

Hintergrund

Gesundheitsfördernde Projekte bieten für Jugendliche die Chance sich soziale und gesundheitliche Kompetenzen anzueignen bzw. eigene Ressourcen zu erkennen, zu (re)aktivieren und auszubauen. Dadurch können auch die Leistungsfähigkeit der Jugendlichen für das bevorstehende Berufsleben gestärkt bzw. die beruflichen Chancen erhöht werden. Außerdem entwickeln sich Handlungs-, Entscheidungs- und Selbstwahrnehmungskompetenzen weiter.

In der beruflichen Orientierungsphase der Jugendlichen bieten Projekte wie »IMPULSE für Gesundheit« eine willkommene Abwechslung zum alltäglichen Berufsbildungsprozess. Im Neuen besteht die Möglichkeit, etwas Anderes zu erfahren, zu erlernen und damit eine Chance auf Veränderung und Weiterentwicklung.

Im Hinblick auf die berufsvorbereitenden Einrichtungen bieten gesundheitsfördernde Projekte die Möglichkeit zur aktiven Weiterentwicklung zu einer gesünderen Organisation mit gesunden Mitarbeitern. Dies kann zum Beispiel durch die Verbesserung der Bedingungen für gesunde Ernährung und Bewegung erfolgen.

Viele der Teilnehmer berufsvorbereitender Maßnahmen sind Jugendliche, die keinen Schulabschluss haben (7 Prozent der Absolventen der allgemeinbildenden Schulen) oder die Ausbildungsreife im Rahmen der Maßnahmen erwerben. Dadurch sind sie in Bezug auf ihre beruflichen Chancen benachteiligt.

»GESUNDHEIT IN BESTEN HÄNDEN«

Gesundheitszustand von Jugendlichen in berufsvorbereitenden Maßnahmen

Oftmals weisen die Jugendlichen in berufsvorbereitenden Maßnahmen einen schlechteren Gesundheitszustand auf, ernähren sich ungesünder, haben öfter Übergewicht, bewegen sich seltener, haben ein riskanteres Gesundheitsverhalten und zeigen mehr psychische Auffälligkeiten als ihre Altersgenossen aus höheren Bildungsschichten. Ihre geringeren Chancen für eine gesündere Lebensführung liegen nicht zuletzt auch an der materiellen Benachteiligung. Deshalb kommt den Gesundheitskompetenzen eine Schlüsselfunktion für die weitere berufliche Entwicklung zu.

Gesundheitszustand bei Pädagogen und Sozialpädagogen in berufsvorbereitenden Maßnahmen

An Lehrkräfte berufsvorbereitender Maßnahmen werden besondere Anforderungen gestellt. Den Lehrerinnen und Lehrern werden in den beruflichen Fachrichtungen und der Berufspädagogik kaum Inhalte zu Vermeidung und Bewältigung berufsbedingter Belastungen vermittelt. Sie haben oftmals einen schlechteren Gesundheitszustand als Kolleginnen und Kollegen anderer Schultypen. Sie sind häufiger krank, vor allem aufgrund psychosomatischer Beschwerden. Gründe dafür finden sich oftmals in der Lehrer-Schüler-Interaktion, die häufig als schwierig empfunden wird. Methoden und Techniken für den Umgang mit kritischen und konfliktreichen Situationen und ein gesundheitsförderliches Arbeitsumfeld können hier entgegenwirken.

Für die eigenständige Projektumsetzung in berufsvorbereitenden Einrichtungen werden von der AGETHUR Fortbildungen für Multiplikatoren angeboten.

»IMPULSE für Gesundheit«

Gesundheitsförderung in berufsvorbereitenden Einrichtungen – ein Angebot für Jugendliche



Projektprofil und Ziele

Zielgruppe des Projektes sind Jugendliche in berufsvorbereitenden Maßnahmen. Umgesetzt wird die Themenbearbeitung (z. B. gesunde Ernährung) in Form von Projekttagen. Wichtig ist die Möglichkeit, die Themenbearbeitung in den Alltag der Jugendlichen integrieren zu können und an den Interessen, Erfahrungen und Möglichkeiten der Heranwachsenden anzusetzen. Die Angebote sollten im Bezug auf die Themenwahl

- niedrigschwellig konzipiert sein,
- die Handlungskompetenzen sowie selbstbestimmtes, eigenverantwortliches und kooperatives Lernen und Arbeiten fördern,
- die Lern- und Leistungsfähigkeit stärken und
- das Selbstbewusstsein steigern.

Ziel ist es, im Projektverlauf die Interessen und Stärken und damit auch die Ressourcen der Jugendlichen zu identifizieren bzw. die Fähigkeiten/Fertigkeiten zu fördern. Damit verbessern sich auch die beruflichen Perspektiven bzw. die Orientierung und Bewährung in der Berufswelt.

Angebot für Jugendliche »IMPULSE für gesunde Ernährung« – ernährungspädagogische Projektstage

Mit einem niedrigschwelligen, praxisnahen und nicht belehrenden Angebot wird über das gemeinsame Zubereiten einer Mahlzeit ein Zugangsweg zu benachteiligten Jugendlichen geschaffen, um sie für ihre eigene Gesundheit zu sensibilisieren. Zielgruppe sind Jugendliche in berufsvorbereitenden Maßnahmen (beispielsweise BVJ, BVB). Durch das Projekt sollen die allgemeinen Haushaltskompetenzen und die wirtschaftlichen Kompetenzen der Teilnehmer gestärkt werden. Zentrales Anliegen

ist die Übertragbarkeit in den Alltag der Jugendlichen, d.h. die Anwendung der gelernten Inhalte für den eigenen privaten Haushalt und Lebensbereich. Mit dem Zubereiten einer gesunden Mahlzeit soll den Jugendlichen vermittelt werden, dass gesunde Ernährung (Vollwertkost nach DGE) nicht teurer sein muss als eine ungesunde Ernährungsweise. Die Umsetzung erfolgt im Rahmen von 2 Aktionstagen »Essen mit wenig Kohle« pro Schuljahr vor Ort bei den Bildungsträgern bzw. in den Schulen. Die Aktionstage werden durch die Sozialpädagogen der Bildungsträger oder die Lehrer Bezug nehmend auf die Interessen der Jugendlichen vorbereitet. Durchgeführt werden die Aktionstage entweder durch die Sozialpädagogen der Bildungsträger, die Lehrer der Schulen oder Externe (Hauswirtschafterinnen).

Materialien zum Projekt »Impulse für Gesundheit«

Alle teilnehmenden Einrichtungen erhalten das im Rahmen der Umsetzung des Projektes »IMPULSE für gesunde Ernährung« von der AGETHUR entwickelte Handmaterial für Lehrkräfte und Sozialpädagogen in berufsvorbereitenden Maßnahmen. Es bildet die Grundlage zur Durchführung ernährungspädagogischer Projektstage und enthält konkrete Methodenbeschreibungen, Beispielabbildungen, Rezepte, Folien, Kopiervorlagen und weiterführende Links. Darüber hinaus werden Materialien zur Bewegungsförderung zur Verfügung gestellt.

Umsetzung in berufsbildenden Einrichtungen

Bei Bedarf lässt sich das Projekt unter entsprechender Modifikation der Inhalte und Methoden auch in anderen berufsbildenden Einrichtungen und Bereichen umsetzen.

Perspektive

Die ernährungspädagogischen Projektstage für Jugendliche sollen perspektivisch um Bewegungsangebote erweitert werden. Zukünftig sollen diese Themen in den Einrichtungen kontinuierlich, gegebenenfalls in Zusammenarbeit mit regionalen Kooperationspartnern weiterbearbeitet werden.

Zeitraumen und Kosten

Für das Projekt sind zwei oder mehr Tage im Schuljahr einzuplanen.

Die Teilnahme ist für die Einrichtungen kostenfrei, wenn das Projekt von den Hauswirtschafterinnen durchgeführt wird. Bei eigener Durchführung wird das Projekt finanziell unterstützt.

Das Projekt wird von der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen gefördert.

Kooperationspartner

Kooperationspartner sind die AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen sowie die Jugendberufshilfe Thüringen e.V.

Weitere Informationen und Anmeldung

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Thüringen e. V. »AGETHUR«
Carl-August-Allee 1
99423 Weimar
Tel.: 03643 59223
E-Mail: info@agethur.de
Internet: www.agethur.de