstransfer und konkrete Unterstützung bei der Umsetzung von Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen im eigenen Betrieb.

Die Unternehmen sparen Kosten und fördern das Betriebsklima sowie die Gesundheit ihrer Angestellten und Führungskräfte.“

Kontakt

neon - Prävention und Suchthilfe Rosenheim,
gemeinnützige Stiftungsgesellschaft mbH
Ansprechpartner:
Benjamin Grünbichler, Ludwig Binder
Ruedorfferstraße 9, 83022 Rosenheim
Telefon: 08031-3042300
E-Mail: info@neon-rosenheim.de
www.neon-work.de/angebote/nero_netzwerk-rosenheim.php

Bewegte Unternehmen

Das Erlanger Netzwerk für betriebliche Gesundheitskultur

Die „Bewegten Unternehmen“ entwickelten sich als Arbeitskreis aus der Gesundheitsinitiative „Bewegendes Erlangen“, die im Jahr 2003 von der Stadt Erlangen, in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportwissenschaften und Sport der Universität Erlangen-Nürnberg ins Leben gerufen wurde.

Ziele

Ziel dieser Initiative war und ist es, in Erlanger Betrieben eine Gesundheitskultur und -struktur auf- bzw. auszubauen. Dies erfolgt durch ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement. Das Netzwerk gibt interessierten Unternehmen Impulse und Unterstützung für den Aufbau von Strukturen, Prozessen und Maßnahmen im Gesundheitsmanagement und schafft somit die Grundlage für eine dauerhafte und nachhaltige Gesundheitspolitik im Unternehmen.

Weitere Ziele sind:

- die Nutzung von Synergieeffekten durch die gemeinsame Ausrichtung von Kursen
- möglicher Kontakt mit anderen Firmen über Gesundheitsthemen hinaus.

Umsetzung

Die beteiligten Unternehmen haben sich darauf verständigt, dass jeweils ein „Commitment“ durch die Führungsebene und Personalvertretung vorliegt, ein Verantwortlicher für die Planung und Umsetzung im Betrieb benannt ist, regelmäßig Aktivitäten und Aktionen zur Gesundheitsförderung durchgeführt und die Ergebnisse evaluiert werden. Insgesamt werden mit dieser Initiative rund 30.000 Erlanger Beschäftigte erreicht.

- Alle drei Monate treffen sich die Unternehmensvertreter zum Informations- und Erfahrungsaustausch, zur Diskussion und Vorstellung von Best-Practice-Beispielen, der Planung von Aktivitäten und zum Wissenstransfer durch Fachvorträge.

- Die regelmäßigen Netzwerktreffen werden von Gesundheitsexperten, sogenannten Mentoren, begleitet. Sie geben ihr Wissen und ihre Erfahrung zum betrieblichen Gesundheitsmanagement weiter und stehen den Unternehmen bei Fragen und der praktischen Umsetzung zur Verfügung.
- Einmal im Jahr findet eine große gemeinsame Bewegungsveranstaltung, der „Firmathlon“, statt. Dabei müssen jeweils drei Beschäftigte eines „Bewegten Unternehmens“ in einem Team drei unterschiedliche Disziplinen aus einer Reihe von Angeboten bewältigen. Über 650 Teilnehmer nehmen jährlich am Firmathlon teil.
- Die Unternehmen haben die Möglichkeit, bei Einhaltung festgelegter Qualitätskriterien, durch den Verein „Gesundheit und Medizin in Erlangen e. V.“ mit einem Label für erfolgreiches betriebliches Gesundheitsmanagement ausgezeichnet zu werden.
- 2015 fand erstmalig ein netzwerkübergreifender „Fachnachmittag“ mit Vorträgen und Workshops statt. Für 2017 ist ein weiterer „Fachnachmittag“ geplant.

Das Institut und Poliklinik für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Universität Erlangen-Nürnberg und das Zentralinstitut für angewandte Ethik und Wissenskommunikation haben das Projekt im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Umwelt von 2005 bis 2010 evaluiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt hat sich 2003 aus dem Arbeitskreis „Bewegendes Erlangen“ der Stadt Erlangen entwickelt. Träger des Netzwerkes ist die Stadt Erlangen, Organisation und Moderation liegen bei der Siemens-Betriebskrankenkasse. In den Arbeitsgruppen, die sich bestimmten Themen widmen, organisieren sich die beteiligten Firmen selbst. Das Netzwerk und die anstehenden Jahresveranstaltungen werden durch die Unternehmen finanziert bzw. personell unterstützt. Die Teilnahme am Netzwerk ist kostenfrei.

Kommentar aus dem Projekt

„Das Netzwerk gibt auf die jeweilige Situation des Unternehmens zugeschnittene Hilfestellungen zu den Themen Bewegung, Ernährung, psychische Gesundheit und Entspannung und fördert durch Austausch und Vermittlung von Erfahrungen und Know-How die erfolgreiche Umsetzung von Gesundheitsmanagement in den beteiligten Unternehmen.“

Kontakt

Siemens-Betriebskrankenkasse (SBK)
Ansprechpartner: Stefan Neuner
Zenkerstraße 9, 91052 Erlangen
Telefon: 09131-40083120
E-Mail: stefan.neuner@sbk.org
www.bewegte-unternehmen.de

Gesundheitstag am Schulzentrum des DIAKO

Stärkung der salutogenetisch-resilienzfördernden Kompetenzen von Auszubildenden und Beschäftigten in der Evangelischen Diakonissenanstalt Augsburg

Das Thema Gesundheit spielt in den sozialen und pflegerischen Berufen eine zentrale Rolle – sowohl im privaten als auch im beruflichen Alltag. Zur Sensibilisierung für das Thema wurde der Gesundheitstag am Schulzentrum des DIAKO entwickelt.

Ziele

Durch den Gesundheitstag des Schulzentrums sollen die Auszubildenden und Beschäftigten für Salutogenese und Gesundheitsförderung sensibilisiert sowie die Kooperation und Kommunikation der Schulen und das soziale Miteinander gefördert werden. Die Teilnehmer

des Gesundheitstages sollen die eigenen Möglichkeiten der Gesundheitsförderung erkennen und Anregungen und neue Impulse für den privaten Ausgleich erhalten.

Umsetzung

Der modulare Aufbau wurde in gemeinschaftlicher, schulübergreifender Planung beschlossen. Seit 2012 findet der Gesundheitstag einmal im Jahr statt.

- Im Rahmen des Gesundheitstages werden jährlich wechselnde Workshops mit verschiedenen

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

gesundheitsorientierten Inhalten angeboten, wie beispielsweise Yoga, Trommeln, Achtsamkeit, Frauengesundheit, Musik machen, Essen global, Joggen, Clownerei, Flamenco, gesundes Essen, Gewerkschaft und Gesundheit, Gesichtsmassage, Prävention sexueller Gewalt.

- Die Workshops wurden bisher sehr interessiert aufgenommen. Die Teilnehmerzahl beläuft sich auf ca. 470.

Darüber hinaus wird der Präventionsgedanke auch außerhalb des Gesundheitstages in der Ausbildung weitergeführt. Dazu dienen auf Langfristigkeit angelegte Projekte wie der Besuch von (Jugend-) Beratungsstellen oder die Kooperation mit dem Gesundheitsamt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Der Gesundheitstag findet seit 2012 im jährlichen Rhythmus statt. Das Konzept des Gesundheitstages wurde von den Kollegien aller Schulen erarbeitet.

Die Finanzierung erfolgt über den Träger des Schulzentrums, die Evangelische Diakonissenanstalt Augsburg.

Kommentar aus dem Projekt

„Der Gesundheitstag des Schulzentrums will nicht nur die salutogenetisch-resilienzfördernden Kompetenzen von Auszubildenden und Mitarbeitern fördern, sondern auch das Leitbild des DIAKO aufgreifen, also das spirituell-wertschätzende Miteinander der Gemeinschaft im Schulzentrum erfahren“.

Kontakt

Evangelische Fachakademie
für Sozialpädagogik des DIAKO Augsburg
Ansprechpartner: Wolfgang Ripke-Landstorfer
Hooverstr. 5, 86156 Augsburg
E-Mail: info@diako-augsburg.de
Telefon: Sekretariat 0821-263845130
www.diako-augsburg.de

Lehrergesundheit

Prävention an Schulen mit dem AGIL-Programm („Arbeit und Gesundheit im Lehrerberuf“)

Die Arbeit von Lehrern ist, unter anderem angesichts der hohen Interaktionsdichte, potentiell in hohem Maße stressbelastet. Anhaltender Stress ist ein relevanter gesundheitsschädlicher Faktor. Erkrankte Lehrer waren und sind unter den Patienten psychotherapeutischer Kliniken die größte Berufsgruppe. Darüber hinaus ist „Lehrergesundheit“ eine Voraussetzung für langfristig erfolgreiche pädagogische Arbeit.

Ziele

Der Umgang mit berufsimmanenten Stressoren ist bzw. sollte Teil der Professionalität von Lehrkräften sein. Um diese gezielt fördern zu können, müssen die Muster und Strategien, in denen sich erkrankte und gesunde Lehrkräfte unterscheiden, bekannt sein und davon ausgehend ein Präventionsprogramm (primäre bis tertiäre Prävention) konzipiert, evaluiert und umgesetzt werden.

Umsetzung

Psychisch erkrankte Lehrer wurden mit gesunden Kollegen unter anderem bezüglich der Stress-Bewältigung verglichen. Defizite in den Dimensionen

- Sensibilität bzgl. Stress-Symptomen („Achtsamkeit“),
- stressverstärkende Muster („Denkbarkeit“),
- Fertigkeiten zur Belastungsbewältigung („Möglichkeiten“) und
- Erholungsverhalten („Erholung“)

determinieren Lehrergesundheit. Von diesen Befunden ausgehend wurde AGIL als Gruppen-Programm (8 Doppelstunden) entwickelt und eine kontrollierte

Studie bei erkrankten Lehrkräften durchgeführt. Im Rahmen des LeguPan-Projektes (Lehrergesundheit: Prävention an Schulen) wurde AGIL in Schulen und bei Referendaren evaluiert.

Erkrankten Lehrkräften, die AGIL als ergänzenden Therapiebaustein erhalten, gelingen die Rückkehr und der Verbleib im Beruf (12-Monats-Katamnese) deutlich besser als nicht-berufsbezogen Behandelten. Bei im Beruf stehenden Lehrern zeigte sich, dass gerade belastete Lehrer vom Programm auch über die 8 Doppelstunden hinaus profitieren. In der Lehrerakademie in Dillingen und unter anderem in Niedersachsen, wo AGIL im CARE-Gesundheitsprogramm des Kultusministeriums etabliert ist, wurden zwischenzeitlich mehr als 400 AGIL-Multiplikatoren geschult. Das modular aufgebaute, von den Teilnehmern gut angenommene und zumeist als sehr hilfreich erlebte Programm wird in vielen Schulen eingesetzt. Mehr als 300 AGIL-Teilnehmer wurden im Verlauf und katamnestisch untersucht. Mehr als 5.000 Lehrkräfte haben an AGIL-Kursen teilgenommen.

AGIL wurde bei Lehrer-Patienten, bei in Schulen tätigen Lehrern und Referendaren in kontrollierten Studien evaluiert und wissenschaftlich publiziert. Module zur Erhebung der Teilnehmerzufriedenheit sind etabliert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wurde seit 2004 in mehreren Schritten durchgeführt. Die Evaluation bei Lehrer-Patienten wurde vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege finanziert. Das LeguPan-Projekt wurde von der Bosch-Stiftung und organisatorisch vom Bayerischen Staatsministerium für Bildung und Kultus, Wissenschaft und Kunst unterstützt. Für das Referendar-Projekt wurde zudem eine Schulpsychologin abgeordnet. AGIL-Trainer werden in und mit Unterstützung der Lehrerakademie in Dillingen geschult.

Kommentar aus dem Projekt

„Was praktiziere ich bereits kompetent und gesundheitsfördernd? Welche Strategien könnte ich meinem Repertoire hinzufügen? Welchen Aufwand bedeutet dies und welche Schritte sind diesbezüglich konkret nötig? Ausgehend davon gilt es, ein „persönliches Entlastungsprojekt“ zu formulieren, das dann im Verlauf des Programms (und darüber hinaus) sukzessive verfolgt und vom Gruppenleiter begleitet wird.“

Kontakt

Schön Klinik Roseneck
Ansprechpartner: Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert
Am Roseneck 6 , 83209 Prien am Chiemsee
Telefon: 08051-100142
E-Mail: ahillert@schoen-kliniken.de
www.agil-lehrergesundheit.de

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kooperatives Betriebliches Gesundheitsmanagement in den Gemeinden Wilburgstetten und Mönchsroth

Vernetzung kleiner und mittelständischer Betriebe für ein gemeinsames Betriebliches Gesundheitsmanagement – Ein Projekt der Entwicklungsgesellschaft Region Hesselberg

Die Region Hesselberg ist eine stark ländlich geprägte Region. Der demografische Wandel, bedingt durch die Abwanderung junger Menschen und niedrige Geburtenraten, ist ein Problem aller ländlichen Gemeinden. Um die Gesundheit der Bürger in der Region zu fördern wurde das Gesamtkonzept „gesunde Region Hesselberg“ entwickelt. Das Modellprojekt „Kooperatives Betriebliches Gesundheitsmanagement“ ist in dieses Konzept eingebettet und vernetzt die kleinen und mittelständischen Unternehmen (KMU) der Gemeinden Wilburgstetten und Mönchsroth für ein gemeinsames betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM).

Ziele

Durch das Netzwerk wird gewährleistet, dass selbst der kleinste Betrieb die Möglichkeit erhält, BGM durchzuführen. Durch Veränderung der Rahmenbedingungen soll den Arbeitnehmern ein gesundheitsförderliches Verhalten erleichtert werden. Ziel ist, dieses Modellprojekt auf die ganze Region zu übertragen und damit deren Attraktivität für Familien und Betriebe zu steigern.

Umsetzung

Die Auftaktveranstaltung der „gesunden Region Hesselberg“ Mitte Mai 2016 erbrachte den nötigen Impuls. Es entstand das Netzwerk der Betriebe in Wilburgstetten und Mönchsroth, welches derzeit die Vertreter von 11 Unternehmen mit ca. 1.600 Mitarbeitern umfasst. Im Jahr 2017 soll das Netzwerk durch weitere Betriebe vergrößert werden.

- Die Mitglieder des Netzwerkes treffen sich alle drei Monate zum Austausch und zur Planung des weiteren Vorgehens. Begleitet werden die Treffen durch die Entwicklungsgesellschaft Region Hesselberg als Koordinator, fachliche Begleitung und Ansprechpartner.

- Beim ersten Netzwerktreffen im Juli 2016 wurden Ideen und Anregungen gesammelt. Im Rahmen des zweiten Netzwerktreffens im Oktober wurden zwei Projekte entwickelt:
 1. Durch das Projekt „Mitarbeiter des Monats“ werden Mitarbeiter der Betriebe in den Gemeindeblättern der Kommunen vorgestellt und z. B. für eine langjährige Betriebszugehörigkeit anerkannt. Dieses Projekt zielt auf die Wertschätzung der Mitarbeiter und soll die seelische Gesundheit fördern.
 2. Das zweite Aktivierungsprojekt greift den jährlichen Frühjahrslauf des hiesigen Sportvereins auf, welcher im März 2017 stattfinden wird. Durch die Gründung von Laufgruppen wird den Mitarbeitern ein gemeinsames Trainieren ermöglicht.
- Beim nächsten Netzwerktreffen liegt der Schwerpunkt auf einer zielgruppenspezifischen Gesundheitsförderung, welche durch eine Bedarfsanalyse und Gesundheitschecks auf die Mitarbeiter des jeweiligen Betriebs abgestimmt wird. Eine Evaluation durch Mitarbeiterbefragung ist geplant.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Projektlaufzeit von Juni 2015 bis Mai 2018 entspricht der Förderphase des Gesamtkonzepts „gesunde Region Hesselberg“. Am 12. Mai 2016 fanden die Auftaktveranstaltung des Gesamtkonzepts und die Netzwerkgründung statt.

Projektträger ist die Entwicklungsgesellschaft Region Hesselberg mbH, die im Rahmen des Regionalmanagements Bayern durch das Ministerium der Finanzen für Landesentwicklung und Heimat gefördert wird. Die Region Hesselberg stellt die personellen Ressourcen. Die Teilnahme am Netzwerk ist für die

Betriebe kostenfrei. Anfallende Kosten für die Einzelprojekte werden gemeinsam von den Unternehmen getragen.

Kommentar aus dem Projekt

„Wir denken schon lange darüber nach, für unsere Mitarbeiter ein Betriebliches Gesundheitsmanagement zu entwickeln, da vor allem in Zeiten der steigenden Ansprüche in der Wirtschaft die Gesundheit der Mitarbeiter der Schlüssel zum Erfolg ist. Allerdings konnten wir als ein Unternehmen mit weniger als zehn Arbeitnehmern bisher keine Ressourcen

dafür aufwenden. Durch das Netzwerk wird uns dies nun ermöglicht.“

Kontakt

Entwicklungsgesellschaft Region Hesselberg mbH
Ansprechpartnerin: Ute Vieting
Schloss Unterschwaningen,
Hauptstraße 11, 91743 Unterschwaningen
Telefon: 09836-970772
E-Mail: info@region-hesselberg.de
www.region-hesselberg.de

Johannesbad – Etappenlauf. FortSchritt gemeinsam erleben

Ein BGM-Projekt der Johannesbad Holding Bad Füssing

„Gesundheit ist unser Leben.“ Das ist das Selbstverständnis der Johannesbad Gruppe. Die Gesundheit bestimmt die alltägliche Arbeit mit und für die Kunden und Patienten der Johannesbad Gruppe. Auch für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gilt dies ohne Einschränkungen. Das Unternehmen ist angewiesen auf ein hohes Maß an Engagement, Erfahrung und Flexibilität sowie das Fachwissen der Beschäftigten. Dies zu fördern, aufrechtzuerhalten und zu entwickeln ist der Grundstein des Unternehmenserfolges. Darüber hinaus ist die tägliche Arbeit gerade in den Fachkliniken mit hoher physischer und psychischer Belastung verbunden.

Ziele

Ziele des Projektes sind:

- Reduktion der hohen physischen und psychischen Belastungen der Beschäftigten in allen Geschäftsbereichen
- die Beschäftigten auf einen gesunden Umgang mit den Herausforderungen des Alltags weiter einzustimmen und mit Spaß zu motivieren
- durch die standort- und abteilungsübergreifende gesundheitsfördernde Maßnahme soll der Austausch der Beschäftigten untereinander gefördert werden.

Umsetzung

Alle Beschäftigten der Johannesbad Gruppe waren eingeladen, am virtuellen, 26-tägigen „Johannesbad Etappenlauf“ aktiv teilzunehmen. Das Ziel war, gemeinsam genügend „echte“ Schritte zu sammeln, um einmal alle Standorte der Johannesbad Gruppe „abzulaufen“ und das fleißigste Team zu prämiieren.

- Zunächst wurde ein interdisziplinäres Team aus Beschäftigten verschiedener Abteilungen sowie Vertretern aus den Standorten gebildet.
- Gemeinsam mit einem externen Partner für die technische und inhaltliche Umsetzung entstand aus dem Team heraus die Idee zum ersten „Johannesbad Etappenlauf“.
- Es erfolgte die Einladung der Mitarbeiter zur aktiven Teilnahme am Etappenlauf. Frei zusammengestellte Teams mit insgesamt fünf Teilnehmern pro Team konnten sich online registrieren. Für die Erfassung der Schritte erhielten die Teilnehmer kostenlos einen Fitnesstracker und umfangreiches Informationsmaterial.
- Auf einer eigens ins Leben gerufenen digitalen Plattform konnten die Teilnehmer in Echtzeit die gemeinsamen realen Fortschritte online beobachten. Eine zunächst weiße Linie färbte sich nach und

nach mit jedem erfolgreich synchronisierten Schritt der Teams rot.

- Um die Motivation zu steigern, stieg zur Mitte des Laufes ein weiteres, virtuelles Team mit einem hohen Schrittkapital pro Tag ein. Unter allen Teams, die nach Ablauf der 26 Tage vor diesem Team lagen, wurden Gutscheine als zusätzliche Animation verlost.
- Im Ergebnis wurden alle zuvor definierten Ziele erreicht oder sogar übertroffen. Nahezu 25 % der Beschäftigten (450) haben am Etappenlauf teilgenommen und mit den gemeinsam erzielten Schritten das ursprüngliche Ziel von 200 Millionen um mehr als 50 Millionen übertroffen.
- Die Auswertungen zeigen, dass alle Teams Bewegung in ihren beruflichen und privaten Alltag integriert haben. Abteilungsübergreifende Lauf- und Trainingsgruppen sind entstanden, Wanderwochenenden wurden durchgeführt.

Der Wunsch einer Wiederholung in 2017 ist bereits mehrfach an die Projektgruppe und den Vorstand herangetragen worden.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Der Johannesbad Etappenlauf fand vom 11.07. bis 09.08.2016 statt. Inklusive Vorbereitungs- und Konzeptionsphase dauerte das Projekt von April bis September 2016. Das Projektteam, bestehend aus einem Projektleiter und einem Marketing-Mitarbeiter, wurde von neun temporären Projektmitgliedern unterstützt. Die Gesamtkosten wurden von der Johannesbad Holding getragen.

Kommentar aus dem Projekt

„Mit dem ‚Johannesbad Etappenlauf‘ ist es gelungen, noch mehr körperliche und geistige Bewegung in die Johannesbad Gruppe zu bringen.“

Kontakt

Johannesbad Holding AG & Co. KG
Ansprechpartner: Simon Pink
Johannesstraße 2, 94072 Bad Füssing
Telefon: 08531-232875
E-Mail: simon.pink@johannesbad.de
www.johannesbad.de

Targeted Maximum Likelihood Estimation (TMLE) to Estimate the Effect of an Educational Intervention on the Knowledge about Preventive Measures against Occupational Asthma and Allergies in Bavarian Agriculture Apprentices

Eine Interventionsstudie des Instituts für Arbeits- Sozial- und Umweltmedizin der LMU München mit Auszubildenden an Landwirtschaftsschulen in Oberbayern über deren Kenntnisse zu Schutzmaßnahmen zur Vermeidung von berufsbedingtem Asthma und Allergien

Asthma und Allergien sind als Berufskrankheiten potenziell vermeidbar und betreffen 5 bis 15 % der Erwerbstätigen. Neben organisatorischen und technischen Maßnahmen sind gerade in der Landwirtschaft persönliche Präventionsmaßnahmen wichtig, werden oft aber nicht wahrgenommen. Berufsschulen können in der Wissensvermittlung eine wichtige Rolle spielen, sofern adäquate didaktische Einheiten zur Verfügung stehen.

Ziele

Ziel der Studie war es, eine Lehrintervention zu entwickeln, die auch von denjenigen Lehrkräften an Landwirtschaftsschulen eingesetzt werden kann, die nur über geringes Wissen im Bereich des Arbeitsschutzes verfügen.

Umsetzung

Nach dem didaktischen Konzept des Lernens aus Fehlern, wurde ein Lehrkurzfilm entwickelt, indem ein Landwirtschaftsschüler persönliche Schutzmaßnahmen nicht korrekt einsetzte und ein weiterer Film, in dem dieser sich korrekt schützte.

Zur Evaluation der Maßnahme wurde eine Studie durchgeführt

- an Schülern von oberbayerischen Landwirtschaftsschulen im letzten Ausbildungsjahr
- Interventionsgruppe: Lehrfilm und Diskussion zu persönlichen Schutzmaßnahmen zur Vorbeugung von berufsbedingtem Asthma und Allergien
- Kontrollgruppe: keine Vermittlung der Inhalte des Lehrkurzfilms
- Fragebogen für beide Gruppen vor und 6 Monate nach dem Interventionszeitraum

Der Rücklauf der Befragung nach dem Interventionszeitraum war mit 41 % gering. Das spezifische Wissen in der Interventionsgruppe konnte im Vergleich zur Kontrollgruppe um 18,4 % signifikant gesteigert werden. Die Studie wurde im European Journal of Epidemiology publiziert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Feldarbeit: April bis Oktober 2014, Datenanalyse und Manuskript: April 2015 bis Juli 2016.

Die Studie wurde von der Initiative des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, Gesund.Leben.Bayern. und durch das Münchner Zentrum für Gesundheitswissenschaften finanziert und in Kooperation mit dem Institut für Kommunikationswissenschaften und Medienforschung der LMU München durchgeführt.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Ergebnisse zeigen, wenn auch in geringem Umfang, eine Erhöhung der Kenntnisse aufgrund einer einmaligen Lehrintervention an, die leicht in den Unterricht der berufsbildenden Schulen zu integrieren ist und kaum Vorwissen der Lehrer bedarf.“

Kontakt

Institut für Arbeits- Sozial- und Umweltmedizin der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München
Ansprechpartnerinnen: Prof. Dr. Katja Radon,
Daloha Rodríguez-Molina MSc
Ziemssenstraße 1, 80336 München
Telefon: 089-4400-52485
E-Mail: katja.radon@med.uni-muenchen.de
www.klinikum.uni-muenchen.de/Institut-und-Poliklinik-fuer-Arbeits-Sozial-und-Umweltmedizin/de/forschung/arbeitsgruppen/Prof__Radon/forschung/national/abgeschlossene-projekte/txt2PAUL-Studie.html

#wearethereforyou@audi – Gesundbleiben im Arbeitsleben

Ein Projekt der AUDI AG zur Sensibilisierung und Aufklärung von Auszubildenden zum Thema Gesundheitsfürsorge

Für die AUDI AG nimmt die Aufklärung und Sensibilisierung Auszubildender zum Thema Gesundheitsfürsorge einen hohen Stellenwert ein. Im Rahmen des betrieblichen Bildungsauftrages sieht sich die AUDI AG dazu aufgerufen, über die Leistungen des Gesundheitsschutzes zu informieren und die Persönlichkeitsentwicklung der Jugendlichen zu unterstützen.

Der BKK Gesundheitsreport 2016 zeigt, dass insbesondere die Prävalenz psychischer Erkrankungen langfristig steigt. Schwerpunkt des Projekts bildet daher der Workshop „Heute geht es um dich“.

Ziele

Dieser Workshop verfolgt folgende Ziele

- Stärkung des Selbstbewusstseins der Jugendlichen
- Bewusstsein über eigene Werte, Erwartungen und Ziele schaffen
- Reflexion des persönlichen Selbstkonzeptes ermöglichen
- der Gefahr von psychischer Überlastung Ressourcen und Strategien zur Stressbewältigung entgegensetzen
- Entwicklung der Team- und Kommunikationsfähigkeit
- Bedeutung und Möglichkeiten der Kommunikation verdeutlichen
- die Jugendlichen ernst nehmen und Partizipation ermöglichen.

Umsetzung

Das bereits seit mehreren Jahren bestehende Konzept des Gesundheitsschutzes zur Vorstellung des Gesundheitswesens und des anschließenden Ernährungsvortrages wurden inhaltlich überarbeitet und optimiert.

Jeder Auszubildende im ersten Ausbildungsjahr absolvierte einen Projekttag und durchlief dabei drei Module:

- Zunächst wurden die Auszubildenden in einem Vortrag über das AUDI-BGM und Gesundheitsleistungen der AUDI AG informiert.
- Schwerpunkt des Projekttags lag auf dem Workshop „Heute geht es um dich“, der von der Psychologin Karoline Nikolaus durchgeführt wurde. Inhaltlich wurden folgende fünf Themenbereiche mit theoretischen Hintergrundinformationen, Praxisbeispielen und Selbsterfahrungsübungen in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit ausgearbeitet:
 - Kommunikation
 - Erwartungen und Werte
 - Stressmanagement
 - Selbstkonzept und Selbstbild
 - Grenzen und Körpersprache

- Das dritte Modul bestand aus einem Ernährungsvortrag der AUDI BKK.

Zum Abschluss des jeweiligen Projekttag wurde eine Befragung mit insgesamt sehr positiver Resonanz durchgeführt. An dem Workshop und den Vorträgen nahmen 487 Auszubildende teil.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wurde über zehn Wochen im Jahr 2016 durchgeführt. Die Finanzierung erfolgte durch die AUDI AG. Die Ernährungsberatung wurde von der AUDI BKK getragen. Die personellen Ressourcen bestanden aus einer Psychologin, einer Fachärztin für Allgemein- und Arbeitsmedizin, einer Diplom-Pädagogin sowie einer Vertreterin des Bereiches Bildungswesen.

Aufgrund der positiven Resonanz soll das Projekt in Zukunft fortlaufend einmal im Jahr für die neuen Auszubildenden durchgeführt werden.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Auszubildenden werden dabei unterstützt, ihre persönlichen körperlichen und psychischen Ressourcen im Beruf und Privatleben optimal einzusetzen und den Umgang mit Kollegen in der Gruppe sowie mit Vorgesetzten kooperativ und wertschätzend zu gestalten.“

Kontakt

AUDI AG, Gesundheitsschutz

Ansprechpartnerinnen: Dr. Theresa Schweizer,
Anke Manthey

I/SW-1, 85045 Ingolstadt

Telefon: 0841-8944959

E-Mail: anke.manthey@audi.de

Protect your back

Aktionstag zur Rückengesundheit an Berufsfachschulen für Notfallsanitäter der Kommunalen Unfallversicherung Bayern

Heben und Tragen von Patienten, Arbeiten in ungünstigen Körperhaltungen, hoher Zeitdruck und eine große Verantwortung gehören zum Alltag von Rettungskräften. Folge dieser Belastungen ist eine hohe Prävalenz von Rückenbeschwerden im Rettungsdienst. Für die Prävention sind der richtige Umgang mit technischen Hilfsmitteln und ein Bewusstsein für die eigene Rückengesundheit von zentraler Bedeutung.

Ziele

Ziel ist es, zukünftige Rettungskräfte nachhaltig für die eigene Gesundheit zu sensibilisieren und zu befähigen, rückengerechte Hebe- und Tragetechniken unter anderem mit technischen Hilfsmitteln einsetzen zu können. Durch eine Schulung der Lehrkräfte soll das Thema Rückengesundheit besser in die Ausbildung integriert werden. Langfristig soll das Projekt ein fester Bestandteil des Curriculums werden.

Umsetzung

In einem partizipativen Prozess konzipierte eine interdisziplinäre Arbeitsgruppe einen Aktionstag für Berufsfachschulen für Notfallsanitäter. Die Projektgruppe setzte sich aus Arbeits- und Gesundheitswissenschaftlern, Ingenieuren, Dozenten der Berufsfachschulen sowie Physiotherapeuten zusammen. Der in zwei zweitägigen Workshops entwickelte Aktionstag unterteilte sich in die Abschnitte

- Vortrag zur Rückengesundheit
- Workshops zu Hebe- und Tragetechniken mit Hilfsmitteln und
- Praxisszenarien, in denen simulierte Notfallsituationen selbstständig und möglichst rückengerecht bewältigt werden sollen.

Die Berufsfachschulen wurden mit neuen technischen Hilfsmitteln ausgestattet. In einer intensiven Schulung wurden die Lehrkräfte sowohl zu rückengerechtem Arbeiten als auch in die neuen Hilfsmittel unterwiesen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Laut Projektträger bestätigen die Schüler eine hohe Relevanz des Themas in ihrem Arbeitsalltag und zeigen eine hohe Lernbereitschaft bezüglich der Arbeitstechniken. Die Resonanz der Veranstaltungen fiel bei allen Beteiligten positiv aus. Für den Transfer des Lerninhalts in die Praxis entwickelten die Schulen zur Vertiefung zunächst Praxisaufgaben für die Schüler. Von Juli bis November 2016 wurden sieben Aktionstage mit ca. 160 Schülern durchgeführt. Aufgrund der positiven Resonanz sind laut Projektträger für 2017 weitere acht Aktionstage mit ca. 200 Schülern angesetzt.

In zwei Schulen wurde das Projekt pilotiert und von Studierenden der TU Berlin unter Prof. Dr. Claus Backhaus evaluiert. Diese Evaluation wurde adaptiert und an den nachfolgenden Schulen ebenfalls durchgeführt. Die Ergebnisse wurden grafisch ausgewertet und diskutiert. Ein Evaluationstreffen aller beteiligten Schulen zur Ausarbeitung von Optimierungsmaßnahmen ist laut Projektträger für Februar 2017 geplant.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Projektstart war im Herbst 2015. Die Schulung der Lehrkräfte fand im Frühjahr 2016 statt. Sowohl die Schulung der Lehrkräfte als auch die einzelnen Aktionstage wurden von der Kommunalen Unfallversicherung Bayern (KUVB) finanziert. Kostenpunkte waren dabei der Einsatz der Lehrkräfte und des Physiotherapeuten sowie die Beschaffung der technischen Hilfsmittel. Die Personalressourcen der KUVB-Mitarbeiter wurden nicht berücksichtigt.

Kommentar aus dem Projekt

„Bedingt durch die partizipative Gestaltung des Projekts wird eine sehr hohe Akzeptanz und Motivation für das Thema ‚Rückengerechtes Arbeiten‘ seitens der Akteure geschaffen. Die Lehrkräfte achten in der rettungsdienstlichen Fachausbildung vermehrt auf die Prinzipien des rückengerechten Arbeitens.“

Kontakt

Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB)

Ansprechpartner:

Yvonne Kupske, Daniel Schinke

Ungererstr. 71, 80805 München

Telefon: 089-36093406

E-Mail: yvonne.kupske@kuvb.de

www.brk-bayreuth.de/2016/11/aktionstag-rueckengesundheit-an-der-bfs-fuer-notfallsanitaeter-in-bayreuth/

Darmkrebsprävention im Audi Checkup inklusive der Gesundheitsaktion „Krebs aktiv begegnen“ im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Ein Angebot der AUDI AG für ihre Mitarbeiter

Zusätzlich zum Audi Checkup und umfassenden Aktivitäten im Rahmen des BGM finden seit Jahren regelmäßig verschiedene Gesundheitsaktionen zu unterschiedlichen Präventionsthemen statt. Zum Thema „präventive Onkologie“ gab es vor 2015 noch keine eigene Gesundheitsaktion, sie ist aber seit 2006 Bestandteil des Audi Checkup.

Ziele

Das BGM bei Audi dient der Förderung und Erhaltung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Beschäftigten. Ein wichtiger Bestandteil des BGM ist der Audi Checkup, der auch die Darmkrebsprävention beinhaltet. Zielsetzung der zusätzlichen Gesundheitsaktion „Krebs aktiv begegnen“ ist eine grundsätzliche und umfassende Sensibilisierung zum Thema „Krebserkrankungen“.

Umsetzung

Seit 2007 ist Darmkrebsfrüherkennung ein fester Bestandteil des Audi Checkup. Sie wird allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern kostenlos angeboten. Die Teilnahmequote am Audi Checkup beträgt ca. 90 %. Seit 2006 haben mehr als 70.000 Beschäftigte teilgenommen.

- Im Rahmen des Checkup werden die Beschäftigten anamnestisch befragt und zur Vorsorgekoloskopie aufgeklärt und sensibilisiert. Darüber hinaus werden zahlreiche Informationen zur Verfügung gestellt, im Intranet und in Form von Printmedien.
- Im Juli 2014 erfolgte eine Umstellung der Darmkrebsfrüherkennung von einem Hämoccult-Test auf einen immunologischen Stuhltest.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

- Insgesamt wurden seit Umstellung des Tests bis Ende November 2016 knapp 2.000 Stuhlröhrchen abgegeben. Davon zeigten sich bei 96 Untersuchungen auffällige Befunde, bei denen zu einer Darmspiegelung zur weiteren Abklärung geraten wurde.
- Zeitgleich mit der Umstellung des Stuhltests wurde die Gesundheitsaktion „Krebs aktiv begegnen“ mit dem Schwerpunkt Darmkrebsprävention entwickelt.
- Die Gesundheitsaktion wurde 2015 in der Technischen Entwicklung und 2016 im Produktionsbereich Nord durchgeführt. Als „eye-catcher“ wurde der begehbare Darm der Felix-Burda-Stiftung aufgestellt. Infostände der Deutschen Krebshilfe, der Krebsberatungsstelle Ingolstadt, der Audi BKK, einer Ernährungsberatung sowie des Audi Gesundheitsschutzes und des Audi Fitness-Teams informierten zu verschiedenen Themen der Prävention. Dabei wurde auch auf die bestehenden Angebote des BGM hingewiesen. Zudem gab es ein Quiz rund um Krebserkrankungen. Fachvorträge ergänzten die Veranstaltung.
- Teilgenommen haben an der Gesundheitsaktion im Jahr 2015 mehr als 500 Beschäftigte, 2016 mehr als 600 Beschäftigte in drei Schichten.
- Nach der Aktion erfolgte eine Nachberichterstattung im Intranet.
- Die Gesundheitsaktion wurde per Fragebogen evaluiert. Die Evaluation zeigt ein insgesamt ein sehr positives Feedback zur Gesundheitsaktion.
- Zum Audi Checkup finden regelmäßig epidemiologische Analysen statt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Der Audi Checkup ist ein kontinuierliches Angebot und wird auch in Zukunft fester Bestandteil des BGM bei Audi sein. Die Gesundheitsaktion soll 2017 wiederholt werden.

Die Kosten für den Audi Checkup inklusive Darmkrebsfrüherkennung werden komplett vom Unternehmen getragen. Die Beschäftigten können während der bezahlten Anwesenheit kostenfrei teilnehmen. Die Kosten für die Gesundheitsaktion wurden ebenfalls weitgehend durch das Unternehmen getragen. Ein Teil wurde von der Audi BKK übernommen. Persönliche Unterstützung des Gesundheitsschutzes erfolgte aus den durchführenden Bereichen, dem Personalwesen und den Mitgliedern der Arbeitsgruppe „Gesundheitsaktionen vor Ort“.

Kommentar aus dem Projekt

„Das betriebliche Gesundheitsmanagement bei Audi hat hohe Unternehmenspriorität, ist Teil der Unternehmensstrategie und dient der Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter.“

Kontakt

AUDI AG, Gesundheitsschutz
Ansprechpartner: Dr. med. Matthias Finell
I/SW-3, 85045 Ingolstadt
Telefon: 0841-8944231
E-Mail: matthias.finell@audi.de

Prävention im Alter **4**





Preisträger

Offener Frühstücks-Treff „Gut für die Seele“ – Ein Angebot der Beratungsstelle „Ruhepunkt“ des Krisendienstes Mittelfranken

Beratung und Begleitung für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen in Nürnberg

Heiner Dehner und Meike Lezius, Förderverein ambulante Krisenhilfe e. V.

Wenn im Alter die Seele leidet – nach wie vor werden psychische Erkrankungen im Alter übersehen

Alt, einsam und psychisch krank – wenn ältere Menschen an Depressionen oder Ängsten leiden, ist es für sie auch heute noch keine Selbstverständlichkeit, sich Hilfe und Unterstützung zu holen. Viele Senioren scheuen den Weg in eine Beratungsstelle. Sie haben Bedenken, offen über ihre Erkrankung, über ihr Leid zu sprechen. Die Ängste vor Stigmatisierung sind nach wie vor groß.

Dabei ist die Anzahl der Betroffenen seit Jahren hoch: Ca. 25 % aller Senioren sind gerontopsychiatrisch erkrankt. Neben Depressionen und Ängsten können zum Beispiel Demenzerkrankungen, Alkohol- und Medikamentenabhängigkeiten oder Wahnstörungen auftreten.

Eine aktuelle Studie in sechs europäischen Ländern, an der 3.100 Menschen zwischen 65 und 85 Jahren teilnahmen, erbrachte noch höhere Zahlen. Rund ein Drittel der befragten Menschen in dieser Altersgruppe war innerhalb der vergangenen zwölf Monate an einer psychischen Störung erkrankt. Am häufigsten verbreitet waren Angsterkrankungen (17 %) und Depressionen (14 %).

Die Gründe für eine fehlende Inanspruchnahme von Fachärzten oder gerontopsychiatrischen Tageskliniken, ambulanter Psychotherapie oder Gruppenangeboten sind vielfältig. Manchmal fällt es den Betroffenen schwer, selbst zu erkennen und sich einzugesuchen, dass „die Seele leidet“ und behandlungsbedürftig ist. Häufig sind die verschiedenen Anlaufstellen und möglichen Hilfen schlicht nicht bekannt. Nicht selten werden Depressionen im Alter auch von Angehörigen oder Fachleuten übersehen.

Wenn ein älterer Mensch sich zurückzieht, seine Freundschaften nicht mehr pflegt oder kein Interesse mehr zeigt an bisher regelmäßig ausgeübten Freizeitaktivitäten, wird dies manchmal auf das Alter und die nachlassenden Kräfte zurückgeführt und nicht an eine behandlungsbedürftige Depression gedacht.

Auch in Nürnberg waren Senioren mit psychischen Erkrankungen im Krisendienst und in vielen relevanten Beratungsstellen, wie zum Beispiel den sozialpsychiatrischen Diensten deutlich unterrepräsentiert. Der Anteil der über 60-Jährigen lag in den Jahren vor Beginn des Projektes im Krisendienst durchschnittlich bei 5 %.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Die Beratungsstelle „Ruhepunkt“

2012 entstand deshalb die Idee, ein spezielles Angebot für ältere Menschen mit psychischen Belastungen zu schaffen, das durch besonders niedrigrschwellige Angebote den Zugang zu Hilfen erleichtert.

Seit 2013 bietet der Förderverein ambulante Krisenhilfe e. V. mit dem „Ruhepunkt“ in Nürnberg eine spezielle Beratungsstelle für Senioren in schwierigen Lebenssituationen an. Das Angebot der Beratungsstelle umfasst Einzelberatung (telefonisch, persönlich, Hausbesuche), Fallmanagement für ältere Menschen in komplexen Krisensituationen, Einzelberatung von Angehörigen, die Schulung von Mitarbeitern der Alten- und Gesundheitshilfe sowie die Aufklärung der Öffentlichkeit über Potentiale und Ressourcen älterer Menschen bezüglich psychotherapeutischer Interventionen oder der Nutzung psychosozialer Hilfen.

„Frühstücks-Treffs“ für psychisch kranke Senioren

Im Rahmen dieser Beratungsstelle wurden in Kooperation mit den Nürnberger Seniorennetzwerken in vier Stadtteilen sogenannte „Frühstücks-Treffs“ für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen aufgebaut.

Ziele

Das erklärte Ziel der quartiersbezogenen Frühstücksgruppen ist es, über den Austausch in einer angeleiteten Selbsthilfegruppe eine Stabilisierung psychisch kranker und teilweise suizidaler Senioren zu erwirken. Im Einzelnen bedeutet dies eine Unterstützung im Hinblick auf:

- Wahrung, Schutz oder Verbesserung der Lebensqualität älterer Menschen mit psychischen Belastungen
- Unterstützung älterer Menschen in der Bewältigung von Krisensituationen, Entwicklung von Lebensperspektiven und Entlastung durch Austausch in der Gruppe
- Aufbau neuer sozialer Kontakte

Prävention im Alter

- Stärkung von Selbsthilfepotenzialen und gegenseitige soziale Unterstützung
- Präventive Vermeidung einer weiteren Verschlechterung der psychischen Verfassung
- Stabilisierung der Lebenssituation und Schaffung von zeitlichen Strukturen durch die regelmäßigen Treffen
- Suizidprävention für Senioren in schwierigen Lebenslagen.

Zielgruppe

Mit den wohnungsnahen Stabilisierungsgruppen sollen Senioren erreicht werden, die mit einer psychischen Erkrankung leben müssen oder von einer dauerhaften seelischen Behinderung bedroht sind.

In der Regel ausgenommen sind Menschen mit Demenz, da für diese Zielgruppe bereits über die Fachstellen für pflegende Angehörige und die Angehörigenberatung e. V. Nürnberg vielfältige Beratungs- und Betreuungsmöglichkeiten, Gruppen- und Freizeitangebote in Nürnberg angeboten werden.

Konzept der „Frühstücks-Treffs“:

- Gruppengröße von acht bis zehn Personen
- alle zwei Wochen vormittags von 10.00 – 12.00 Uhr
- dreigeteilter Ablauf:
 - Geselligkeit durch gemeinsames Frühstück („Ich bin Teil einer Gemeinschaft, hier bin ich gerne gesehen und geschätzt“)
 - Befindlichkeitsrunde („Man wird getragen mit und trotz all seiner schweren seelischen Verletzungen und Belastungen“)
 - Stabilisierungsphase („Es gibt neben all dem Schweren auch noch unbelastete Momente, deren Leichtigkeit ich mit nach Hause nehme“)

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Beispielhafte Themen in den Gruppen

- Umgang mit Depressionen oder Ängsten (zum Beispiel Austausch über medikamentöse und psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten)
- Umgang mit Konflikten mit Angehörigen
- Trauer nach dem Tod eines nahestehenden Menschen
- Freizeitgestaltung (zum Beispiel Angebote in den Stadtteilen für Senioren)
- Umgang mit körperlichen Erkrankungen und Einschränkungen
- Suche nach geeigneten Hilfsmöglichkeiten wie hauswirtschaftlichen und pflegerischen Hilfen
- Beratungsstellen zu speziellen Themen wie Vorsorgevollmacht oder finanzielle Hilfen

2015 nahmen insgesamt 25 Personen regelmäßig an den Gruppen teil, 2016 waren es 32 Klienten. Sechs Interessenten wurden zum Beispiel an Trauergruppen oder Freizeitangebote weitervermittelt, weil keine gerontopsychiatrische Symptomatik vorlag.

Insgesamt fanden im Jahr 2015 64 Treffs statt, dabei wurden 327 Kontakte dokumentiert. Im Jahr 2016 wurde das Angebot weiter ausgeweitet und die Anzahl der Treffs auf 84 mit 445 Kontakten erhöht.

Die Teilnehmer sind zwischen 61 und 89 Jahren alt. Rund 40 % der Teilnehmer sind 80 Jahre und älter, fast die Hälfte ist zwischen 70 und 79 Jahre alt. Die häufigsten psychischen Probleme betreffen Depressionen und Ängste. In Einzelfällen nehmen Ältere mit Borderline-Störung, Schizophrenie, beginnender Demenz oder posttraumatischen Verbitterungsstörungen teil.

Teilnehmeranzahl im Jahr 2016

Stadtteile	Termine	Klienten	Teilnehmer
Insgesamt	84	38	445
St. Jobst	21	9	125
Gartenstadt/ Siedlungen Süd	20	6	65
Langwasser	21	11	130
St. Leonhard/ Schweinau	22	12	125

Prävention

1. Suizidprävention durch quartiersbezogene Stabilisierungsgruppen

„Ich wusste keinen Ausweg mehr, mein Leben war ein einziges Chaos, ich wollte nicht mehr weiterleben. Die Hausbesuche und die anschließenden Gespräche hier in der Gruppe haben mich gerettet, sonst wäre ich jetzt nicht mehr da.“

Die Wirksamkeit einer Suizidprävention durch „Verbundenheit mit Anderen“ wurde in verschiedenen Modellprojekten belegt. In Nürnberg haben wir mit dem Versuch in Form der niedrigschwelligen „Frühstücks-Treffs“ zeigen können, dass ältere Menschen, die akut suizidal sind oder auch immer wiederkehrende suizidale Phasen in ihrem Leben haben, durch die Einbindung in eine angeleitete Selbsthilfegruppe stabilisiert werden können.

2. Vermeidung von Rückfällen und somit Krankenhausaufenthalten durch Hinführung zu ambulanten/teilstationären Hilfen (Sekundärprävention)

„Ich habe mein Leben lang alles allein geschafft, früher hat mir auch niemand geholfen, das schaffe ich jetzt auch.“

Manchmal lassen sich ältere Menschen schnell auf einen Facharztbesuch oder eine Einweisung in eine Tagesklinik ein. Nicht selten braucht es jedoch Zeit, bis jemand bereit ist, im Alter Hilfe anzunehmen. Unterstützung durch professionelle oder ehrenamtliche Helfer anzunehmen bedeutet in gewissem Maße, sich in die Abhängigkeit von jemand anderem zu begeben und wird nicht selten als Autonomieverlust erlebt. Die Ablehnung von Hilfe ist nicht selten in der Angst vor Fremdbestimmung begründet.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Der Austausch in der Gruppe ermöglicht es den Teilnehmern, Ängste abzubauen und sich auf Hilfen einzulassen. Wenn jemand in der Gruppe über seine positiven Erfahrungen in der gerontopsychiatrischen Tagesklinik, bei einem Facharzt oder in einer Psychotherapiepraxis berichtet, ebnet das den Weg für andere, selbst therapeutische Hilfe anzunehmen.

Finanzierung und Förderung

Die Beratungsstelle „Ruhepunkt“ wird vom Förderverein ambulante Krisenhilfe e. V. getragen und umfasst eine Halbtagesstelle (20 Std.), die mit einer Sozialpädagogin mit Zusatzqualifikation Diplom-Gerontologin besetzt ist. Die Stelle wurde bis Februar 2017 im Rahmen einer vierjährigen Projektförderung anteilig über Aktion Mensch e. V. mitfinanziert.

Darüber hinaus wird die Finanzierung durch Honorareinnahmen (durch Informations- und Fortbildungsveranstaltungen) sowie Spenden- und Sponsoringmittel mitgetragen. Die Beratungsstelle ist räumlich und fachlich an den Krisendienst Mittelfranken angebunden und profitiert zum Beispiel durch gemeinsame Fallbesprechungen, die Übernahme von Vertretungen sowie die Gewährleistung eines Notfalldienstes außerhalb der zeitlich begrenzten Arbeitszeiten des „Ruhepunkts“.

Die Mitarbeiterin der Beratungsstelle „Ruhepunkt“ begleitet die Frühstücks-Treffs fachlich. Räumlichkeiten für die Gruppen werden kostenfrei durch die Kooperationspartner in den Seniorennetzwerken zur Verfügung gestellt.

Qualitätssicherung und Dokumentation

Die Treffen werden im Hinblick auf Teilnehmerzahl, Geschlecht und Art der psychischen Erkrankung dokumentiert. Darüber hinaus wird dokumentiert, wenn weitere fachliche Hilfe in Anspruch genommen wird (zum Beispiel fachärztliche Behandlung, Psychotherapie, Trauerberatung).

Kooperationspartner

Das Angebot der quartiersbezogenen Stabilisierungsgruppen wurde in enger Kooperation mit den Nürnberger Seniorennetzwerken entwickelt und wird in derzeit vier Stadtteilen umgesetzt. Das Seniorenamt und in der Regel ein Wohlfahrtsverband oder ein anderer Träger sozialer Arbeit übernehmen gemeinsam im Rahmen einer Kooperationsvereinbarung die Modellverantwortung für ein Seniorennetzwerk, in dem trägerübergreifend jeweils verschiedene Akteure und bürgerschaftlich engagierte Menschen zusammenarbeiten.

Kontakt

Förderverein ambulante Krisenhilfe e. V.

Ansprechpartner:

Meike Lezius, Heiner Dehner

Hessestraße 10, 90443 Nürnberg

Telefon: 0911-4248-5515

E-Mail: lezius@krisendienst-mittelfranken.de

www.krisendienst-mittelfranken.de

Sturzvorsorge-Übungsprogramm: Aktiv älter werden und selbstständig bleiben. Ehrenamtliche üben zu Hause mit Ihnen.

Die aufsuchende Sturzvorsorge –

Ein Projekt des Zentrums für Altersmedizin am Klinikum Nürnberg

Circa ein Drittel aller Menschen über 65 Jahre stürzen einmal im Jahr; ein großer Teil sogar mehrmals pro Jahr. In der Gruppe der 80-Jährigen steigt dieser Anteil auf etwa 50 Prozent. Mit einem zusätzlichen Nachsorge-Angebot auf dem Gebiet der Sturzprävention können erneute Stürze vermieden werden. Aktuell gibt es rund 20 Sturzvorsorge-Gruppen in Nürnberg. Dabei handelt es sich meist um Kurse, die im Stadtteil oder Sportvereinen stattfinden. Es fehlen zugehende Angebote, die Menschen wahrnehmen können, die nicht in der Lage sind, auswärtige Kurse zu besuchen.

Ziele

Die aufsuchende Sturzprävention in Form von regelmäßigem Training der Kraft und des Gleichgewichts zielt darauf ab, dass ältere Menschen nach Therapie und Rehabilitation in der Lage sind Anforderungen des Alltags zu meistern und selbstständig zu bleiben. Zudem verhelfen die Übungen zu sozialen Kontakten und beeinflussen die geistige Leistungsfähigkeit im positiven Sinne.

Umsetzung

Die Umsetzung des Projektes erfolgte in Form einer Schulung von insgesamt 20 interessierten Laien nach dem Otago-Modell im April und Oktober 2016. Beim Otago-Modell handelt es sich um ein evidenzbasiertes Trainingsprogramm zur aufsuchenden Sturzprävention für ältere Menschen, die ihre Wohnung kaum oder nicht mehr verlassen.

- Das Programm umfasst 25 Einheiten à 45 Minuten.
- Die geschulten Ehrenamtlichen üben mindestens einmal pro Woche mit den Senioren. Zusätzlich sind die Teilnehmer angehalten, zweimal wöchentlich alleine zu üben. Ziel des gemeinsamen Trainings ist, dass die Senioren nach sechs Monaten alleine weiterüben oder eine Sturzvorsorge-Gruppe in der Nähe aufsuchen.

- Seit dem 01.09.2016 wird die aufsuchende Sturzvorsorge durchgeführt.
- Es wurden bereits 10 Senioren in Übungsmaßnahmen involviert.
- Der Erhalt der Selbstständigkeit und die Verbesserung der motorischen Fähigkeiten der übenden Senioren werden durch ein Kraft- und Gleichgewichtsscreening in regelmäßigen Abständen dokumentiert. Ebenso wird die Sturz- und Übungshäufigkeit dokumentiert.

Innerhalb des Klinikums wurde das Projekt mit folgenden Organisationseinheiten abgestimmt: Akutstationen der geriatrischen Klinik, Geriatrische Rehabilitation im NürnbergStift, Alterstraumatologie sowie die Klinik für Physikalische Medizin. Externe Partner sind das Seniorenamt, die Seniorennetzwerke Nürnberg, die SIGENA-Stützpunkte der wbg-Gruppe, das Amt für Grundsicherung, das Gesundheitsamt sowie der Gerontopsychiatrische Fachdienst der Stadt Nürnberg.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Projektplanung startete am 01.01.2015, die Projektumsetzung am 01.02.2016; seit dem 01.09.2016 wird die aufsuchende Sturzvorsorge durchgeführt.

Finanziert wird das Projekt mit Hilfe einer Projektanschubförderung der Theo und Friedl Schöller-Stiftung. Die Projektleitung wird im Rahmen der Arbeitszeit der Koordinatorin des Zentrums für Altersmedizin erbracht. Die geschulten Ehrenamtlichen erhalten für ihre Übungsbesuche eine Auslagenerstattung und sind versichert. Der wöchentliche Hausbesuch ist kostenlos. Die Anschaffung der Materialien in Höhe von 50 – 100 Euro muss von den Teilnehmenden getragen werden.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Sicherung der Mobilität ist ein wesentlicher Faktor zum Erhalt der Selbstständigkeit und Lebensqualität und ein Hauptanliegen älterer Patienten. In Ergänzung zu Therapie und Rehabilitation ist ein zusätzliches Nachsorge-Angebot auf dem Gebiet der Sturzprävention geeignet, Therapieerfolge zu sichern und erneute Stürze zu vermeiden und die Lebensqualität im Alltag wieder herzustellen.“

Kontakt

Klinikum Nürnberg, Zentrum für Altersmedizin
Ansprechpartnerin: Elke Kaufmann
Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1, 90419 Nürnberg
Telefon: 0911-3983917
www.altersmedizin-nuernberg.de

Tischlein-deck-dich

Gemeinsamer Mittagstisch für Senioren in Kempton-Sankt Mang

Das Stadtteilbüro Sankt Mang liegt in unmittelbarer Nähe zu einer großen Seniorenwohnanlage im Oberösch. Es fiel auf, dass die älteren Bewohner untereinander wenig Kontakt hatten und häufig finanziell nicht gut gestellt sind. Zudem bot sich die Gelegenheit, mit der evangelischen Kirchengemeinde zu kooperieren, um in deren Räumen zusätzlich ein Gemeindeessen anzubieten.

Ziele

Das Anliegen des Projektträgers ist es, ein gesundes, warmes und kostengünstiges Mittagessen für Senioren anzubieten. Miteinander essen bietet die Möglichkeit, neue soziale Kontakte aus der eigenen Nachbarschaft aufzubauen. Neben der Gesundheitsförderung im Alter und der Bekämpfung von Isolation soll auch die Selbstständigkeit und der längere Verbleib in den eigenen vier Wänden gefördert werden.

Umsetzung

Seit Ende 2013 kümmern sich ein ehrenamtlicher Koch und eine Küchenhelferin um den Einkauf und die Zubereitung. Die Senioren wurden von Beginn an, nach ihren Möglichkeiten, in

- die Essensvorbereitung,
- das Tischdecken und
- das Aufräumen

miteinbezogen. Der Seniorenmittagstisch findet immer dienstags mit bis zu 45 Gästen statt. Zusätzlich findet jeden letzten Freitag im Monat im evangelischen Gemeindezentrum ein Abendessen

für Menschen aus Sankt Mang statt. Die Gästeliste setzt sich aus Bürgern, Gemeindemitgliedern, bedürftigen Tafelladennutzern und Flüchtlingen zusammen. Die Flüchtlinge und Tafelladennutzer zahlen nichts, alle anderen Gäste zahlen 4 Euro.

Die Idee, ein bezahlbares, gesundes Mittag- und Abendessen in gemütlicher Atmosphäre anzubieten und Begegnung zu ermöglichen, wurde sogar übertroffen: Aus den Begegnungen unter Fremden sind einige Freundschaften entstanden. Es hat sich ein Gemeinschaftsgefühl unter den Stammgästen und den Projektleitenden entwickelt, das immer wieder anspricht. Auszug aus dem evangelischen Gemeindebrief von März 14: „Zwei Angebote, die gut zusammenpassen; zwei Organisationen, die zusammengehören; aus dem Seniorenmittagstisch und „Michi kocht“ unserer Kirchengemeinde wird Tischlein-deck-dich, ein gemeinsames Projekt.“

Laut den Projektverantwortlichen ist das gemeinsame Essen sehr wichtig geworden; alle helfen gerne mit, um das Projekt erfolgreich und nachhaltig weiterzuführen. Am ersten Mittagstisch nahmen 20 Gäste teil, bald kamen bis zu 45. An den Abenden sitzen regelmäßig bis zu 40 Menschen beim gemeinsamen Essen zusammen und es herrscht ein reger Austausch. Insgesamt sind bisher 4.850 Gäste gekommen. Über die Gäste erfährt der Projektträger, welche Gerichte geschmeckt haben. Per Anmeldung behalten die Projektverantwortlichen einen Überblick über die Teilnehmerzahl. In der Statistik wird auch deren

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

soziale Zusammensetzung vermerkt. Das kostenfreie bzw. kostengünstige Essen unterstützt das Ziel, die soziale Teilhabe und Gesundheitsförderung von Schwächeren zu fördern.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

„Tischlein-deck-dich“ startete im November 2013 und wird 2017 fortgeführt. Besitzer des „Treffpunktes Im Oberösch“ ist die Bau- und Siedlungsgenossenschaft Allgäu (BSG Allgäu). Diese Räumlichkeiten mit Küche dürfen vom Projektträger kostenlos genutzt werden. Einiges an Kochgeschirr musste zu Beginn angeschafft werden. Das Gemeindezentrum und die angrenzende Küche werden ebenfalls zur Verfügung gestellt. Lebensmittel und eine geringe Ehrenamts-pauschale für den Koch und die Beiköchin werden über die Einnahmen des Essens bestritten.

Kommentar aus dem Projekt

„Neben der warmen und gesunden Mahlzeit ist der regelmäßige Austausch in gemütlicher Atmosphäre mit Gleichgesinnten wichtig geworden. Es ist üblich und selbstverständlich geworden, dass die Senioren früher zum Plaudern kommen und auch länger sitzen bleiben. Es wurden neue Bekanntschaften über den Seniorenmittagstisch geschlossen, da sich einige Senioren auch für andere gemeinsame Aktivitäten (z. B. Gesellschaftsspielnachmittage, Singen usw.) unabhängig vom Mittagessen treffen.“

Kontakt

Quartiersmanagement Kempten-Sankt Mang
unter der Trägerschaft der Diakonie
Kempten Allgäu
Ansprechpartnerinnen:
Melanie Rutherford, Mareike Helm
Im Oberösch 3c, 87437 Kempten
Telefon: 0831-9605701
E-Mail: info@sanktmang.de
www.sanktmang.de

Präventive Hausbesuche bei Hochbetagten

Ein Projekt für Hochbetagte in der Stadt Rödental

Ausgelöst durch die Verschlechterung einer chronischen Krankheit oder eine akute gesundheitliche Krise kommen Hochbetagte ins Krankenhaus. Dort verlieren sie durch das Liegen ein bis zwei Kilogramm Muskulatur und sind durch Stürze gefährdet. Viele Hochbetagte kommen deswegen nicht mehr nach Hause, sondern gehen über die Kurzzeitpflege in die Vollzeitpflege eines Altenheims.

Ziele

Ziel des Projektes ist es, frühzeitig gesundheitliche Krisen bei älteren Menschen zu erkennen, dem Hausarzt zuzuführen und Krankenhausaufenthalte und Heimunterbringungen zu vermeiden. Die hochbetagten Menschen sollen in ihrer eigenständigen Lebensführung unterstützt werden und Ansprache und Aktivierung durch regelmäßige Hausbesuche erhalten.

Umsetzung

Durch geschulte Ehrenamtliche werden wöchentliche Hausbesuche bei Hochbetagten ab 80 Jahren durchgeführt, die zehn Risikoindikatoren erfassen. Bei kritischer Verschlechterung (red flag) wird der zuständige Hausarzt informiert.

Folgende Schritte waren dazu nötig:

- Entwicklung der Dokumentationsvorlagen:
Ein Assessmentbogen, der halbjährlich den allgemeinen Gesundheitszustand und das soziale Wohlbefinden abfragt sowie eine Dokumentationsvorlage, in der die wöchentlichen Kriterien der Teilnehmer erfasst werden
- Akquise, Schulung und Begleitung von ehrenamtlichen Mitarbeitern

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

- Gewinnung und Einbindung der Hausärzte
- Entwicklung der „red flags“ (Beinödeme, Sturz, Puls, Husten, Luftnot, kalter Schweiß, Sauerstoffsättigung, Fieber, Atemfrequenz, Halbseitensymptomatik), die von den Ehrenamtlichen überwacht werden
- Akquise von Teilnehmern in den örtlichen Medien sowie über die Hausärzte und Häuslichen Hilfen

Im Projektzeitraum von August 2011 bis März 2014 wurden 2.499 Hausbesuche bei 62 hochbetagten Menschen durchgeführt. Durch die Intervention konnten insgesamt 24 stationäre Einweisungen verhindert werden. Kein Patient kam nach der Entlassung wieder in das Krankenhaus (Drehtüreneffekt). Trotzdem: 11 von 29 stationären Einweisungen wurden durch das Konzept nicht entdeckt (38 %).

Begleitet wurde die Intervention durch eine Evaluation der Hochschule Coburg mit vorstrukturierten Fragebögen, die im Rahmen der wöchentlichen Hausbesuche erhoben wurden. Zusammengefasst ergeben sich aus der Evaluation starke Signale für eine Wirksamkeit präventiver Hausbesuche.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt ist Teil des seniorenpolitischen Gesamtkonzepts der Stadt Rödental. Es wurde von August 2011 bis März 2014 durchgeführt. In diesem Zeitraum wurden 27 Ehrenamtliche geschult. Auch die Hausärzte wurden eingebunden. Die Finanzierung des Projekts setzt sich wie folgt zusammen: ein Drittel durch die Stadt Rödental, ein Drittel durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege und ein Drittel durch das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration. Aufgrund der positiven Resonanz bei den Hochbetagten werden die Hausbesuche weiterhin angeboten.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Hochbetagten fühlten sich gut versorgt und waren sehr dankbar, in dieser Maßnahme dabei zu sein. Sie fühlten sich sicher, in einer so kritischen Zeit ihres Lebens so intensiv begleitet zu werden. Wir selbst haben neue Ideen bekommen, wie wir Risikogruppen herausfinden und sie zukünftig noch besser versorgen können.“

Kontakt

Stadt Rödental

Ansprechpartner:

Dr. Wolfgang Hasselkus, Dorothee Gerhardt

Bürgerplatz 1, 96472 Rödental

Telefon: Praxis Dr. Hasselkus: 09563-8300

E-Mail: hasselkus@t-online.de

www.roedental.de/buerger/senioren

FIT100

Beweglich bleiben, Muskeln stärken, Stürzen vorbeugen, Gedächtnis trainieren, Freude an der gemeinsamen Bewegung im Verein FÜREINANDER e. V. in Utting

Um im Alter möglichst fit und gesund zu sein, muss man geistig und körperlich aktiv bleiben. Stürze führen zum Beispiel bei älteren Menschen häufig zu Pflegebedürftigkeit. Solche Ereignisse lassen sich mit gezieltem Training vermeiden. Im stationären Bereich findet sehr häufig Bewegungstraining statt. Im ambulanten Bereich sind entsprechende Angebote die Ausnahme.

Ziele

Auch im hohen Alter soll durch regelmäßiges Bewegungstraining eine Stärkung der Muskulatur gefördert und eine Verschlechterung der gesundheitlichen Situation aufgehalten werden. Die Maßnahme erreicht auch zurückgezogen lebende, hilfsbedürftige ältere Menschen und Demenzkranke.

Umsetzung

Einfache, abwechslungsreiche Übungen trainieren Gehfähigkeit und Standfestigkeit sowie die Balance. Dadurch verbessern sich Mobilität und Gleichgewicht und das Risiko zu stürzen verringert sich. Lachen und Spaß in der Gruppe zu erleben, wirkt sich positiv auf Psyche und Selbstvertrauen aus. Das Programm ist gekennzeichnet durch:

- Übungen im Sitzen oder Stehen, je nach Fähigkeit
- Betreuung durch speziell ausgebildete Übungsleiter und Demenzhelferinnen
- wöchentliches Training
- bei Bedarf werden die Teilnehmer mit dem Auto abgeholt und wieder nach Hause gebracht.

Das Programm wurde in Zusammenarbeit des Vereins FÜREINANDER und des TSV Utting auf der Grundlage von wissenschaftlichen Programmen (zum Beispiel „fit für 100“ der Deutschen Sporthochschule Köln, „Ulmer Modell“) entwickelt. Im Frühjahr 2016 wurden erste Einführungsangebote im Rahmen des wöchentlichen Seniorentreffs durchgeführt. Aufgrund des großen Interesses wurde das Angebot mit dem TSV (Sportverein) fortentwickelt und weiter etabliert. Seit Sommer 2016 nimmt die Nachfrage stark zu.

Um eine gute Betreuung gewährleisten zu können, wurde vorübergehend ein Aufnahmestopp eingeführt. Die Teilnehmerzahl liegt derzeit bei 18 Teilnehmern (Frauen und Männer).

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt wurde im Frühjahr 2016 begonnen und ist auf Dauer angelegt. Personelle Ressourcen: jeweils zwei Trainerinnen des Sportvereins sowie Demenzhelferinnen des Vereins FÜREINANDER. Die Trainerinnen des Sportvereins werden über den Mitgliedsbeitrag beim TSV finanziert. Die Demenzhelferinnen finanziert der Verein über Spenden.

Kommentar aus dem Projekt

Ammersee Kurier vom 02.12.2016: „Aus dem Gymnastikraum der Elisabeth-Residenz in Utting dringt herzliches Lachen“; eine Übungsleiterin: „Am Anfang der Stunde tanzen wir Walzer und jeder bewegt sich zur Musik, wie er mag. Manche tanzen mit der Nachbarin ...“

Kontakt

Verein FÜREINANDER e. V.
Ansprechpartner: Hans Starke
86919 Utting, Bahnhofstr. 17
Telefon: 08806-923064
E-Mail: info@füreinander.eu
www.füreinander.eu

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Oma lacht wieder – Raus aus der Depression mit eigenen Ressourcen

Offene Lachtrainings in Parks für alle und Kurse für Senioren in Alten- und Service-Zentren in München, initiiert von Cornelia Leisch

Depression ist eine Krankheit, die viele Menschen betrifft. Es gibt ca. 10.000 Suizide in Deutschland pro Jahr. Im Alter steigt die Suizidrate an, gleichzeitig gibt es wenig Angebote, die die psychische Gesundheit von älteren Menschen stärken. Lachtraining, zum Beispiel in offenen Lachtreffs, ist ein niederschwelliges Angebot, das Menschen helfen kann, ihrer depressiven Phase zu entkommen.

Ziele

Die Menschen sollen mit dem Lachen wieder Lebensfreude und Leichtigkeit zurückerlangen. Diese Kurse haben zum Ziel, den Teilnehmern geselligen Anschluss zu bieten, ihnen Lebensfreude zu schenken und ihnen zu helfen, ihrem Kummer und ihrer Einsamkeit zu entkommen.

Umsetzung

Durchgeführt wird ein spezielles Lachtraining. In drei kostenlosen Lachtreffs (Ost- und Westpark, Königsplatz) wird wöchentlich eine Stunde Lachtraining von einem zertifizierten Lachtrainer angeboten:

- Pantomimische Körper- und Atemübungen regen den Organismus an.
- Spielerische Lachübungen bringen Leichtigkeit in negative Denkmuster.
- Endorphine werden ausgeschüttet und das Vertrauen in die Selbstwirksamkeit steigt.

Die Kurse „Lachen und Gespräche“ in Münchner Alten- und Service-Zentren finden im geführten Gesprächskreis statt:

- Der Fokus wird auf positive Aspekte im Leben gerichtet.
- Kummer und Sorgen treten für eine Weile in den Hintergrund und
- die Entstehung von neuen Freundschaften wird erleichtert.

Den Lachtreff besuchen wöchentlich 5 – 50 Teilnehmer, insgesamt ca. 12.000 (nicht nur Senioren). 2015 wurden neun Vorträge für Senioren vor 2 – 140 Zuhörern, 2016 25 Vorträge vor ca. 340 Zuhörern gehalten. Außerdem fanden bereits neun mehrwöchige Kurse für Senioren statt, mit 3 – 10 Teilnehmern.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die offenen Lachtreffs gibt es seit 2005, Vorträge und Kurse für Senioren in Alten-Service-Zentren werden seit Herbst 2015 angeboten; seit Mai 2016 gibt es auch mehrwöchige Kurse. Die offenen Lachtreffs sind kostenlos. Für die Kurse und Vorträge in den Alten- und Service-Zentren zahlen die Teilnehmer eine geringe Gebühr (2 – 6 Euro). Teilweise zahlt das Alten- und Service-Zentrum eine Aufwandsentschädigung. Private Spender unterstützen das Projekt, das eine private Initiative ist und bisher keine öffentliche Förderung erhält.

Kommentar aus dem Projekt

„Die kostenlosen Lachtreffs sind soziale Referenzpunkte geworden, denn man kann kommen, ganz egal, wie man sich gerade fühlt, und geht immer mit einem besseren Gefühl weg. Nach der Lachsession bleiben wir noch zusammen für Gespräche und lernen uns kennen. Das besondere an diesen Gruppen ist, dass total unterschiedliche Altersklassen und soziale Schichten miteinander in Verbindung kommen und sich annähern. Die Menschen kommen aus verschiedenen Kulturen, sind körperlich eingeschränkt oder psychisch angeschlagen, haben Burnout, Krebs oder Einsamkeit zu bewältigen und sind auf der Suche nach Lebensfreude. Das Lachen verbindet.“

Kontakt

Cornelia Leisch
Josef-Danzer-Straße 2, 82152 Planegg
Telefon: 0157-716-24229
E-Mail: info@cornelia-leisch.de
www.lachclub-muenchen05.de

BegA

Beratung für gesundes Altern – Ein Projekt des Instituts für Psychogerontologie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU)

Viele Menschen sind verunsichert, wenn sie an sich selbst Zeichen des Alterns bemerken. Wenn keine Erkrankung vorlag, fehlte bisher eine Anlaufstelle, an die sich Betroffene mit ihren Fragen oder ihrem Wunsch nach einer diagnostischen Abklärung wenden konnten. Hier setzt BegA-Beratung für gesundes Altern an, das laut den Projektverantwortlichen ein bislang einzigartiges gesundheitsbezogenes Angebot für alle älteren Menschen ist.

Ziele

An BegA können sich Menschen mit Beratungsbedarf und deren Angehörige zu allgemeinen Fragen der Lebensführung im Alter, zu subjektiven Einschränkungen der kognitiven oder körperlichen Leistungsfähigkeit bzw. bei der Verkehrsteilnahme wenden. Ziel ist es, basierend auf ausführlichen Gesprächen und evtl. vertiefender Diagnostik, individuelle Lösungsstrategien zu entwickeln.

Umsetzung

Arbeitsschwerpunkte von BegA sind:

- Beratung zu Fragen der Lebensführung im höheren Lebensalter
- Beratung bei subjektiv erlebten Gedächtnis- oder sonstigen kognitiven Leistungseinbußen
- Mobilitätsberatung und Fahreignungsdiagnostik bei subjektiver Unsicherheit im Verkehr
- Nicht-medikamentöse therapeutische Interventionen wie zum Beispiel kognitiv-körperliches Training zur Prävention von kognitiven Leistungseinbußen oder Gesprächsangebote in Gruppenform zu verschiedenen Themenbereichen (zum Beispiel Trauerbegleitung)

Aus den bisherigen Rückmeldungen der Klienten wurde laut Projektträger belegt, dass sich die Inhalte und Ergebnisse der Beratungen auf vielfältige Weise als nützlich und hilfreich für die Teilnehmer erwiesen haben und teilweise nachhaltige positive Wirkungen erzielten, wie zum Beispiel die Verbesserung einer belastenden Wohnsituation durch Umzug in eine barrierefreie Wohnung, der Beginn einer antidepressiven

Therapie oder der freiwillige Verzicht auf den Führerschein. Häufig thematisiert wird auch eine Reduzierung von Ängsten dem eigenen Altern gegenüber durch die individuelle Beratung bei BegA.

Alle Beratungsgespräche werden dokumentiert und aufbereitet. Zur Qualitätssicherung dient ein Feedback-Fragebogen, der von den Klienten ausgefüllt und anonym an BegA zurückgeschickt wird. Alle zwei Wochen finden Besprechungen in der Projektgruppe statt. Regelmäßige Sitzungen mit einer erfahrenen Supervisorin begleiten das Beratungsangebot. Im ersten Projektjahr, seit Januar 2016, haben sich mehr als 100 Klienten an BegA gewandt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

BegA ist langfristig ausgelegt, das heißt Klienten sollen so lange wie möglich und gewünscht (in jährlichen Abständen) weiter begleitet werden. Die Anzahl der Klienten wird letztendlich durch Nachfrage und Ressourcen bestimmt.

Das Projekt wird für einen Zeitraum von fünf Jahren von der Theo und Friedl Schöller-Stiftung gefördert. Im Förderumfang enthalten sind 0,75 wissenschaftliche Mitarbeiterstellen, Mittel für wissenschaftliche Hilfskräfte (15h/Woche) sowie Sachmittel. Beiträge der Klienten und Eigenleistungen der FAU Erlangen-Nürnberg ergänzen die Finanzierung.

Kommentar aus dem Projekt

„Eine Person berichtet, dass er/sie in eine barrierefreie Wohnung mit Aufzug und Balkon und „ohne Hausordnung“ umgezogen sei. Das Beratungsgespräch bei BegA hätte ihm/ihr Mut gemacht, mit 84 Jahren nochmal umzuziehen.“

Kontakt

Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, Institut für Psychogerontologie
 Ansprechpartner:
 Prof. Dr. Frieder R. Lang, Dr. Roland Rupprecht
 Kobergerstraße 62, 90408 Nürnberg
 Telefon: 0911-5302-96115
 ipg-bega@fau.de
 www.geronto.fau.de/bega

Untersuchung des Sturzrisikos, der sturzassoziierten Morbidität und der Präventivmaßnahmen bei Patienten mit Schwindel- und Gleichgewichtserkrankungen

Eine Studie des Deutschen Schwindel- und Gleichgewichtszentrums am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU)

Stürze können als Folge neurologischer und geriatrischer Erkrankungen auftreten und sind mit einer hohen Morbidität verbunden. Inwieweit Schwindelerkrankungen zu Stürzen führen, wurde bisher noch nicht systematisch untersucht, ebenso wenig wie solche Stürze vermeidbar wären.

Ziele

Die Studie hat zum Ziel, Risikofaktoren für das Auftreten von Stürzen innerhalb des Patientenkollektivs der Schwindelambulanz der LMU zu identifizieren, um dann Maßnahmen zur Sturzprävention ableiten zu können.

Umsetzung

Das interdisziplinäre Deutsche Schwindel- und Gleichgewichtszentrum rekrutiert eine Kohorte mit Patienten mit erhöhtem Sturzrisiko. Die Patientencharakteristika, die mit einem erhöhten Sturzrisiko assoziiert und damit Einschlusskriterien sind, wurden in einer früheren Studie ebenfalls an Patienten aus dem interdisziplinären Behandlungszentrum ermittelt. Die Ergebnisse dieser früheren Studie wurden 2015 international publiziert.

- Studienteilnehmer wurden und werden aus dem Patientenkollektiv der Schwindelambulanz der LMU München rekrutiert.
- Im Beobachtungszeitraum werden alle Stürze, Beinahe-Stürze und sturzbedingte Verletzungen erfasst.
- Es sollen Risikofaktoren/Prädiktoren für Stürze und sturzbedingte Verletzungen gefunden werden, um Aufschluss über präventive Möglichkeiten zu erhalten.
- Der indirekte Nutzen für die Studienteilnehmer ist die erhöhte Wahrnehmung des Sturzrisikos und die professionelle Risikoeinschätzung, verbunden mit Empfehlungen zur Sturzprävention.

Die Ergebnisse der ersten Studienphase zeigen, dass Patienten mit zentralen Gleichgewichtsstörungen (zum Beispiel Morbus Parkinson) die häufigste Sturzfrequenz aufwiesen, gefolgt von Patienten mit bilateraler Vestibulopathie und mit Polyneuropathien. Patienten mit funktionellem Schwindel stürzen nicht häufiger als gesunde Personen.

Die Rekrutierung dauerte bei Einreichung noch an, 340 Teilnehmer waren bis dahin gewonnen worden.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Rekrutierung begann 2014 und war für einen Zeitrahmen von 18 Monaten angesetzt. Die Finanzierung erfolgt durch öffentliche Drittmittel des Deutschen Schwindelzentrums. Die personellen Ressourcen bestehen aus Mitarbeitern des Schwindelzentrums.

Kommentar aus dem Projekt

„Stürze werden durch Prozesse des Alterns begünstigt. Sie können zu Hospitalisationen des Patienten führen und zu Reduktion von Mobilität und Lebensqualität.“

Kontakt

Deutsches Schwindel- und Gleichgewichtszentrum, Klinikum der Universität München
Ansprechpartner: Ken Möhwald
Marchioninstr. 15, 81377 München
Telefon: 089-4400-76977
E-Mail: ken.moehwald@med.uni-muenchen.de
www.klinikum.uni-muenchen.de/Deutsches-Schwindelzentrum-IFB-LMU/de/Patienten/Informationen_zu_Schwindel_und_Gleichgewicht/index.html

Präventiv aktiv – mit Angeboten für körperliche und geistige Fitness

Seniorenarbeit in der Gemeinde Mengkofen durch den Verein Bürger für Bürger im Aitrachtal e. V.

In der ländlich geprägten Gemeinde Mengkofen im Landkreis Dingolfing/Landau leben 6.500 Einwohner, von denen 1.362 Personen 60 Jahre und älter sind. Der örtliche Sportverein und die Gemeinde bieten für diese Altersgruppe keine speziellen Angebote an. Mit der Gründung des Vereins „Bürger für Bürger im Aitrachtal e. V.“ (BfB) wird durch ehrenamtliches Engagement ein vielseitiges Programm für Senioren angeboten.

Ziele

Eines der wesentlichen Projektziele ist es, ein altersgerechtes Programm für Sport, Bewegung, geistige Fitness und Gesellschaft anzubieten. Gesellschaftspflege, Miteinander der Generationen und Nachbarschaftshilfe sind die drei Säulen des Vereins, die zu mehr Mobilität und Lebensfreude und zur Förderung der psychischen und physischen Gesundheit beitragen sollen.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Umsetzung

2015 wurde der gemeinnützige Verein gegründet und hat momentan 150 Mitglieder. Es werden regelmäßige Treffs und Aktivitäten zu verschiedenen Bereichen angeboten:

- Ein- bis zweimal im Monat lädt der Treff „gemeinsam erleben“ zu Vorträgen, Besichtigungen, Feiern oder Tagesfahrten ein.
- Beim „Treff Spiele und Wissen“ werden Spielenachmittage mit integriertem Gedächtnistraining angeboten.
- Beim „Treff Bewegung und Sport“ liegt der Schwerpunkt auf der Erhaltung der körperlichen Fitness. Angeboten werden gemeinsame Wanderungen, Schwimmen, Wassergymnastik, Hallengymnastik und Kegeln.
- In Kooperation mit der örtlichen PhysioKlinik Aitrachtal werden bei entsprechender Nachfrage Trainings zur Sturzprophylaxe durchgeführt.
- Ärzte, Apotheker und Beschäftigte des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten informieren in Vorträgen über altersgerechte Ernährung und Gesundheitsförderung.
- Im Rahmen einer Nachbarschaftshilfe werden Fahr- und Einkaufsdienste angeboten, Beratungen durchgeführt und kleine Arbeiten in Haus und Garten erledigt.
- Der Verein fördert die aktive Projektarbeit zwischen Schule und Kindergarten mit dem örtlichen Seniorenheim.
- In einem weiteren Projekt bringen Schüler den Senioren PC-Kenntnisse und den Umgang mit dem Internet näher.

Mit dem Programm werden rund 300 Personen erreicht, die jährlich mehr als 3.000 Veranstaltungsbesuche vornehmen. Die Angebote sind auch für Nichtmitglieder offen.

Die Vorstandschaft und weitere Ehrenamtliche beteiligen sich an Fortbildungsmaßnahmen. Der Verein ist mit dem auf Landkreisebene bestehenden Team zum Ausbau und der Koordination der Seniorenarbeit eng vernetzt.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die wichtigste Ressource ist das ehrenamtliche Engagement. Es bringen sich knapp 50 Männer und Frauen in unterschiedlicher Form mit Leistungen ein. Turnhalle und Schwimmbäder werden durch die Gemeinde unentgeltlich zur Verfügung gestellt, das Pfarrheim und die Kegelbahn werden angemietet. Der Verein finanziert sich aus Mitgliedsbeiträgen, Spenden und dem Erlös aus Veranstaltungen. Die Nachbarschaftshilfe wird über zwei Jahre durch das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert. Diese Förderung endet im Mai 2017.

Kommentar aus dem Projekt

„Zum demographischen Wandel eine Antwort geben und die Veränderungen als Herausforderung und Chance annehmen. Dies ist uns Aufgabe und Verpflichtung. Mit hohem ehrenamtlichen, bürgerschaftlichen Engagement stellen wir uns in unserer ländlich strukturierten Gemeinde diesem Thema, um den älteren Bürgern ein möglichst selbstbestimmtes und eigenständiges Leben zu ermöglichen.“

Kontakt

Verein Bürger für Bürger im Aitrachtal e. V.
Ansprechpartner: Richard Baumgartner
Raiffeisenstraße 14, 84152 Mengkofen
Telefon: 08733-1095
E-Mail: Richard.Baumgartner@t-online.de
www.buerger-mengkofen.de

**Förderung
gesundheitlicher
Chancengleichheit**

5





Preisträger

Insel Delfina

Augsburger Kinder verbringen Ferienzeiten bei Gastfamilien im ländlichen Raum

Hanna Deggendorfer, Amt für Kinder, Jugend und Familie in Augsburg

Anlass war der Bedarf, Kindern aus wirtschaftlich und/oder sozial benachteiligten Augsburger Familien regelmäßig eine Auszeit von ihrem Alltag zu ermöglichen. Dabei sollten nicht die üblichen Gruppenangebote wie z. B. Ferienfreizeiten im Fokus stehen, sondern vielmehr stärkende Kontakte zu Familien, die möglichst naturnah im Raum Bayern leben und ein gesundes Familienklima und -umfeld aufweisen. Insel Delfina ermöglicht den Kindern unbeschwerter Ferienzeiten in so einer „Ferienfamilie“. Seit 2006 sind viele dauerhafte Kontakte zwischen den teilnehmenden Augsburger Kindern und ihren jeweiligen Ferienfamilien entstanden.

Ziele

Die Augsburger Kinder sollen in ihrer physischen und psychischen Entwicklung gestärkt werden. Neben der Erholung sollen sie neue Interessen und Lernfelder entdecken sowie positive Impulse für ihre persönliche Lebensgestaltung mitnehmen. Die Eltern der Augsburger Kinder sollen eine Entlastung erfahren und von der Integration der Erfahrungen der Kinder ins Familienleben profitieren. Die Gastfamilien sollen von aktivem sozialem Engagement und Lernerfahrungen für ihre eigenen Kinder profitieren.

Umsetzung

Die Ferienfamilien wohnen zumeist im ländlichen Raum in ganz Bayern. Aktuell engagieren sich rund 20 Familien aus dem Donauwörther bzw. Nördlinger Raum, dem Allgäu, dem Münchener Landkreis, dem Chiemgau und aus der niederbayerischen Region. Die meisten Familien haben selbst Kinder im Alter ihrer Feriengäste. Einige betreiben eine eigene Landwirtschaft. Pro Jahr nehmen ca. 55 Kinder am Projekt teil (an allen Delfina-Angeboten).

Die Augsburger Kinder verbringen je nach Absprache und zeitlicher Kapazität bis zu drei Wochen am Stück bei ihrer jeweiligen Gastfamilie. Besuche sind in allen Ferien möglich. Auch zusätzliche Aufenthalte, beispielsweise ein verlängertes Wochenende, werden realisiert. Die Kinder werden von freiwillig Engagierten, die bei Insel Delfina kontinuierlich mitwirken, zu ihren Gastfamilien gebracht und wieder abgeholt.

Der Kontakt und die Auswahl der Ferienfamilien erfolgt über die Kommunale Jugendarbeit. Entscheidende Aspekte hierfür sind ein stabiles, möglichst naturnahes Lebensumfeld der Ferienfamilie, ausreichend Zeit und Platz für ein Ferienkind, sowie die Bereitschaft, die Ferienzeiten aktiv mit dem „Kurzzeit“-Familienmitglied zu gestalten. Die Eignung einer Familie wird über Fragebögen, Hausbesuche (zwingend) und Führungszeugnisse geprüft.

Während des Besuchs eines Kindes ist die Kommunale Jugendarbeit regelmäßig in Kontakt mit der Gastfamilie und berät bei Fragen und in schwierigen Situationen (z. B. Heimweh). Gleichzeitig bildet sie die Schnittstelle zur Herkunftsfamilie und berichtet über den Verlauf des Aufenthalts.

Die Augsburger Kinder sind bei ihrem ersten Besuch zwischen sieben und zehn Jahre alt. Oberstes Prinzip ist die Freiwilligkeit und die Lust, Ferienzeiten bei einer Familie auf dem Land zu verbringen.

Insel Delfina ist jedoch nicht nur in den Ferienzeiten Ansprechpartner für alle Teilnehmer. Regelmäßige „Delfina-Tage“ in Augsburg und Umgebung (ca. 14/Jahr) haben einen großen Beliebtheitsgrad bei den Kindern und ihren Familien. Die positiven Impulse während der Gastaufenthalte werden im Rahmen von entsprechenden Freizeitaktivitäten, einmal jährlich auch für die ganze Herkunftsfamilie, vor allem im Bereich Bewegung, Tiere und Natur, sowie spezifischen Angeboten nur für die Mädchen oder nur für die Jungen aufgegriffen und intensiviert.

Talente und Interessen, die sich während der Besuche bei den Gastfamilien zeigen oder entwickeln, werden möglichst in den Alltag der Kinder aufgenommen. Entsprechend veranlasst die Kommunale Jugendarbeit gemeinsam mit den leiblichen Eltern beispielsweise Mitgliedschaften in Sportvereinen, Musikunterricht oder die regelmäßige Teilnahme an Angeboten im städtischen Ferienprogramm.

Höhepunkt des Delfina-Jahres ist der in jedem Jahr stattfindende Dankeschön- und Wiedersehenstag, an dem die Ferienfamilien nach Augsburg kommen und die Augsburger Kinder ihren Gastgebern ein Stück ihrer Stadt zeigen können. Neben dem Erfahrungsaustausch unter den Ferienfamilien besteht bei diesen Treffen auch die Möglichkeit, dass sich die Ferienfamilien und die leiblichen Eltern der Augsburger Kinder kennenlernen.

Bilanz nach 10 Jahren: Es sind viele dauerhafte Kontakte zwischen den teilnehmenden Augsburger Kindern und ihren jeweiligen Ferienfamilien entstanden. Von den Kindern, die 2006 und 2007 starteten, verbringen immer noch 4 Kinder regelmäßig die Ferien in ihrer Ferienfamilie.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Für die Augsburger Ferienkinder zeigen sich positive, nachhaltige Effekte, vor allem im Bereich Bewegung, Umgang mit Tieren, Naturerlebnisse, Aufbau neuer Freundschaften, Akzeptanz von Struktur und Regeln, Einblicke in stabiles Lebensumfeld (soziales Lernen), Verschwinden oder Verminderung von Verhaltensauffälligkeiten (z. B. Bettnässen, ADHS-spezifische Symptome, Kontaktstörungen), Stärkung von Selbstwert (Aufenthalt wird nicht als Maßnahme aufgrund von Diagnosen erlebt, Kind wird nicht auf Auffälligkeiten reduziert), generell physische und psychische Stärkung, Verbesserung der schulischen Leistungen, gelingende Schulabschlüsse, Einstieg in Ausbildungsverhältnisse.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Beispiele für positive Entwicklungen:

1. Ein im Alltag bewegungsarmes, krankheitsanfälliges Kind zeigt bei seiner Ferienfamilie und an Delfina-Aktionstagen Freude an sportlichen Aktivitäten mit entsprechendem positivem Effekt auf seinen Gesundheitszustand und kann zur regelmäßigen Teilnahme an einem Kletterkurs in Augsburg sowie Teilnahme an Angeboten des Ferienprogramms motiviert werden.
2. Ein Kind, bei dem der Kontakt zum leiblichen Vater abgebrochen war, zeigt während des Aufenthalts bei seiner Ferienfamilie ein hohes Bedürfnis nach Kontakt zu seinem Vater. Aufgrund der Intervention durch die Kommunale Jugendarbeit – Gespräche mit Mutter und Vater des Jungen – konnte ein regelmäßiger Kontakt wieder aufgebaut werden.
3. Geschwisterkinder afrikanischer Herkunft zeigen Verunsicherungen ihre Identität betreffend sowie Sprach- und Kommunikationsdefizite. Durch gezielte regelmäßige Angebote sind Fortschritte erkennbar.
4. Ein Kind, das in Gruppen mit Gleichaltrigen häufig eine Außenseiterrolle einnimmt und wenig akzeptiert wird, zeigt im Umgang mit den Tieren auf dem Bauernhof der Gastfamilie hohe soziale Kompetenzen. Durch verantwortliche Einbindung des Kindes bei tiergestützten Delfina-Aktionen in Augsburg kann es diese Seite zeigen, erfährt dafür Anerkennung von den anderen Kindern und übernimmt eine Vorbildfunktion.
5. Langfristige Beobachtungen: Delfina-Kinder, die bereits seit 2006, 2007 und 2008 regelmäßig ihre Gastfamilie besuchen, haben einen Schulabschluss geschafft und sind entweder auf einer weiterführenden Schule oder in einem Ausbildungsverhältnis.

Auch bei den leiblichen Eltern der Ferienkinder sind positive Effekte erkennbar, etwa durch eine Entlastung in der Zeit des Aufenthalts, neue Erkenntnisse über Fähigkeiten/Verhalten der eigenen Kinder (vor allem im Bereich Struktur/Regeln) und der Übertragung der neuen Erfahrungen der Kinder auf das Familienleben.

Die Ferienfamilien erfahren im Rahmen ihres aktiven sozialen Engagements hohe Wertschätzung. Darüber hinaus berichten sie, dass auch die eigenen Kinder für ihre Entwicklung wertvolle Lernerfahrungen machen und die Aufenthalte eine gegenseitige Bereicherung darstellen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Insel Delfina ist ein ganzjährig stattfindendes Projekt der Kommunalen Jugendarbeit im Amt für Kinder, Jugend und Familie, das 2006 im Rahmen des Bündnisses für Augsburg ins Leben gerufen wurde.

Die Aufnahme eines Kindes basiert auf einer ehrenamtlichen Vereinbarung, das heißt die Ferienfamilien erhalten keinerlei Vergütung und übernehmen auch die während der Besuchszeit anfallenden Kosten für das Kind. Bauernhof- und Abenteuerfreizeiten werden über Jugendhilfegelder finanziert, der „Danketag“ sowie Aktionstage zum Teil über Spenden.

Kontakt

Amt für Kinder, Jugend und Familie,
Fachbereich: Kommunale Jugendarbeit und Ferien

Ansprechpartnerinnen:

Hanna Deggendorfer, Evelyn Bätzler

Blücherstraße 90, 86165 Augsburg

Telefon: 0821-324-2846

E-Mail: insel-delfina@augzburg.de

www.tschamp.de

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

MuMM = Migrant_innen als HIV/STI-Multiplikator_innen

Die Münchner AIDS-Hilfe e. V. schult fremdsprachige Fachkräfte (MuMM-Gruppe) zu den Themen HIV/STI

Große kulturelle Vielfalt und rechtlicher Status von Migrantinnen und Migranten in Deutschland stellen eine Herausforderung für die Prävention dar.

Ziele

Migranten als Multiplikatoren für Migranten ausbilden und langfristig in die Präventionsarbeit einbinden.

Umsetzung

MuMM ist ein Kurzwort für ein Projekt der Deutschen AIDS-Hilfe mit dem Titel „Migrantinnen und Migranten als Multiplikator_innen für die HIV/STI-Prävention“. Das Projekt der Deutschen AIDS-Hilfe wurde von September 2011 bis März 2013 an drei Standorten – Berlin, München und Freiburg – initiiert. Partner waren die dort ansässigen AIDS-Hilfen. Seither wird dieses Projekt in München von einem hauptamtlichen Mitarbeiter der AIDS-Hilfe weitergeführt und koordiniert.

- MuMM-Mitarbeiter waren zuvor mehrheitlich bereits als Gesundheitsdolmetscher in München tätig
- die Münchner AIDS-Hilfe vermittelt einen Schwerpunktarzt, der MuMM-Mitarbeiter zu den Themen HIV / STI schult
- MuMM-Mitarbeiter vermitteln Migranten Wissen zu den Themen: Basiswissen Gesundheit inklusive HIV/STI, Schwangerschaft und Verhütung, deutsches Gesundheitssystem, Migration, Menschenrechte. Sie beraten, diskutieren und verteilen Kondome und Infomaterial
- MuMM-Mitarbeiter besuchen Wohngruppen, kommen zu oder organisieren selbst Veranstaltungen
- MuMM-Mitarbeiter sprechen verschiedene Sprachen und ziehen ggfs. Dolmetscher hinzu.

Im Jahr 2016 wurden zehn Veranstaltungen zur HIV/STI-Aufklärung durchgeführt und 150 Flüchtlinge und Migranten aufgeklärt.

Seit Projektstart 2011 wurden in München acht Multiplikatoren ausgebildet, zwei weitere befinden sich noch in Ausbildung.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Seit 2011 werden die Maßnahmen kontinuierlich angeboten. Die Koordination erfolgt durch einen hauptamtlichen Mitarbeiter der Münchner AIDS-Hilfe. In 2016 wurde das Projekt durch den Konzern MSD Sharp & Dohme GmbH gefördert.

Kommentar aus dem Projekt

„Migrant_innen als Fachkräften liegt die Gesundheit ihrer Communities am Herzen. Langfristig sollen Menschen mit Migrationshintergrund in die Präventionsarbeit eingebunden werden.“

Kontakt

Münchner AIDS-Hilfe e. V.

Ansprechpartner: Johannes Biersack

Lindwurmstraße 71, 80337 München

Telefon: 089-54333-0

E-Mail: johannes.biersack@muenchner-aidshilfe.de

www.muenchner-aidshilfe.de/ich-wills-wissen/ich-habe-fragen/mumm.html

Unterstützung chronisch kranker Kinder und ihrer Familien bei Problemen in Schule, Kindertageseinrichtungen und bei Fremdunterbringung

Ein Projekt des Bunten Kreises Allgäu Nachsorge gGmbH

Auch chronisch kranke Kinder brauchen Betreuung in Kindertagesstätten, wenn die Eltern berufstätig sind. Viele können Regelschulen besuchen, wenn die Betreuungskräfte und Lehrer entsprechend aufgeklärt und informiert werden.

Für die Eltern ist dies oft nicht ausreichend leistbar – einerseits mangels ausreichender medizinischer Vorkenntnisse, andererseits oft auch aus Angst vor den Entscheidungsträgern, oder weil sie bereits an den Grenzen ihrer Belastbarkeit angekommen sind. Die chronischen Erkrankungen belasten die Familien im Alltag und führen immer wieder zu Ausgrenzung oder Zurückweisung der Kinder, wenn es um einen Platz in der Kita oder um nötige besondere Aufmerksamkeit durch Lehrer oder Betreuer geht.

Im Rahmen der sozialmedizinischen Nachsorge werden Familien mit chronisch-, krebs- und schwerstkranken Kindern nach Klinikaufenthalten vom Bunten Kreis Allgäu gGmbH betreut.

Ziele

Ziel ist es, chronisch kranken Kindern einen möglichst normalen Besuch von Kindertageseinrichtung, Schule sowie Kindern in Fremdunterbringung eine gesicherte medizinische Versorgung in der Einrichtung oder Pflegefamilie zu ermöglichen. Durch Aufklärung und Information soll Ausgrenzung und Mobbing verhindert und so zusätzliche psychische Belastungen der Kinder vermieden werden. Aufgabe ist es, den oft hochbelasteten Eltern in der Bewältigung des Alltags zur Seite zu stehen, damit Inklusion gelingen kann.

Umsetzung

Die Familien werden durch das interdisziplinäre Team des Bunten Kreises Allgäu betreut. Es erfolgt ein Gespräch mit den Eltern und dem Kind zur gemeinsamen Erstellung eines Hilfeplanes.

Nachfolgende Maßnahmen werden je nach Bedarf ergriffen:

- Kontaktaufnahme zur Einrichtung durch unsere Diätassistentin
- fachlich kompetente Informationen für die Betreuungspersonen zu den Auswirkungen der gesundheitlichen Einschränkungen des Kindes
- Aufklärung der Klassenkameraden/Kindergartenkollegen/Peergroup
- Elternabend
- bei Bedarf zusätzliche Interventionen, Vernetzung aller beteiligten Institutionen (Schulamt, Bezirk, Einrichtungsträger, Jugendamt, Mobiler Sonderpädagogischer Fachdienst, Elternbeirat, Mittagsbetreuung ...).

Durch die genannten Maßnahmen konnte beispielsweise erreicht werden, dass chronisch kranke Kinder in der Regelschule oder im Regelkindergarten aufgenommen wurden, dass eine Inklusionsgruppe bzw. Inklusionsklasse eingerichtet wurde und dass Kinder mit einer neu aufgetretenen chronischen Erkrankung im Klassen-/Gruppenverband bleiben konnten. So konnte sich das Betreuungspersonal einer heilpädagogischen Wohngruppe auf die Erziehungsarbeit konzentrieren, da der medizinische Sachverhalt geklärt war (zum Beispiel Diabetes) und in diesem Bereich Sicherheit geschaffen werden konnte.

Es erfolgt eine Dokumentation und Evaluation im Rahmen des Qualitätsmanagements der Bunten Kreis Allgäu Nachsorge gGmbH.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft in den Jahren 2015 und 2016.

Es werden 20 Familien betreut. Insgesamt werden ca. 68 Multiplikatoren, Lehrer und Erzieher erreicht bzw. ca. 250 Klassenkameraden, Kindergartenkinder und Gruppenkollegen.

Die Betreuung erfolgt durch das interdisziplinäre Team des Bunten Kreises Allgäu.

Das Projekt wird aus Spendengeldern finanziert, geringe Anteile werden durch öffentliche Gelder (z. B. Leistungen der offenen Behindertenarbeit) oder Krankenkassen refinanziert.

Kommentar aus dem Projekt

„Eine Nachfrage bei der Mutter eines Achtjährigen mit Diabetes mellitus Typ 1 bestätigte: Es läuft jetzt wieder gut in der Schule, die Eltern können nachts wieder schlafen, das Kind kann in seiner Klasse bleiben und sein Diabetes wird entsprechend berücksichtigt.“

Kontakt

Bunter Kreis Allgäu Nachsorge gGmbH
Ansprechpartnerin: Elisabeth Slavicek
Robert-Weixler-Straße 50, 87439 Kempten
Telefon: 0831-9601520

Let's talk about sex

Die bewegten Jahre der Jugendlichen – Schwerpunkt unbegleitete minderjährige Flüchtlinge – Ein Projekt des Referates für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München

Hintergrund ist die hohe Aufnahmezahl von unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen in München. Zur Verbesserung der Lebenssituation unbegleiteter minderjähriger Flüchtlinge gibt es einen erheblichen Beratungsbedarf, insbesondere im weitgehend tabuisierten Bereich von Sexualität und in Bezug auf die Prävention sexuell übertragbarer Infektionen.

Ziele

Ein offener Umgang mit und Austausch über Sexualität, Wissensvermittlung zu Sexualität und Körperfunktionen, Aufklärung über die Rechte von Jugendlichen in Deutschland und die Veränderung eines gegebenenfalls risikoreichen sexuellen Verhaltens gehören ebenso zu den Zielen des Projekts wie der Schutz vor HIV-Infektion und anderen Krankheiten. Auch Informationen über Verhütungsmittel und deren Anwendung sowie über den Zugang zu psychosozialen und medizinischen Beratungsstellen sollen vermittelt werden.

Umsetzung

Es handelt sich um eine 3-stündige genderspezifische Informationsveranstaltung für Flüchtlinge im Alter von 15 – 18 Jahren.

Die Seminare enthalten diese Module:

- Input mit sachlichem Informationsgehalt
- ausführlicher Austausch untereinander und
- Übungen.

Veranstaltungsort ist das Referat für Gesundheit in München. Zur Umsetzung gehören Akquise und Öffentlichkeitsarbeit, Kooperation mit Fachgremien, Bezugsbetreuer, Sprachmittler und Referenten. Die Veranstaltung wird seit Oktober 2015 bis jetzt kontinuierlich monatlich zwei- bis dreimal durchgeführt. Es herrscht laut Projektträger eine große Nachfrage der Jugendlichen an den Themen mit dem Wunsch nach Folgeveranstaltungen. Die Beratungsstelle wird zu Einzelgesprächen aufgesucht und die Bezugsbetreuer melden, dass die Jugendlichen das Thema in den Wohngruppen weiter besprechen. Die Jugendlichen sind dankbar und erleichtert über den offenen Umgang mit dem Thema. Angesprochene Gesundheitsprobleme konnten in Kooperation mit den Bezugsbetreuern – durch Vermittlung ärztlicher Hilfe – angegangen werden. Ein Bedarf nach Aufklärung wird deutlich auch von jungen Erwachsenen über 18 Jahren artikuliert.

Zur Qualitätssicherung gehören die Teilnahme an Fortbildungen und Fachkongressen und der Austausch in Teambesprechungen, Supervisionen und Fachgremien. Die Sprachmittler sind speziell geschult. Mit allen Beteiligten finden für jede Veranstaltung eine Vor- und Nachbesprechung statt. Die Auswertung der Fragebögen, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Ende des Seminars ausfüllen, wird Ende November erwartet.

Von Oktober 2015 bis Oktober 2016 wurden 38 Veranstaltungen durchgeführt. Davon waren fünf Seminare für junge Frauen und 33 Seminare für junge Männer. 290 Jugendliche wurden erreicht; davon 53 Frauen und 237 Männer.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Konzeptionsphase begann im März 2015. Die Präventionsveranstaltungen werden laufend angeboten. Die Finanzierung erfolgt über die Landeshauptstadt München, Referat für Gesundheit und Umwelt. Das Referententeam besteht aus 7 Mitarbeitern. 4 Mitarbeiter sind bei der Landeshauptstadt München und 3 bei der Bayerischen Aidsstiftung e. V. angestellt.

Die Veranstaltungen finden im Rahmen der dienstlichen Tätigkeit statt. Zusätzlich stehen pro Veranstaltung 2 – 3 Sprachmittler zur Verfügung.

Kommentar aus dem Projekt

„In der Regel sind die Jugendlichen sehr zufrieden mit dem Seminar, sie erwähnen oft, dass sie im Laufe des Seminars ihre Scham überwinden konnten und dass sie die Bedeutung der Seminare erkannt haben: ‚Das war heute wichtig für mich.‘ ‚Kann ich einmal zu einem Einzelgespräch kommen?‘ ‚Danke, dass ich heute hier sein durfte.‘ ‚Es war schön bei Euch.‘ ‚Wir wollen nochmal kommen – geht das?‘“

Kontakt

Landeshauptstadt München
Referat für Gesundheit und Umwelt
Beratungsstelle zu sexuell übertragbaren Infektionen einschl. AIDS
Ansprechpartnerin: Angela Horstmann
Bayerstraße 28a, 80335 München
Telefon: 089-233-47833
E-Mail: angela.horstmann@muenchen.de

Cohuk Dis Karnesi – Zahnärztlicher Kinderpass in Türkisch

Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK)

Aus repräsentativen wissenschaftlichen Studien, allen voran der Deutschen Mundgesundheitsstudie (DMS) von Bundeszahnärztekammer (BZÄK), Kassenzahnärztlicher Bundesvereinigung (KZBV) und dem Institut Deutscher Zahnärzte (IDZ), aber auch aus der DAJ-Studie (gesammelte Ergebnisse der einzelnen Landesarbeitsgemeinschaften Zahngesundheit) geht hervor, dass Karies insgesamt zwar erfreulich deutlich auf dem Rückzug ist, allerdings als besondere Form bei kleinen Kindern (sog. frühkindliche Karies) und nach wie vor in bestimmten Schichten polarisierend auftritt. Dies betrifft vor allem Kinder aus bildungsfernen Schichten, aus Familien mit Migrationshintergrund, aus Familien mit niedrigem Sozialstatus, sowie Kinder, die in sozialen Brennpunktgebieten aufwachsen.

Ziele

Ziel des Projektes ist es, ein Bewusstsein für die Wertigkeit gesunder Zähne vom ersten Zahn an zu schaffen, zu motivieren und die notwendigen Informationen barrierearm anzubieten.

Um Nachhaltigkeit zu erzielen, handelt es sich bei dem Zahnärztlichen Kinderpass nicht um eine reine Informationsbroschüre. Die Broschüre enthält außerdem einen vom Zahnarzt auszufüllenden Untersuchungsteil in Kombination mit regelmäßigen Zahnarztbesuchen zur Früherkennung, Vorsorge und Kontrolle. Bereits seit 1989 gibt es den Zahnärztlichen Kinderpass auf Deutsch. Nun war das Ziel, den Inhalt und die Struktur des deutschen Kinderpasses ins

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Türkische zu übersetzen, damit auch die größte fremdsprachige Bevölkerungsgruppe in Deutschland an die Früherkennungs- und Vorsorgemöglichkeiten herangeführt wird, davon profitiert bzw. daran teilhaben kann.

Umsetzung

Die 36 Seiten umfassende Publikation im DINA 5-Format – abgestellt auf das Format des gelben Kinderuntersuchungsheftes mit dem der Zahnärztliche Kinderpass kombiniert eingesetzt werden soll – klärt in einem sehr praxisnahen Informationsteil (linke Seiten) in Türkisch über Mundhygiene und zahngesunde Ernährung auf und gibt auf das Alter des Kindes abgestimmte Empfehlungen, wie Eltern Karies bei ihrem Kind vorbeugen können. Der Pass beinhaltet auf den rechten Seiten einen auf jedes Vorsorgeintervall abgestimmten Befunddokumentationsteil zum Ankreuzen durch den Zahnarzt. Dieser Teil ist in Deutsch und Türkisch abgefasst.

- Der Kinderpass versteht sich als fakultatives Hilfsmittel, als Vorsorgefahrplan, der Einsatz ist freiwillig.
- Sein wesentliches Merkmal und Nutzen (Mehrwert) ist, dass er den Eltern die jeweils relevanten Untersuchungsintervalle angibt. Diese richten sich nach den für die Zahnentwicklung wichtigen Altersstufen. Der Inhalt ist laienverständlich aufbereitet.

Verteilt wird der Zahnärztliche Kinderpass durch den Zahnarzt, der die Pässe bei der Bayerischen Landes-zahnärztekammer bestellen kann. In Ausnahmefällen erhalten Eltern auch Einzelpässe auf Anfrage kostenfrei direkt bei der BLZK. Bis dato wurden 2.200 türkische Kinderpässe in Bayern verteilt. Diese Zahl liegt hinter den Nachfrage-Erwartungen der Projekt-Verantwortlichen, trotz Pressemeldungen und Publikationen in Fachmedien. Es wird seitens der BLZK in Zukunft noch gezielter an potenzielle Verteiler und Interessierte herangetreten werden, um die Zielgruppe auch tatsächlich zu erreichen.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Erarbeitungszeit: Frühjahr 2015 bis Ende Oktober 2015

Das Projekt wurde im Haushalt der BLZK, Referat Prophylaxe, Alterszahnmedizin, Behindertenzahnmedizin, projektiert. Dieser wird in der Vollversammlung der BLZK vorgestellt und genehmigt. Der Haushalt finanziert sich durch die Beitragsgelder der BLZK-Mitglieder (in Bayern niedergelassene Zahnärztinnen und Zahnärzte).

Kommentar aus dem Projekt

„Mangelnde Sprachkenntnisse von Menschen mit Migrationshintergrund und Sprachbarrieren sollen nicht länger ein Grund sein, keine zahnärztlichen Vorsorgeleistungen in Anspruch zu nehmen“.

Kontakt

Bayerische Landes Zahnärztekammer
Ansprechpartnerin: Ulrike Nover
Fallstraße 34, 81369 München
Tel.: 089-72480-200
E-Mail: unover@blzk.de
Internet: www.blzk.de

„Deine Spielsucht betrifft auch mich“

Ein Selbsthilferatgeber für Angehörige von Glücksspielsüchtigen der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen (BAS)

Angehörige von Menschen mit problematischem oder pathologischem Glücksspielverhalten leiden häufig stark unter den Auswirkungen der Erkrankung. Beratungsangebote werden unter anderem aus mangelhaftem Wissen, aus Scham und aus Angst vor Stigmatisierung nicht in Anspruch genommen. Häufig wird lange erfolglos versucht das Problem ohne Hilfe zu lösen.

Ziele

Ziel ist, für diese Klientel eine niedrigschwellige, flächendeckend verfügbare und anonyme Möglichkeit zu erstellen, sich über die Problematik zu informieren. Der Selbsthilferatgeber soll die Zielgruppe für die Problematik sensibilisieren, über die Erkrankung aufklären und Angebote erster Hilfen aufzeigen.

Umsetzung

- Auf Basis des psychoedukativen Entlastungstrainings ETAPPE (Buchner et al., 2012) und des E-Mental-Health-Programms „Verspiel nicht mein Leben – Entlastung für Angehörige“ (EfA; Buchner et al., 2013) wurde der Ratgeber verfasst unter Einbezug von
- aktuellen Forschungsbefunden
- Informationen zur Erkrankung
- Umgang mit Schuldgefühlen
- Verantwortung
- Kommunikation
- Stress und Schulden
- Begriff der „Co-Abhängigkeit“ und dessen Konsequenzen
- Auswirkungen auf Kinder
- Informationen zu Hilfen

Durch die Zusammenarbeit mit dem Hogrefe-Verlag ist der Ratgeber flächendeckend beziehbar.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Manuskript ist beim Verlag und wird voraussichtlich im Frühjahr 2017 erscheinen.

- Das Heft wurde von Mitarbeitern der BAS in der Regelarbeitszeit mit Regelfinanzierung verfasst. Der Ratgeber wird bayernweit in Beratungsstellen kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

„Pro Suchterkranktem gibt es Schätzungen zufolge 6 – 15 mitbetroffene Angehörige, sodass vermutlich 2,4 bis 6 % der Bevölkerung betroffen sind.“

Kontakt

Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen BAS UG

Ansprechpartnerin: Dr. Ursula Buchner

Landwehrstr. 60 – 62, 80336 München

Telefon: 089 530730-16 oder -15

E-Mail: ursula.buchner@bas-muenchen.de,

annalena.koytek@bas-muenchen.de

Familienerlebnistag Bruck

Gesundheitstage des Gesundheitsamtes Erlangen-Höchstadt für Menschen, die sonst wenig von Angeboten der Gesundheitsförderung erreicht werden

Wissenschaftlich ist der Zusammenhang zwischen sozialer Lage und Gesundheit unstrittig und sehr gut untersucht. In der Literaturlatenbank Pubmed finden sich mehr als 30.000 Publikationen unter dem Stichwort „socioeconomic status“. Fast alle gesundheitlichen Merkmale weisen einen Sozialgradienten dergestalt auf, dass eine schlechtere soziale Lage mit einer schlechteren Gesundheit in Zusammenhang steht. Ein zentraler Indikator für die soziale Lage ist in vielen Studien der Bildungsstatus, häufig mit dem Erwerbsstatus und dem Einkommen im „Winkler-Index“ kombiniert. Betroffen sind Familien mit geringem Einkommen und Armutgefährdung, insbesondere Alleinerziehende, Familien mit Migrationshintergrund und Migrationserfahrungen sowie Menschen mit wenig sozialer Unterstützung.

Ziele

- Niederschwelliges Heranführen an Themen wie gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung und andere sowie Stärkung der Erziehungskompetenz von Eltern durch Themenworkshops und Eltern-Kind-Einheiten zum gemeinsamen Spiel. Es sollen Gelegenheiten geschaffen werden, sich in einem geschützten Rahmen sportlich zu betätigen und an einem Kurs (z. B. BIG) teilzunehmen.
- Familien soll ermöglicht werden, gemeinsam Freude und Spaß zu erleben
- Ausbau des sozialen Netzwerkes für die Familien durch persönliches Kennenlernen neuer Angebote und Ansprechpartner.

- Einbinden einzelner Kulturvereine und Bewerbung ihrer Angebote.

Umsetzung

Die Gesundheitstage finden in der wohnortnahen Grundschule und dem gegenüberliegenden Abenteuerspielplatz statt. Die Familien kennen diese Örtlichkeiten und das Personal. Berücksichtigt werden grundlegende Kriterien der Arbeit mit benachteiligten Familien wie niedrigschwelliger Zugang, geschützter Rahmen, Entlastung der Teilnehmenden sowie die Berücksichtigung von Grundbedürfnissen.

Die Gesundheitstage bieten verschiedene Workshops, Spielstationen und offene Mitmachangebote, z. B.:

- Kurse mit pädagogischen Inhalten
- Bewegungskurse (z. B. HipHop, Zumba, Lifekinetik, Kurse für Väter und Söhne wie Bogenschießen, Taekwondo, Kickboxen, Selbstverteidigung, Basketball)
- Entspannungskurse
- ein Basteltisch des deutsch-russischen Kulturvereins Brücken e. V.

Der Besuch der Familien wird auch genutzt, um Themen zu transportieren, die nicht von sich aus Anreize wären, wie „Zucker in Getränken“, „Was erhält mich gesund – was kann ich beitragen?“, „Suchtprävention in der Familie“ und andere. Jedes Jahr wird eine andere Beratungsstelle vorgestellt, z. B. Schwange-

ren- oder Ernährungsberatung. Es gibt für die Familien ein kostenloses Essen und eine Familien-Laufkarte.

Die Gesundheitstage werden jedes Jahr dokumentiert und in einer Selbstevaluation überprüft. Grundlage sind die Good Practice-Kriterien des Kooperationsverbundes Gesundheitliche Chancengleichheit. Die Teilnehmerzahl entwickelte sich seit Beginn von ca. 70 auf 120 Teilnehmer pro Jahr.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Gegründet wurde der Arbeitskreis im Jahr 2009, die Gesundheitstage werden seit 2010 durchgeführt. Die Veranstaltung wird von zehn bis zwölf Partnerstellen getragen, die Koordinierung erfolgt durch das Gesundheitsamt. Das Projekt wird u. a. aus dem Budget für Gesundheitstage von Gesund.Leben.Bayern., der Initiative des Bayerischen Staatsministeriums für

Gesundheit und Pflege, finanziert. Ergänzend unterstützen auch Sponsoren wie z. B. der Verein für Gesundheit und Medizin Erlangen, die AOK, DAK u. a.

Kommentar aus dem Projekt

„Durch das Projekt bestätigt sich der Synergieeffekt in der Netzwerkarbeit, die in ganz normalen Arbeitsbedingungen solche Initiativen langfristig meistert. So ist es auch möglich, dieses differenzierte Programm zu einem angemessenen Preis umzusetzen.“

Kontakt

Landratsamt Erlangen-Höchstadt, Gesundheitsamt
Ansprechpartnerin: Luitgard Kern
Schubertstraße 14, 91052 Erlangen
Telefon: 09131-7144-445
E-Mail: luitgard.kern@erlangen-hoechstadt.de

Wochen der seelischen Gesundheit im Landkreis Main-Spessart im Oktober und November 2016

Eine öffentliche Veranstaltungsreihe des Gesundheitsamtes Main-Spessart mit zwanzig regionalen Institutionen

Projektanlass waren die beiden für 2016 vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege benannten Jahresschwerpunkte zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und zur Depression bei Erwachsenen.

Ziele

Es sollte eine Informationsweitergabe darüber stattfinden, wie seelische Gesundheit erhalten, gestärkt und/oder wieder hergestellt werden kann. Darüber hinaus sollte das Projekt Informationen zu verschiedenen psychischen Erkrankungen verbreiten und zur Sensibilisierung und Entstigmatisierung beitragen. Zudem sollte die Vernetzung verschiedener Institutionen angestoßen bzw. verstärkt werden.

Umsetzung

Zwanzig Institutionen und Einrichtungen aus dem psychosozialen Bereich haben sich unter der Federführung des Staatlichen Gesundheitsamtes und des Selbsthilfebüros des Bayerischen Roten Kreuzes zusammengeschlossen, um die Veranstaltungsreihe zu konzipieren und umzusetzen. Das Gesundheitsamt engagierte sich mit

- einem Arbeitskreis für und mit den beteiligten Institutionen
- der Planung und Durchführung einer gemeinsamen Auftaktveranstaltung
- der entsprechenden Öffentlichkeitsarbeit.

Insgesamt wurden dreiundzwanzig Veranstaltungen angeboten. Darunter waren (Film-) Vorträge, Fachtagungen, Workshops und verschiedene öffentlichkeitswirksame Aktionen (z. B. „Verstecken nützt nix – Reden hilft“, „Resilienz auf der Spur“ und „Vielfalt der beruflichen Teilhabe“). Ca. 300 Teilnehmer

wurden direkt an den verschiedenen Aktionen erreicht. Hinzu kam die Öffentlichkeit bei Straßenaktionen, die Bewerbung durch Plakate, Flyer und zahlreiche Presseartikel.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die Projektwochen fanden vom 7.10.2016 (Aufaktveranstaltung) bis 23.11.2016 statt. Die Auftaktveranstaltung sowie Printmedien wurden durch Mittel aus dem Staatshaushalt und einer Zuwendung der Sparkasse finanziert. Das Selbsthilfebüro und insbesondere das Gesundheitsamt Main-Spessart setzten personelle Ressourcen für das Projekt ein. Die einzelnen Veranstaltungen wurden in Eigenverantwortung und mit eigenständiger Finanzierung der jeweiligen Institutionen durchgeführt.

Kommentar aus dem Projekt

„Im Landkreis Main-Spessart können wir bereits auf ein breites Unterstützungsangebot für Menschen in schwierigen Lebenssituationen zurückgreifen. Am 7. Oktober 2016 haben Sie im Rahmen der Auftaktveranstaltung die wunderbare Möglichkeit, sich bei Musik und Imbiss vorab über Unterstützungsangebote und über die einzelnen Veranstaltungen zu informieren und miteinander und untereinander ins Gespräch zu kommen.“

Kontakt

Staatliches Gesundheitsamt am Landratsamt
Main-Spessart
Ansprechpartnerin: Brigitte Then
Rudolph-Glauber-Straße 28, 97753 Karlstadt
Telefon: 09353-7931-606
E-Mail: brigitte.then@lramsp.de
www.main-spessart.de

„CI für Kinder“ (Cochlea-Implantat für Kinder)

Informationsmaterial für Gehörlose, Migranten und Flüchtlinge
erarbeitet vom Lehrstuhl für Gehörlosen- und Schwerhörigenpädagogik
der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU)

Anlass zu der Initiative dieses Projektes war vor einigen Jahren die Feststellung, dass aktuelles und inhaltlich korrektes Informationsmaterial für gehörlose und schwerhörige Eltern hörgeschädigter Kinder fehlt. Außerdem wurde in der Praxis eine Version für die Zielgruppe Migranten benötigt.

Ziele

Zielgruppen-adaptierte, ausführlich bebilderte Broschüren in leicht verständlicher Sprache zur sachlichen, objektiven Information Betroffener. Die Informationen sollen hörgeschädigten Kindern gehörloser oder fremdsprachiger Elternpaare die gleichen Chancen für eine CI-Versorgung ermöglichen, wie Kindern hörender und deutschsprachiger Eltern.

Umsetzung

Eine vorgeschaltete Pilotstudie zeigte, dass es im deutschsprachigen Raum für Eltern von hörgeschädigten Kindern nur veraltetes, teils falsches und nicht an den Bedürfnissen orientiertes Informationsmaterial über die CI-Versorgung gibt. Im April 2006 begann unter Mithilfe von vier gehörlosen Eltern, einem Praktiker und zwei Wissenschaftlern die Entwicklung und Evaluation von Informationsmaterial:

- 1. Auflage in deutscher Sprache in 2009
- es folgten die auf die Situation der Zielgruppen zugeschnittenen Übersetzungen in die Sprachen Englisch, Türkisch, Russisch, Griechisch und Polnisch
- die Broschüren stehen allen CI-Zentren und Frühförderstellen zur Verfügung

- inzwischen gibt es auch eine Übersetzung ins Tschechische, eine Version in slowakischer Sprache ist in Arbeit. Sie werden in diesen Ländern verlegt und verwendet.

Beginn 2006, Broschüre Deutsch 1. Auflage = 5.000 Exemplare 2009, 2. Aufl. = 400 Exemplare 2016, Türkisch und Russisch je 5.000 Exemplare, Griechisch und Englisch je 400 Exemplare

Übersetzung ins Tschechische (Prag 2014, 300 Exemplare) und Slowakische (Druck in Vorbereitung).

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Projektbeginn war 2006. Ressourcen: Wissenschaftliche Hilfskraft für die Startphase, vier gehörlose Eltern, ein Praktiker und zwei Wissenschaftler arbeiteten ehrenamtlich. Graphiker und Designbüro unterstützten durch finanzielles Entgegenkommen. Finanzielle Unterstützung durch Angela Havers-Stiftung, Stiftung zur

Förderung behinderter Kinder und bedürftiger alter Menschen und das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration sowie durch Firmen.

Kommentar aus dem Projekt

„CI-Versorgungen gehörloser Kinder sind erfolgreicher, wenn sie frühzeitig und mit hoher Akzeptanz der Eltern erfolgen, da diese am Reha-Prozess aktiv mitwirken müssen.“

Kontakt

LMU München, Lehrstuhl für Gehörlosen- und Schwerhörigenpädagogik
Ansprechpartnerin: Prof. Dr. Annette Leonhardt
Leopoldstraße 13, 80802 München
Telefon: 089-2180-5118
E-Mail: leonhardt@lmu.de

PlayOff – DIE App für Spieler

Eine App als niedrigschwellige Hilfe der Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

Menschen, die bereits riskant, aber noch nicht problematisch Glücksspiele spielen, werden vom regulären Hilfesystem in der Regel nicht erreicht. Aber auch unter den problematischen oder pathologischen Glücksspielenden werden viele Menschen nicht oder erst sehr spät erreicht. Vor allem diese Personengruppen sollen durch die App als neue und sehr niedrigschwellige Hilfeform angesprochen werden.

Ziele

Alle Nutzer von Glücksspielen sollen eine einfache und anonyme Möglichkeit erhalten, die Kontrolle über ihr Spielen zu behalten oder zurückzugewinnen. Durch eine erste Auseinandersetzung mit dem eigenen Glücksspielverhalten und dem ersten Kontakt mit einem Hilfsangebot soll außerdem die Hemmschwelle, sich an das professionelle Hilfesystem zu wenden, gesenkt werden.

Umsetzung

- Die App PlayOff bietet den Glücksspielenden die Möglichkeit, das verspielte Geld und die aufgewendete Zeit für das Spielen zu dokumentieren.
- Sie gibt zu Fortschritten beim Erreichen der persönlich gesteckten Ziele regelmäßig Rückmeldung. Die Auswertung der Tagebucheinträge hilft dabei, das eigene Glücksspielverhalten besser verstehen und beeinflussen zu können.
- Durch das Erstellen eines Wochenplans können die Nutzerinnen und Nutzer ihre (glücksspielfreie) Zeit planen und Schwerpunkte in wichtigen Lebensbereichen setzen.

PlayOff liefert wertvolle Tipps für eine verbesserte Kontrolle des Spielverhaltens und informiert zu Hilfemöglichkeiten bei einem problematischen Umgang mit Glücksspielen. Sie ist jedoch kein Therapeersatz für süchtige Menschen, die eine intensive Behandlung bräuchten.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Da PlayOff kostenlos, anonym und praktisch auf dem Smartphone verwendet werden kann, ist die App sehr niedrigschwellig und kann Menschen erreichen, die (noch) nicht dazu bereit sind, sich an das professionelle Hilfesystem zu wenden. Diese können sich selbstständig mit ihrem Spielverhalten auseinandersetzen und ein Problembewusstsein entwickeln. Durch entsprechende Informationen werden sie außerdem an das klassische Hilfesystem herangeführt. Einige Elemente von PlayOff (z. B. Tagebuch und Risikoprofil) werden von Beratungsstellen gewinnbringend im Beratungs- oder Behandlungskontext eingesetzt.

Aktuell findet eine Umfrage unter Fachkollegen statt, in der vor allem die Praktikabilität und Verständlichkeit der einzelnen Elemente abgefragt werden. Die Ergebnisse werden in ein erstes Update von PlayOff einfließen. Zusätzlich ist eine Evaluation der App inklusive einer Nutzerbefragung im Jahr 2017 geplant. Die App wurde seit ihrer Veröffentlichung 1.296 Mal heruntergeladen (Stand 09.12.2016).

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Die App PlayOff wird seit dem 22.06.2016 in den App-Stores von Google und Apple kostenlos zum Download angeboten. Die Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege finanziert. Die App wurde im Rahmen dieser Tätigkeit entwickelt.

Kommentar aus dem Projekt

„Die LSG hat mit PlayOff eine App entwickelt, die aufgrund ihres Funktionsumfangs und der Nutzungsmöglichkeiten eine absolute Innovation im Hilfeangebot für Menschen mit einem problematischen oder pathologischen Glücksspielverhalten darstellt. Aber auch in anderen Suchtbereichen sind im deutschsprachigen Raum keine mobilen Applikationen bekannt, die vergleichbare Funktionen in diesem Umfang bieten.“

Kontakt

Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

Anprechpartner: Konrad Landgraf

Edelsbergstraße 10, 80686 München

Telefon: 089-55273-590

www.verspiel-nicht-dein-leben.de/playoff.html

Kinder-Koch-AG

Kinder mit und ohne Migrationshintergrund kochen gemeinsam im Schülertreff des nob Kinder- und Jugendhauses Nordostbahnhof, Nürnberg

Der Wiedereinstieg in den Beruf hat der Projektverantwortlichen die Möglichkeit eröffnet, ihre Vision umzusetzen und Kindern und Jugendlichen den Zugang zu gesunder Ernährung zu ermöglichen. Dadurch reifte der Gedanke heran, vor allem auch Jungen aus anderen Kulturen an das Thema Ernährung heranzuführen. Durch dieses Projekt können sich die Jugendlichen mit den verschiedenen kulturellen Hintergründen auseinandersetzen.

Ziele

Durch das Kochen in der Gruppe soll Gemeinschaft erlebt und mangelnde Zeit in den Familien für die Zubereitung von Mahlzeiten ausgeglichen werden. Zusätzlich entwickeln die Jugendlichen durch den Umgang mit Lebensmitteln und der Küchenarbeit ein Bewusstsein, wie Lebensmittel schmecken, wenn sie selbst zubereitet werden. Mit diesem Ansatz kann auch dem Übergewicht bei Kindern entgegengewirkt werden.

Umsetzung

Jede Woche an einem Nachmittag steht das regelmäßige gemeinsame Kochen, Einkaufen und Aufräumen im Vordergrund. Für die meisten Kinder und Jugendlichen mit Migrationshintergrund ist die Zubereitung von Speisen mit gesunden Lebensmitteln im Elternhaus eher selten. Deshalb ist es wichtig, dass sie lernen, wie man mit relativ wenig Zeitaufwand schmackhafte Speisen zubereiten kann. Dabei lernen sie auch, was die Lebensmittel kosten.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt ist angelegt für ein Schuljahr. Es hat im Jahr 2015 begonnen als „Jungen-Koch-AG“, an der die Schüler der 9. Klasse teilnahmen. Die Anzahl der Teilnehmer war zwischen sechs bis sieben Jugendlichen veranschlagt. Das Projekt wurde 2016 weiterentwickelt in eine „Kinder-Koch-AG“ mit Mädchen und Jungen in der Altersgruppe von 10 – 16 Jahren. Im Schuljahr 2016/17 sind neun Kinder von der 5. – 9. Klasse für dieses Projekt angemeldet.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Der Träger des nob Kinder- und Jugendhauses Nordostbahnhof ist die Evangelische Jugend Nürnberg (ejn). Das Projekt wird aus dem Etat des Schülertreffs finanziert. Die ejn stellt eine Küche mit passender Ausstattung zur Verfügung und unterstützt dieses Projekt, da es ihr ein Anliegen ist, gesunde und nachhaltige Ernährung zu fördern. Die finanziellen Mittel sind jedoch sehr begrenzt.

Kommentar aus dem Projekt

„Zum Ende des Schuljahres 2015/16 ist eine Jungen-Gruppe zusammengewachsen, die nicht nur mit Fleisch, sondern auch mit Gemüse und Kräutern aus der Region gekocht hat. Verglichen wurde zum Beispiel Biofleisch mit Fleisch vom Discounter. Die Jugendlichen konnten dabei feststellen, dass das Biofleisch viel mehr Geschmack aufweist als das konventionelle. Auch wurde einfacher Nudelteig selbst hergestellt und zu Maultaschen mit Gemüse- und auch Fleischfüllung verarbeitet. Es könnten noch viele Beispiele, wie gefüllte Crêpes, Curry mit Hähnchen und Gemüse, Torte mit Früchten der Saison usw. genannt werden. Auch das gemeinsame Einkaufen war ein Teil davon, in dem wir die Preise zwischen Bioläden und Discounter verglichen haben. Dabei kamen die Jugendlichen selbst zu der Erkenntnis, dass nicht die Quantität entscheidend ist, sondern die Qualität.“

Kontakt:

Nob Kinder- und Jugendhaus Nordostbahnhof
der Evangelischen Jugend Nürnberg (ejn)
Ansprechpartnerin: Doris Reitzer
Saalfelder Straße 14, 90491 Nürnberg
Telefon: 0911-37533-11
E-Mail: d.reitzer@ejn.de

Refu-Competence HIV – Strukturelle Prävention mit geflüchteten Menschen

Ein ressourcenorientierter Ansatz des AWO-Zentrums für AIDS-Arbeit Schwaben für die HIV-Prävention im ländlichen Bereich

Die starke Zunahme der Erstuntersuchungen im Rahmen der Flüchtlingswelle brachte auch vermehrt HIV-Diagnosen und Beratungsbedarf mit sich. Dies führte zu einer besonderen Herausforderung, da die Geflüchteten oft vor dem Bestätigungstest in ländliche Regionen umgesiedelt wurden und die dortigen Ärzte und Ärztinnen bei der Übermittlung positiver Ergebnisse und der Vermittlung an Therapie- und Beratungseinrichtungen Hilfe benötigen.

Ziele

- fit machen der vorhandenen Strukturen und Netzwerke im HIV-Bereich für die Herausforderungen der Zuwanderung
- geflüchteten Menschen die Teilhabe am gesundheitlichen und sozialen Sektor ermöglichen

Umsetzung

Das lokale AIDS-Hilfesystem musste an die neue Flüchtlingssituation in mehreren Bereichen angepasst werden:

- niederschwellige Prävention
- Sensibilisierung von Asylsozialarbeiterinnen und -arbeitern
- Informationen über HIV-Übertragungswege und Schutzmöglichkeiten
- Verteilen von Kondomen
- Sekundärprävention
- Frauen-Café für HIV-erkrankte Frauen mit und ohne Migrationshintergrund mit Kinderbetreuung

- Integration in das Projekt „MännerXundheit“
- Einzelbetreuung
- Unterstützung der Ärzte und Gesundheitsämter
- Präventionsveranstaltungen und Multiplikatoren-schulung
- Sexuaufklärung und STI-Präventionsschulungen in umF-Wohngruppen (umF = unbegleitete minderjährige Flüchtlinge) und Flüchtlingsschulklassen
- Schulung von Multiplikatoren unter den umF ab 15 Jahren (Refu-Peers)

Die hohe Zahl an Nachfragen besonders in den Präventionsveranstaltungen in „Flüchtlingsschulen“ und Wohngruppen bestätigt den Bedarf. Klienten werden leitliniengerecht behandelt und sind therapietreu und haben somit eine Viruslast unter der Nachweisgrenze.

Teilnehmerzahl pro Veranstaltung: Wohngruppen 5 – 15, Berufsschulklassen 25 – 30, Multiplikatoren-schulung bis max. 12, Infomaterial in Gemeinschaftsunterkünften 50 – 100 pro Aktion, Frauencafé 7 – 10, MännerXundheit bis zu 15.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft seit Spätsommer 2015 mit Regelfinanzierung und Personal der AWO.

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Kommentar aus dem Projekt

„Die große Nachfrage nach unseren Schulungen überstieg unsere Kapazitäten. Wir haben deshalb ein Multiplikatoren-Modul entwickelt ...“

„Das Frauen-Café wird von unseren Klientinnen gerne genutzt und als eine ‚Insel der Ruhe‘ empfunden.“

Kontakt

AWO Zentrum für AIDS-Arbeit Schwaben (ZAS)
Ansprechpartnerin: Frau Ulrike Alban
Schaezlerstraße 36, 86152 Augsburg
Telefon: 0821-158081
E-Mail: ulrike-alban@zas-schwaben.de

Verbesserung der gesundheitlichen Situation wohnungsloser Männer im Haus an der Kyreinstraße

Ärztliche Sprechstunden, Gruppenangebote und mehr,
Katholischer Männerfürsorgeverein München e. V.

Das Haus bietet eine niederschwellige Wohnmöglichkeit für wohnungslose Männer. Der Gesundheitszustand sowohl im körperlichen als auch im psychischen Bereich ist nach längerer Zeit auf der Straße oft sehr schlecht. Sehr viele Bewohner haben große Probleme im Umgang mit Alkohol.

Ziele

Der Gesundheitszustand der Bewohner verbessert sich durch frühzeitige Interventionen. In den Fällen, in denen dies nicht möglich erscheint, wird versucht, die Verschlimmerung zu verhindern bzw. prophylaktisch den Umzug in ein geeignetes Setting einzuleiten. Der Gesundheitszustand der Bewohner stabilisiert sich, die Zahl von Notarzteinsätzen und stationären Aufenthalten reduzieren sich.

Umsetzung

Im „Haus an der Kyreinstraße“ findet jede Woche jeweils eine hausärztliche Sprechstunde durch eine niedergelassene Hausärztin und eine psychiatrische Sprechstunde durch eine Psychiaterin der Institutsambulanz des Isar-Amper-Klinikums statt. Darüber hinaus wird die Gesundheit der Bewohner durch folgende Maßnahmen gestärkt:

- Zusammenarbeit mit dem Pflegedienst, u. a. für die Sicherstellung regelmäßiger Medikamenteneinnahme
- Durchführung regelmäßiger Gruppenangebote, u. a. zum Thema Gesundheit (Kontrolliertes Trinken, psychoedukatives Angebot „gesund sein“)
- Durchführung flankierender Freizeitmaßnahmen (Ausflüge, hausinterne Feste)
- gesundheitliche Situation als Bereich im Hilfeplan des Sozialdienstes.

Die Angebote werden von den Hausbewohnern sehr gut angenommen. Nach Einschätzung der Mitarbeiter im Sozialdienst sanken die Krankenhauseinweisungen, im Berichtsjahr 2016 gab es kaum Notarztein-sätze im Haus. Am auffälligsten war die Verbesserung im Bereich der psychischen Gesundheit, es gab deutlich weniger Polizeieinsätze im Haus. 2016 musste kein Bewohner aus disziplinarischen Gründen entlassen werden.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft seit Dezember 2015 (Angebot der hausärztlichen Sprechstunde), die Zusammenarbeit mit dem Pflegedienst HPV seit Anfang 2016. Die Gruppenangebote wurden im Jahr 2016 angeboten. Die Projektphase war bis Ende 2016 definiert, aufgrund der guten Ergebnisse ist geplant, die Angebote in die Regelversorgung zu integrieren.

Die hausärztliche und psychiatrische Sprechstunde sowie die Tätigkeit des Pflegedienstes werden über die Krankenkassen abgerechnet. Die Gruppenangebote werden über den Hausetat finanziert, die Tätigkeit der Sozialpädagogen wird über die Tagessätze überörtlicher Träger bzw. den örtlichen Träger abgerechnet.

Kommentar aus dem Projekt

„Um die Bewohner für ihre gesundheitliche Situation zu sensibilisieren und sie zu motivieren ihre Eigenverantwortung wahrzunehmen, finden regelmäßige Gruppenveranstaltungen und Freizeitmaßnahmen statt. Speziell diese thematischen Veranstaltungen haben eine wichtige präventive Funktion. Dies ist zum Beispiel die Gruppenveranstaltung „gesund sein“, die von zwei der im Haus tätigen Sozialpädagogen durchgeführt wird. Dabei handelt es sich um eine sogenannte psychoedukative Gruppe mit selbstreflektori-schen Anteilen. Hier können die Bewohner lernen, was jeder einzelne für Möglichkeiten hat, etwas für seine (vor allem psychische) Gesundheit zu tun.“

Kontakt

Katholischer Männerfürsorgeverein München e. V.
Haus an der Kyreinstraße
Ansprechpartner: Johannes Hiesinger
Kyreinstraße 5, 81371 München
Telefon: 089-729899-3
E-Mail: k5@kmfv.de
www.kmfv.de

Gesundheitsregion^{plus} Erlangen-Höchststadt & Erlangen: Für ALLE in Stadt und Land

Partizipative Methoden und intersektorale Zusammenarbeit als Ansätze zur Erreichbarkeit von Menschen in schwierigen Lebenslagen

Es wurde festgestellt, dass die regionalen Strukturen der Gesundheitsförderung und -versorgung eigentlich sehr gut sind, jedoch Menschen in schwierigen Lebenslagen davon nicht ausreichend profitieren. Beispielsweise bildungsferne Personen, Menschen mit ungenügenden Sprachkenntnissen, mit Behinderungen bzw. Familien und Personen in besonders belastenden Lebenssituationen werden häufig mit Angeboten nicht genügend erreicht. Hier bedarf es neuer Vorgehensweisen. Partizipative Methoden und

intersektorale Zusammenarbeit sind dabei vielversprechende Ansätze, für deren systematische Umsetzung und Evaluation sich die Gesundheitsregion^{plus} engagiert.

Ziele

Das Projekt zielt auf die Verbesserung der Zugangsmöglichkeiten zu gesundheitsfördernden Maßnahmen und auf gesundheitliche Chancengleichheit ab. Den Menschen soll eine möglichst hohe Gesundheitskom-

petenz ermöglicht werden und sie sollen motiviert werden, die eigene Gesunderhaltung zu fördern. Dies beinhaltet einen niedrigschwelligen Zugang zu Gesundheitsleistungen. Auch wird angestrebt, eine hohe Partizipation seitens der Bevölkerung zu erreichen, denn nur so können die Bedürfnisse unverfälscht erkannt und passgenaue, nachhaltige Ergebnisse erzielt werden.

Umsetzung

Mit dem Projekt werden verschiedenen Zielgruppen erreicht, nicht nur die eigentlich fokussierten Menschen in schwierigen Lebenslagen. Durch die intensive Zusammenarbeit von Betroffenen und verschiedenen Experten wird eine Kommunikation auf Augenhöhe und gegenseitiges Verständnis gefördert. Mit diesem Vorgehen erreicht man nicht nur die eigentliche Zielgruppe, sondern auch Fachleute.

- Einrichtung einer Geschäftsstelle, Leitung durch Stadt und Landkreis
- Einberufung einer Strategieguppe als vorbereitendes Forum zur Gestaltung des Vorgehens für die gemeinsame Gesundheitskonferenz als Plattform für Zielsetzungen und inhaltliche Arbeit
- Definition vulnerabler Zielgruppen seitens der beteiligten Experten
- Erarbeitung der Ergebnisse bzw. Bedarfe durch partizipative Bedarfsanalyse
- Gründung von Arbeitsgruppen gegliedert an das Lebensphasenmodell
- Formulierung einer gemeinsamen Gesundheitsstrategie als Grundlage für ein gemeinsames Planungs- und Handlungskonzept von Stadt und Landkreis
- Akteur- und zielgruppen-orientierte Kommunikation der Ergebnisse und nachhaltige Verankerung entstandener Maßnahmen

In der Gesundheitsregion^{plus} leben derzeit 239.253 Einwohner. Am genannten Projekt sind insgesamt rund 20 Fachkräfte/Experten beteiligt. Die Dokumentation des bisherigen Vorgehens ist auf der Homepage eingestellt. Das Projekt wird 2020 evaluiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt läuft bis Ende 2019. Es erfolgt eine Förderung durch AOK und Techniker Krankenkasse mit Eigenanteilen der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt sowie durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege („Gesund.Leben.Bayern.“) und das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit. Die Gesundheitsregion^{plus} ist Mitglied im Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit, zudem erfolgt eine Förderung durch regionale Unternehmen.

Kommentar aus dem Projekt

„Die Auswirkungen des Projekts auf einzelne Personen geben allen Beteiligten immer wieder neue Kraft, am Ball zu bleiben. Das partizipative Vorgehen hilft den Projektteilnehmern. Bei einer Teilnehmerin zeigt sich, dass ihr Selbstbewusstsein einen Aufschwung erlebt hat und sie wieder aktiv am sozialen Leben ihrer Stadt teilnimmt. Dies hat ihrem Leben eine Struktur gegeben und hat auch der Psyche gutgetan.“

Kontakt

Sportamt der Stadt Erlangen

Ansprechpartnerin: Zsuzsanna Majzik

Fahrstraße 18, 91054 Erlangen

Telefon: 09131-86-1718

E-Mail: zsuzsanna.majzik@stadt.erlangen.de

www.fueralleinstadtundland.de

Suchtprävention für russischsprachige Migranten

Die Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen (BAS)

koordiniert das Projekt für vier bayerische Träger

Menschen mit russischsprachigem Migrationshintergrund werden von Angeboten der Suchthilfe nur schwer erreicht. Zugangsbarrieren sind die Sprache und die Unkenntnis, bzw. herkunftsbedingte abweichende Vorstellung über Suchthilfe.

Unter den 230 Rauschgifttoten im Jahr 2013 in Bayern waren 28 Aussiedler.

Ziele

Mit unterschiedlichen Methoden soll die Erreichbarkeit des Suchthilfesystems für von Sucht betroffene oder bedrohte russischsprachige Migranten verbessert werden.

Umsetzung

Die am Projekt beteiligten Träger sind:

- Condrops e. V. Ingolstadt
- Ethno-Medizinisches Zentrum e. V. München
- Mudra Alternative Jugend- und Drogenhilfe e. V. Nürnberg
- Prop e. V. München

Sie setzen verschiedene Maßnahmen in russischer Sprache um:

- offene Sprechstunde
- Gesundheits- und Freizeitprojekte
- niedrigschwelliger Sprachkurs
- bedarfsorientierte Einzelfallhilfe

außerdem:

- Schulung von Suchtmediatoren
- Vernetzung mit weiteren Einrichtungen
- zweisprachiges Internetangebot zum Thema Sucht und Hilfe

Es konnten von den Trägern bisher 27 Migranten zu Suchtmediatoren ausgebildet werden.

Die Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen koordiniert das Projekt. Sie ist für die Öffentlichkeitsarbeit, den Zwischen- und den Abschlussbericht zuständig.

Zahlen zu den erreichten Personen stehen nach Abschluss des Projektes zur Verfügung

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt startete am 01.07.2015 mit einer Laufzeit von zwei Jahren. Die Förderung erfolgt durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege.

Kommentar aus dem Projekt

Prop e. V. – Drogennotdienst – : „Das grundsätzliche Verstehen und Verstanden werden ist eine Voraussetzung für alle weiterführenden Hilfsangebote.“

Kontakt

Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen BAS UG

Ansprechpartnerin: Tanja Gollrad

Landwehrstraße 60 - 62, 80336 München

Telefon: 089-5307300

E-Mail: bas@bas-muenchen.de

www.suchtpraevention-migranten-in-bayern.de

Gesunde Südstadt

Gesundheitsförderung im Stadtteil mit hohem Anteil an sozial Benachteiligten durch das Bildungszentrum der Stadt Nürnberg

Das Bildungszentrum der Stadt Nürnberg befindet sich mit dem südpunkt in der Nürnberger Südstadt – ein Stadtteil mit einem hohen Anteil an sozial benachteiligten Zielgruppen. Das Projekt soll diese Menschen einerseits mit Gesundheitsangeboten im südpunkt erreichen und andererseits bedarfsgerechte Maßnahmen im Stadtteil anstoßen und umsetzen.

Ziele

Neben der Verbesserung des individuellen Ernährungsverhaltens (Verhaltensprävention) und der Steigerung der (Alltags-) Bewegung (Verhaltensprävention) gehören auch Kenntnisse über Entspannungs- und Stressbewältigungsmethoden (Verhaltensprävention) zu den Zielen des Projekts. Die Identifikation von Bewegungsflächen im öffentlichen Raum (Verhältnisprävention) soll ebenfalls vorangebracht werden.

Umsetzung

- Bestandsanalyse durch externen Partner
- Einrichtung einer Koordinationsstelle und Bildung eines Steuerungskreises
- Eingrenzung der projektrelevanten Zielgruppen und Erhebung der Zielgruppenbedarfe
- Konkretisierung der Projektziele und des Evaluationskonzeptes
- Kontaktaufnahme zu Projektpartnern und Bildung des „Kooperationskreises Gesundheit“ sowie Konkretisierung seiner Arbeit
- Planung von Maßnahmen und Erarbeitung eines Verstärkungskonzeptes
- flankierende Öffentlichkeitsarbeit
- Durchführung und Weiterentwicklung der Maßnahmen
- formative Evaluation mit externem Partner und Dokumentation.

Nach Bewilligung des Projekts wurde die Bestandsanalyse in Auftrag gegeben und erfolgreich durchgeführt. Bestehende Kooperationen wurden genutzt, um erste Maßnahmen mit projektrelevanten Zielgruppen durchzuführen. Häufig kamen die Partner mit

konkreten Ideen auf das Bildungszentrum zu. Im Oktober wurde die Koordinationsstelle besetzt, die den Steuerkreis einberufen und erste Kontakte mit Kooperationspartnern knüpfen konnte. Weitere Maßnahmen wurden geplant und umgesetzt. Durch die Arbeit mit den Zielgruppen wurden wichtige Erkenntnisse gewonnen, die in die weitere Umsetzung einfließen werden.

Durch die 2016 durchgeführten elf Maßnahmen, wurden bisher ca. 300 Personen erreicht.

Ein Instrument zur Qualitätssicherung ist die Anwendung des Zyklus der partizipativen Qualitätsentwicklung bzw. des Public Health Action Cycle. Weiterhin wird das Online-Tool „Quint-Essenz“ verwendet. Die einzelnen Projektphasen werden umfassend dokumentiert, da sie auch Grundlage für die Evaluation darstellen sollen. Das Evaluationskonzept wird in der zweiten Projektphase weiter konkretisiert.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Da die Gesunde Südstadt das erste geförderte Projekt der AOK Bayern im Rahmen von „Gesunde Kommune“ ist, wurde die Projektlaufzeit zunächst auf zwei Jahre (01. Mai 2016 – 30. April 2018) festgelegt. Aufgrund der Ergebnisse wurde bereits eine Verlängerung bis 30. April 2020 von der AOK Bayern in Aussicht gestellt. Neben der Förderung der AOK Bayern und dem Eigenanteil des Bildungszentrums steht auch die Infrastruktur des Bildungscampus zur Verfügung (Öffentlichkeitsarbeit, Räume, Geräte, usw.).

Kommentar aus dem Projekt

„Bei allen Maßnahmen steht die Beteiligung der Zielgruppen im Zentrum. Dabei soll gezielt der subjektive Bedarf der Zielgruppen erfasst werden, um das bisherige Angebot (dies insbesondere bei Maßnahmen, die sich über mehrere Unterrichtseinheiten erstrecken) an diesen Bedarf anzupassen und möglicherweise auch neue Angebote zu schaffen.“

Kontakt

Bildungszentrum im Bildungscampus
der Stadt Nürnberg
Ansprechpartnerinnen:
Elzbieta Voigtländer, Gabi Pfeifer
Pillenreuther Straße 147, 90459 Nürnberg
Telefon: 0911-231-14361 bzw. -14330
E-Mail: elzbieta.voigtlaender@stadt.nuernberg.de,
gabi.pfeifer@stadt.nuernberg.de
[Webseite in Bearbeitung]

Kulturelle Vielfalt in Kitas

Wie die Integration von Familien/Kindern unterschiedlicher Herkunft gelingt – Förderverein der Stiftung FREUNDE e. V.

In 2014 hatten 35 % der Kinder im Alter bis zu fünf Jahren einen Migrationshintergrund – für viele Erzieher eine neue Herausforderung. FREUNDE fördert die Lebenskompetenzen von Kindern in Kitas. Das Seminar „Kulturelle Vielfalt in Kitas“ baut auf den Kenntnissen des 2,5-tägigen Basisseminars von FREUNDE auf. Es dient dazu, den Erziehern die Grundlagen für eine Integration der Migrationskinder zu vermitteln und ihnen im Umgang mit deren Eltern Verhaltensweisen an die Hand zu geben. Kinder mit und ohne Migrationshintergrund sollen lebenskompetent aufwachsen.

Ziele

Ziel ist es, die Fachkräfte in Kitas bei der Integration von Kindern mit Migrationshintergrund und beim Umgang mit nichtdeutschen Familiensprachen zu unterstützen. Vermittelt werden Basisinformationen über den kulturellen und religiösen Hintergrund der Kulturen. Es sollen möglichst viele der ca. 2.000 FREUNDE-Erzieher in Bayern durch ca. 30 Sozialpädagogen als Trainer geschult werden.

Umsetzung

- Das eintägige Seminar „Kulturelle Vielfalt in der Kita“ baut auf dem Wissen des 2,5-tägigen FREUNDE-Basisseminars auf.

- Dabei liegt ein Schwerpunkt auf dem Thema Kulturkategorien. Dies hilft, Verschiedenheiten zu erkennen, zu benennen und damit eigene Einstellungen, Werte und eigenes Verhalten zu reflektieren.
- Neben den Kindern wird auch der Umgang mit Eltern thematisiert, um deren Integration zu unterstützen.

Im Jahre 2016 wurden bereits 14 FREUNDE-Trainer geschult, um den Kindertageseinrichtungen ab sofort das Aufbau-seminar „Kulturelle Vielfalt in der Kita“ anbieten zu können. An einem Seminar sollen maximal zwölf pädagogische Fachkräfte teilnehmen. FREUNDE ist in ca. 1.000 Kitas in Bayern eingeführt und erfasst jährlich ca. 24.000 Kinder. Die ersten Seminare in Kitas sind bereits 2016 angelaufen, weitere sind für 2017 geplant. Laut Projektträger gelingt es den FREUNDE-Trainern, diese Fortbildung in der standardisierten Form an die Erzieher in den Kitas weiterzuvermitteln. Dabei steht die praktische Umsetzung von Kommunikation zwischen Kindern, Eltern und Erziehern im Vordergrund. Dazu gehören auch die Reduktion von Ängsten und Vorurteilen. Da FREUNDE auch in Sachsen, Nordrhein-Westfalen und Österreich etabliert ist und die FREUNDE-Trainer ebenfalls geschult wurden, hat dieses in Bayern entwickelte Projekt auch Strahlkraft über die Grenzen hinaus.

Das Seminar wurde durch eine FREUNDE-Trainerin entwickelt, die beruflich Fachkraft für interkulturelle Pädagogik ist und sodann pilotiert. Die Ergebnisse der Pilotschulung sind in die Fortbildung eingeflossen. Die Erzieher füllen am Ende einen Evaluationsbogen aus, der zentral ausgewertet wird und dessen Ergebnisse in die Weiterentwicklung der Fortbildung einfließen werden.

Projektlaufzeit, Ressourcen und Finanzierung

Das Projekt ist langfristig angelegt, da auch der Zuzug von Migrationskindern weiterhin erfolgen wird. Die personellen Ressourcen sind gegeben. Die Kosten für die Ausbildung der 14 FREUNDE-Trainer im Rahmen des Migrationsseminars wurden vom Förderverein der Stiftung FREUNDE getragen. Die Kosten für ein eintägiges Seminar für die Kita werden durch die Kindertageseinrichtungen, öffentliche Förderungen und/oder Spenden aufgebracht.

Kommentar aus dem Projekt

„Es ist normal, verschieden zu sein. Freuen wir uns über die Vielfalt und beginnen wir das ‚Abenteuer‘ des Zusammenlebens. Denn wie Konfuzius sagte: Gemeinsamkeiten machen eine Beziehung angenehm, interessant wird sie jedoch erst durch die kleinen Verschiedenheiten.“ Gudrun Gutdeutsch, FREUNDE-Trainerin und Fachberaterin für Interkulturelle Pädagogik und sprachliche Bildung der Stadt München.

Kontakt

Förderverein der Stiftung FREUNDE e. V.
Ansprechpartner: Dr. Jürgen Koerver-Stümper
Hollerweg 4, 85469 Walpertskirchen
Telefon: 08122-18613
E-Mail: 0812218613@t-online.de
www.stiftung-freunde.de und
www.lebenskompetenzen.de

Bild wurde in der Online-Version entfernt.

Schriftenreihe des Bayerischen Zentrums für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)

Bisher sind in dieser Schriftenreihe folgende Bände erschienen:

Band 1 Der Bayerische Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis 2013 (München, 2013)

Band 2 13. Bayerischer Präventionspreis (München, 2015)

Band 3 Älter werden in der Gesunden Gemeinde. Angebote gestalten, Potentiale nutzen. (München, 2015)

Band 4 16. Bayerisches Forum Suchtprävention – Alles bleibt anders (München, 2015)

Band 5 Gesundheitliche Chancengleichheit für alle Kinder (München, 2015)

sowie der vorliegende Band

Band 6 14. Bayerischer Präventionspreis (München, 2017)

**Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)**

Eggenreuther Weg 43
91058 Erlangen
Telefon: 09131 6808-0
Telefax: 09131 6808-2102
E-Mail: poststelle@lgl.bayern.de
Internet: www.lgl.bayern.de

www.lgl.bayern.de