



**Gesunde
Lebenswelten**
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN

Ersatzkassengemeinsame Prävention und Gesundheitsförderung in Baden-Württemberg

Sonderausgabe Juli 2022



Vorwort

Ersatzkassen setzen mit gemeinsamer Prävention und Gesundheitsförderung in nichtbetrieblichen Lebenswelten und stationären Pflegeeinrichtungen wegweisende Akzente in Baden-Württemberg

Als aktiver Gestalter der Prävention und Gesundheitsförderung haben sich die Ersatzkassen mit ihrem Verband e. V. (vdek) in den vergangenen Jahren noch stärker und sichtbarer in diesem Bereich aufgestellt. In dieser Sonderausgabe werden die wegweisenden gemeinsamen Projektförderungen in den nichtbetrieblichen Settings sowie in stationären Pflegeeinrichtungen in ihrem derzeitigen Prozess vorgestellt.

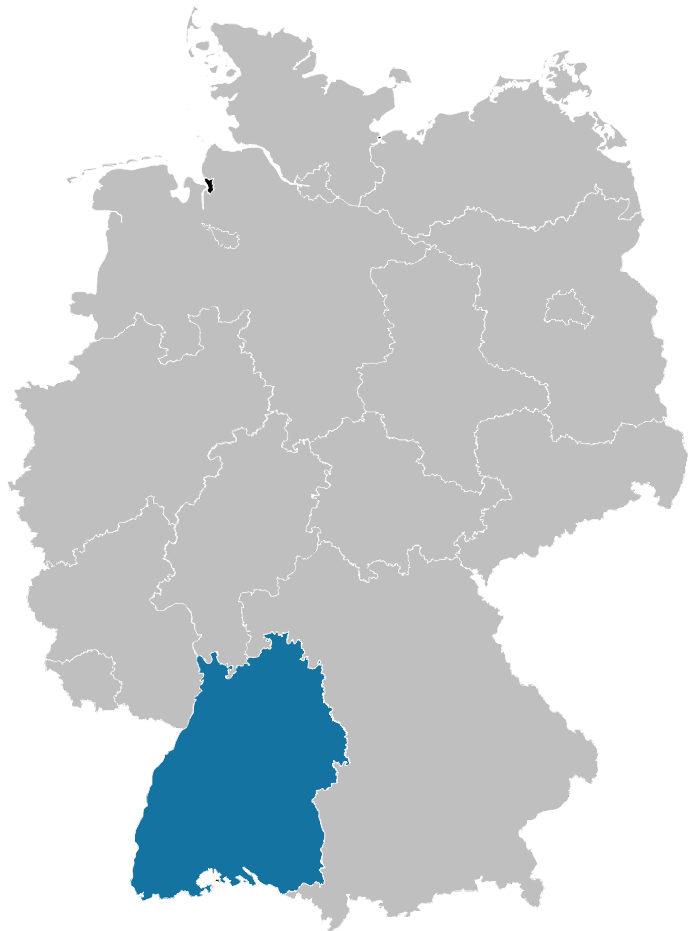
Mit dem vorliegenden Papier soll das zielgerichtete Vorgehen bei den Kooperationen und Förderungen aufgezeigt und gleichzeitig dokumentiert werden. Abgebildet werden sowohl laufende als auch abgeschlossene Maßnahmen und Projekte. Letztere können als Grundlage für ähnlich gelagerte, neue Projekte dienen. Des Weiteren soll dieser Bericht dafür genutzt werden, die grundlegenden Forderungen an eine nachhaltige und zielgerichtete Prävention und Gesundheitsförderung zu formulieren und den Gesamtkontext des Engagements des vdek zu beschreiben. Wir werden mit derartigen Dokumentationen immer wieder über die aktuellen Projektstände berichten.

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) setzt zusammen mit seinen Mitglieds-kassen - TK, BARMER, DAK, KKH, hkk, HEK - im Rahmen der Projektförderungen die Ziele der gemeinsamen Landesrahmenvereinbarung (LRV) im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung konsequent um. Grundlage dafür sind die bundeseinheitlichen trägerübergreifenden Rahmenempfehlungen. Damit wird kontinuierlich das Ziel verfolgt, die nationale Präventionsstrategie im Land Baden-Württemberg unter Berücksichtigung der formulierten gesundheitsbezogenen Ziele im Zuge der LRV umzusetzen. Alle Beteiligten der baden-württembergischen Landesrahmenvereinbarung sind sich einig, dass die Intensivierung des Engagements der Sozialversicherungsträger nicht zu einer Verringerung des Engagements der übrigen Beteiligten oder anderer verantwortlicher Akteur*innen führen darf. Es soll sich vielmehr gemeinsam dafür eingesetzt werden, weitere Partner*innen für Gesundheitsförderung und Prävention im Land Baden-Württemberg zu gewinnen und die Reichweite der Aktivitäten zu erweitern. Darüber hinaus sollte getreu dem Motto „Health in all policies“ (Hiap) Gesundheit in allen Politikfeldern einbezogen werden. Dies ist im Übrigen auch in den Koalitionsverträgen dieser und der letzten Regierung von Baden-Württemberg verankert.

Gemeinsam mit verschiedenen Partner*innen wurden in den letzten Jahren viele erfolgreiche Ansätze der Gesundheitsförderung und Prävention initiiert, begleitet und unterstützt. In Baden-Württemberg haben sich daraus bewährte Strukturen der Zusammenarbeit sowie verbindliche Kooperationen etabliert. Zu nennen sind hier unter anderem die Stiftung für gesundheitliche Prävention Baden-Württemberg, die Kommunalen Gesundheitskonferenzen in den Land- und Stadtkreisen und das Bündnis für Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg. Für den Bereich der Suchtprävention ist die Rahmenempfehlung der Präventionsprojekte mit den Beauftragten für Suchtprophylaxe/Kommunalen Suchtbeauftragten der Stadt- und Landkreise zu nennen.

Mit dem Land Baden-Württemberg haben wir aktiv an dem Gesundheitsbild Baden-Württemberg gearbeitet. Hierbei wurden partizipativ die Bürger*innen beteiligt. Maßgeblich haben wir auch an der Gesundheitsstrategie des Landes mitgearbeitet.

Insbesondere die Kommunalen Gesundheitskonferenzen in den Stadt- und Landkreisen, die nach dem Landesgesundheitsgesetz Baden-Württemberg (LGG in der Fassung vom 17.12.2015, veröffentlicht im Gesetzblatt für Baden-Württemberg, Ausgabe 2015, Nr. 25, S. 1205 – 1210) in allen Stadt- und Landkreisen mit einem Gesundheitsamt verpflichtend eingerichtet wurden und in den Stadtkreisen ohne Gesundheitsamt auf freiwilliger Basis geschaffen werden können, tragen maßgeblich dazu bei, dass Gesundheitsförderung und Prävention regional, vernetzt und partizipativ umgesetzt werden. Der Bericht über die Funktionsweise der Kommunalen Gesundheitskonferenzen wurde maßgeblich von der vdel-Landesvertretung Baden-Württemberg formuliert. Siehe hierzu https://www.gesundheitsamt-bw.de/AG_Standortfaktor_Gesundheit_2010



Bereits im Gesundheitsleitbild Baden-Württemberg wurde Gesundheitsförderung und Prävention als eines der drei Handlungsfelder und Säulen neben der medizinischen Versorgung und der Pflege als zukunftsorientierte und gesamtgesellschaftliche Aufgabe folgendermaßen definiert:

„Die Gesunderhaltung der Menschen steht in Baden-Württemberg im Mittelpunkt. Allen Menschen wird die Chance gegeben, von Geburt an so gesund wie möglich aufzuwachsen und zu leben. Gesundheit wird als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe gesehen und ist in allen Politikbereichen verankert. Alle Akteure stimmen ihr Handeln ab. Die Menschen werden vor Ort unterstützt, ihre Lebenswelt und ihr Leben nach ihren Vorstellungen gesundheitsförderlich zu gestalten.“ (Gesundheitsleitbild Baden-Württemberg, S. 10)

sowie

„Eine selbstbestimmte Lebensführung bleibt allen Menschen so lange wie möglich erhalten. Um dies zu erreichen, ist es wichtig, dass durch präventive niederschwellige und/oder aufsuchende Ansätze Unterstützungs-, Betreuungs- und Pflegebedarf vermieden wird und erst möglichst spät erforderlich wird.“ (Gesundheitsleitbild Baden-Württemberg, S. 16)

Stuttgart, 20. Juli 2022

Frank Winkler, vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

Das vdek-Präventionskonzept

Die ersten Schritte:

Mit Verabschiedung des Präventionsgesetzes 2015 wurde der Versorgungsbereich der Prävention und Gesundheitsförderung gestärkt. Die gesetzlichen Krankenkassen stehen in der Verpflichtung, einen Teil ihrer Einnahmen in die Prävention und Gesundheitsförderung zu investieren. Zudem fordert der Gesetzgeber zum einen die Förderung von Aktivitäten in den Lebenswelten, insbesondere für schwer erreichbare Zielgruppen, zum anderen aber auch die grundsätzliche Verbesserung der Kooperation und Strukturierung von Präventionsleistungen.

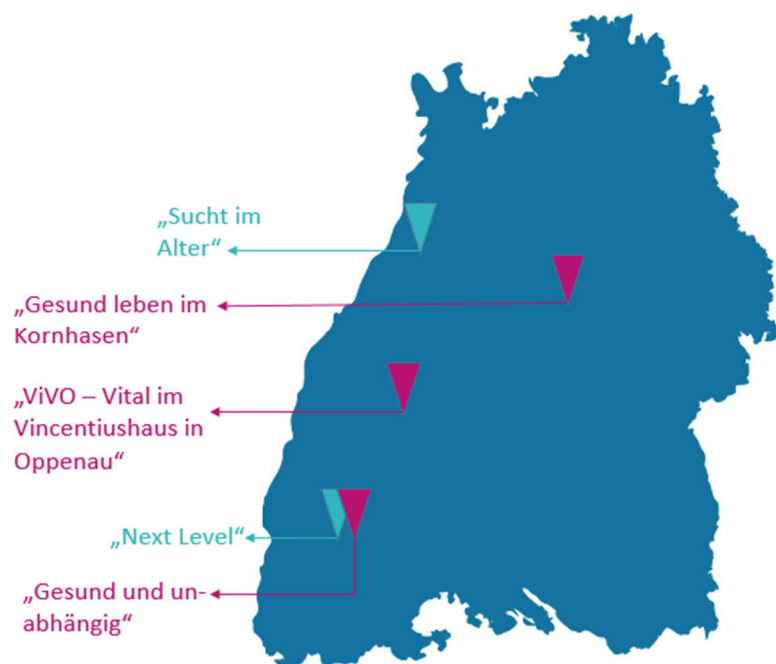
Hierzu wurde vom vdek 2016 mit dem vdek-Präventionskonzept der Grundstein für ein erfolgreiches ersatzkassengemeinsames Vorgehen in der Prävention und Gesundheitsförderung in nichtbetrieblichen Lebenswelten nach § 20a SGB V und in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI entworfen.

Das vdek-Präventionskonzept definiert finanzielle und strukturelle Voraussetzungen, um in Bund und Ländern ersatzkassengemeinsame sowie sozialversicherungsübergreifende bzw. kassenartenübergreifende Präventionsprojekte umzusetzen. Die anvisierte Zielgruppe stellt dabei sozial benachteiligte Menschen dar.

Mit der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ soll das starke gemeinsame Engagement der Ersatzkassen für sozial benachteiligte Menschen von den politischen Entscheidungsträger*innen und Kooperationspartner*innen positiv wahrgenommen werden. Die ersatzkassengemeinsamen Aktivitäten legen dabei den Fokus auf Zielgruppen mit besonderem Präventionsbedarf in den Settings Kommune, Quartier oder stationäre Pflegeeinrichtungen.

Der vdek unterstützt unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ Menschen durch eine gesundheitsfördernde Gestaltung ihrer Lebenswelten: Ob in der Kommune, der Werkstatt für Menschen mit Behinderung, der stationären Pflegeeinrichtung oder im Krankenhaus. Gemeinsam mit Expert*innen aus Wissenschaft und Praxis entwickelt der vdek bundesweit Ansätze und setzt Projekte um, die gemeinsam mit den Zielgruppen und Akteur*innen erprobt und (weiter-)entwickelt werden und bei denen die gesundheitsförderlichen Wirkungen auch nach Auslaufen der Finanzierung durch die Kassenfinanzierung nachhaltig gesichert werden. Der Verband erfüllt somit die Forderung der Weltgesundheitsorganisation (WHO):

„Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben“ (Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung, 1986).



Schwerpunktsetzung im Land Baden-Württemberg von 2018 bis 2020

Seit 2018 hat sich der vdek in Baden-Württemberg zwei große Schwerpunkte in der Prävention und Gesundheitsförderung gesetzt, die aktiv durch folgende Ausschreibungen und Förderaufrufe vorangetrieben wurden: „Gesundheitsförderung und Prävention von Alltagskompetenzen in stationären Pflegeeinrichtungen“ und „Suchtfrei 2020“. Auf den folgenden Seiten werden die aus den Fördergeldern entstandenen Projekte näher erläutert, um einen detaillierten Einblick zu erhalten.

Ausschreibung: „Gesundheitsförderung und Prävention zur Aufrechterhaltung von Alltagskompetenzen in stationären Pflegeeinrichtungen“

Anfang 2018 wurde die erste ersatzkassengemeinsame Ausschreibung mit dem Titel „Gesundheitsförderung und Prävention zur Aufrechterhaltung von Alltagskompetenzen in stationären Pflegeeinrichtungen“ veröffentlicht und damit der Startschuss für eine Fördermöglichkeit nach § 5 SGB XI gesetzt. Unter zahlreichen Anträgen konnte sich zum einen der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation behaupten und hat das Präventionsprojekt „Gesund und un-abhängig älter werden“ nach § 5 SGB XI entwickelt und umgesetzt. Zum anderen konnte auch mit dem Vincentiushaus in Oppenau K.ö.R. ein engagierter Projektpartner gewonnen und das Projekt „VIVO - Vital im Vincentiushaus in Oppenau“ umgesetzt werden. Beide Projekte werden im Folgenden beschrieben.

Gesund und un-abhängig älter werden (März 2017 – Februar 2020)

„Gesund und un-abhängig älter werden“ ist ein Projekt der Fachstellen Sucht in Emmendingen und Freiburg des Baden-Württembergischen Landesverbandes für Prävention und Rehabilitation gGmbH (bwlv) zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention bei pflegebedürftigen älteren Menschen und deren Angehörigen in teil- und vollstationären Pflegeeinrichtungen. Dabei wurden die älteren Menschen zum Thema „Risiken mit Suchtmitteln im Alter“ sensibilisiert und in einem bewussten Umgang mit Suchtmitteln gestärkt.

Insbesondere der Gebrauch von Alkohol und Medikamenten mit Suchtpotential standen im Fokus des Projekts. Hierzu wurden für die Angehörigen und Bewohnenden Themenabende zu den Schwerpunktthemen Schlaf, Schmerz(mittel) und Alkoholgenuss durchgeführt. Um die Pflegekräfte in ihrer Arbeit zu unterstützen und betroffenen Pflegebedürftigen besser begegnen zu können, wurde ein Handlungsleitfaden zur Früherkennung und Frühintervention von riskantem Suchtmittelkonsum partizipativ entwickelt und den Einrichtungen für ihre alltägliche Arbeit zur Verfügung gestellt. Nicht zuletzt soll das Projekt einen entscheidenden Beitrag zur Enttabuisierung von „Sucht im Alter“ leisten.

Das Projekt resultiert aus dem Fachtag Alter-SUCHT-Hilfe, welchen der Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald initiierte. Zudem kam dem Träger zugute, dass sich die Fachstellen des bwlv's bereits in einem Vorgängerprojekt mit der psychosozialen Gesundheit beschäftigt haben und Pflegekräfte in Einrichtungen im Rahmen von Multiplikatorenschulungen zu Risiken mit Alkohol, Schmerz-, Beruhigungs- und Schlafmittel sowie Nikotin sensibilisiert haben. Für die Projektdurchführung konnten drei Einrichtungen – welche zudem bereits am Vorgängerprojekt mitgewirkt haben – gewonnen werden: Eine Einrichtung der vollstationären Altenpflege (Landkreis Breisgau- Hochschwarzwald) und zwei Einrichtungen der teilstationären Tagespflege (Landkreis Emmendingen). Im Arbeitskreis (AK) „Sucht im Alter“ wurden die Ergebnisse dabei regelmäßig diskutiert und reflektiert. Im partizipativen Prozess, bei welchem sowohl die Zielgruppen als auch die Einrichtungen selbst beteiligt waren, wurde Folgendes entwickelt und umgesetzt:



- „Die Zeitungsrunde“ als Gesprächs- und Rätselrunde für Bewohner*innen und Tagesgäste, umrahmt mit Gesundheitsthemen wie Schlafen, Bewegung, Alkoholgenuss, Atmung, u.v.m. zur Sensibilisierung und Wissensvermittlung
- Vortrags- und Informationsabende für Angehörige zu folgenden Themen: „Gesundes Schlafen“, „Alkoholgenuss im Alter“, „Bewegt ins Alter“ und „Schmerz und Schmerzmittel“
- Medikamenten-Check zur Sensibilisierung der Angehörigen und der behandelnden Ärzt*innen über Risiken und Nebenwirkungen von bestimmten Arzneimitteln mit Suchtpotenzial, insbesondere bei neuen Bewohnenden oder Gästen der Einrichtung
- Handlungsleitfaden als Ergebnisprodukt zur Unterstützung der Einrichtung im Vorbeugen und ggfs. Umgang eines problematischen Konsums von Suchtmitteln

Im Rahmen der Abschlussveranstaltung am 14.02.2020 wurden die Ergebnisse präsentiert und das Ende des Projektes gebührend gefeiert. Zum Einstieg hielt Frau Prof. Himmelsbach von der Katholischen Hochschule Freiburg einen Inputvortrag zum Thema Menschenwürde.



Abbildung 1: Abschlussveranstaltung am 14.02.2020 in Freiburg: Dr. Ernst Pallenbach/Suchtbeauftragter der Ärztekammer Baden-Württemberg, Priya Murugaraj, Frank Winkler/Verband der Ersatzkassen, vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Joachim Blank, Klaus Limberger und Catharina Klein/ alle bwlv. (von links nach rechts) Foto: Badische Zeitung

ViVO – Vital im Vincentiushaus in Oppenau

Der Umzug in ein Pflegeheim weckt bei pflegebedürftigen Menschen häufig die Angst, zunehmend auf fremde Hilfe und Unterstützung in der Verrichtung alltäglicher Tätigkeiten angewiesen zu sein. Um eine größtmögliche Unabhängigkeit der Pflegeheimbewohnenden zu gewährleisten, bedarf es der Erhaltung und Förderung ihrer Bewegungsfähigkeit. Bisher werden Bewohnende mit kognitiven und/oder physischen Einschränkungen in den angebotenen Maßnahmen in Pflegeheimen noch unzureichend berücksichtigt, was zu einer Verschlechterung ihrer gesundheitlichen Situation beitragen kann. So konnte in den vergangenen Jahren sowohl eine Zunahme somatischer Gesundheitsstörungen als auch die Gefahr der Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens beobachtet werden. Defizite zeigten sich auch in der eingeschränkten sozialen Teilhabe der Betroffenen. Mitarbeitende des Vincentiushauses haben daher das Konzept „ViVO – Vital im Vincentiushaus Oppenau“ zur Förderung der Mobilität und Bewegungsfähigkeit der Bewohnenden erarbeitet.



Durch die im Rahmen des Projektes entwickelten mobilitäts- und bewegungsfördernden Maßnahmen – wie beispielsweise kognitives Aktivierungstraining, Armtraining für gehbehinderte Bewohnende oder leichtes Krafttraining – sollen die Bewohnenden in ihrer Mobilität und Selbstständigkeit bestärkt werden. Bei der Planung und Vorbereitung der Intervention wurde nach Erfassung der Ausgangslage folgende Forschungsfrage formuliert und verfolgt:

Können Maßnahmen der Bewegungsförderung gleichzeitig zur Förderung bzw. Stärkung des Gesundheitszustands, der psychischen Verfassung, des Wohlbefindens, der Alltagskompetenz, Selbstständigkeit und gesellschaftlichen Teilhabe beitragen?

Die Konzeption wurde entwickelt, um die Annahme zu untersuchen, dass Personen, die regelmäßig an der Maßnahme teilnehmen, nach der Beendigung einen besseren Mobilitätsstatus aufweisen, als vor der Maßnahme. Das Projekt und das daraus resultierende Angebot waren während der Projektlaufzeit für alle Bewohnenden im Pflegeheim erreichbar. Dabei galt es, die vorhandene Bewegungsfähigkeit zu erhalten und durch gemeinsame körperliche Aktivitäten zu stärken. Das Gefühl von Gemeinschaft war hierbei ein positiver Nebeneffekt. Das intern gegründete Projektteam hat im Rahmen einer Befragung den Bewegungsbedarf der Bewohnenden erhoben und gemeinschaftlich ein Konzept erarbeitet und umgesetzt. Unterstützt wird die Einrichtung als akademische Lehrpflegeeinrichtung von der Katholischen Hochschule Freiburg. Im Rahmen einer Projektgruppe haben Studierende der KH Freiburg im dritten und vierten Semester das Projektteam bei der Entwicklung, Umsetzung und Evaluation unterstützt. Aufgrund des persönlichen Interesses ergab sich für eine Studentin dann auch die Möglichkeit eines Praktikums in der Einrichtung.

Die Maßnahmen sollen nachhaltig in der Einrichtung etabliert und fortlaufend durch einen internen Qualitätszirkel evaluiert werden. Die Erfahrungen und Ergebnisse aus dem Qualitätszirkel sollen zukünftig in weiteren Einrichtungen und ambulanten Diensten des Trägers Anwendung finden. Zudem werden Bewohnende, Angehörige und Mitarbeitende aktiv in die gesundheitsfördernde Gestaltung des Pflegeheims eingebunden.

Ziel des Projektes ist es, die Selbstständigkeit und Lebensqualität der Bewohnenden zu fördern und sie in ihren Alltagskompetenzen zu stärken.



ZIELE DES PROJEKTS

- ✓ Bedarfe von Bewohnenden in stationären Pflegeeinrichtungen zur Förderung von körperlicher Aktivität sind erfasst.
- ✓ Entwicklung von bedarfsgerechten Interventionen, welche der Prävention von Gesundheitsrisiken dienen. Ziel ist die Wahrung der individuellen Selbstständigkeit der Bewohnenden und die Förderung ihrer Alltagskompetenzen.
- ✓ Zur nachhaltigen Verstetigung und Implementierung von gesundheitsförderlichen Interventionen wird nach Ende der Projektlaufzeit ein Arbeitskreis gebildet, welcher den Gesundheitsförderungsprozess fortwährend koordiniert und strukturiert.
- ✓ Erhöhtes Bewusstsein für Gesundheitsförderung und Prävention bei den Bewohnenden.
- ✓ Sensibilisierung von Angehörigen und Mitarbeitenden zur Förderung von körperlicher Aktivität der Bewohnenden.



Abbildung 2: Auftaktveranstaltung am 06.12.2019 in Oppenau: Gudrun Rauscher, Manfred Roth, Priya Murugaraj, Judith Bühl und Gerlinde Bruder. (von links nach rechts)

Stimme einer Projektmitarbeiterin:

„Schon mehrere Jahre trug ich mich mit dem Gedanken zu, die Mobilität und Beweglichkeit der Bewohner*innen im Vincentiushaus zu fördern. Als staatlich geprüfte Masseurin und medizinische Badermeisterin, Lymphtherapeutin, Pflegehelferin und Kinästhetik-Tutorin erkannte ich immer wieder, wie wichtig Bewegung, besonders auch im Alter, ist.

So rief ich bereits im März 2010 die „Bewohnergymnastik“ ins Leben, allerdings zu diesem Zeitpunkt nur für eine bestimmte Zielgruppe.

Ich stellte jedoch sehr schnell fest, dass eine gezielte und kontinuierliche Mobilitätsförderung für alle Bewohnende – unabhängig von potenziellen kognitiven oder körperlichen Einschränkungen – überaus wichtig und sinnvoll sein würde.

Es folgten zahlreiche Gespräche mit der Heim- sowie der Geschäftsleitung, bevor wir auf die Ausschreibung des Verbands der Ersatzkassen e. V. (vdek) aufmerksam wurden, gemeinsam ein Konzept erarbeiteten und uns schließlich bewarben.

„VIVO – Vital im Vincentiushaus Oppenau“ wurde schließlich mit der Förderung des vdek tatsächlich real!

Ein nicht immer ganz einfacher Weg lag vor uns: Ich nahm an Weiterbildungen teil, die Heimleitung übernahm die Projektleitung, wir wollten loslegen und die Corona-Pandemie machte uns allen zunächst einen Strich durch die Rechnung.

Aber trotz der erschwerten Rahmenbedingungen haben wir nicht aufgegeben. Heute – am Ende der Projektlaufzeit – sind wir am Ziel. Es stellen sich von Anfang an sichtbare Erfolge ein und die Bewohnenden sind mit so viel Spaß, Freude und Ehrgeiz, einer unglaublichen Motivation und Lebensfreude bei VIVO dabei.

Alle Anstrengung war es wert – zum Wohl unserer Bewohnenden!“

Förderaufruf: „Suchtfrei 2020“

Um innovative Projekte zur Prävention und Gesundheitsförderung in der Kommune mit dem Fokus auf Suchtprävention zu akquirieren, wurde im Frühjahr 2020 erstmals der Förderaufruf „Suchtfrei 2020“ gestartet. Unter den eingesendeten Projektanträgen konnte das im Folgenden beschriebene Konzept des Jugendhilfswerkes Freiburg e. V. überzeugen und bereits zum 01. Oktober 2021 an den Start gehen.

Next Level – Stärkung digitaler Medien- und Gesundheitskompetenzen in Familien und bei pädagogischen Fachkräften (Projektlaufzeit 01.10.2021 – 30.09.2024)



Das medienpädagogische Konzept des Jugendhilfswerkes Freiburg e. V. möchte gezielt Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 10 und 21 Jahren erreichen, welche einen problematischen Umgang mit digitalen Medien in ihrem Alltag aufzeigen. Während der Projektlaufzeit sollen partizipativ gestaltete Gaming- bzw. Social Media Workshops insbesondere an Kinder und Jugendliche aus psychisch und suchtblasteten Familien adressiert werden, um den spielerischen Zugang zu weiteren Themen wie Bewegung, Ernährung und Gesundheit zu ermöglichen. Ziel ist es, den Teilnehmer*innen den unmittelbaren Einfluss von Ernährung und Bewegung auf die eigene Gesundheit zu vermitteln und einen Beitrag zur Verbesserung der allgemeinen Lebenskompetenz zu leisten. Dadurch wird einerseits die Selbstwirksamkeitserwartung bezogen auf das körperliche Wohlbefinden und andererseits die Verantwortung für die eigene Gesundheit gestärkt.

NEXT LEVEL Ergänzend dazu sollen die pädagogischen Fachkräfte befähigt werden, Kinder und Jugendliche beim verantwortungsvollen und kritischen Umgang mit Medien zu begleiten und gegebenenfalls anzuleiten. Dahingehend besteht ein weiteres Ziel des Projektes darin, pädagogische Fachkräfte zu schulen und weiterzubilden, um sie in der Entwicklung mediendidaktischer Kompetenzen zu unterstützen.

Gaming Workshop – mit Yoga, gemeinsamem Kochen und Inputvorträgen von Physiotherapeuten

Als erster von vier medienpädagogischen Workshops konnte in den Herbstferien 2021 ein Gaming Workshop umgesetzt werden. An dem viertägigen Workshop nahmen insgesamt 15 Kinder und Jugendliche teil. Die Teilnehmenden konnten während des Workshops nicht nur gemeinsam zocken, sondern sich mit ihrem individuellen Gamingverhalten auseinandersetzen und Entspannungsübungen erlernen. Zudem gab es die Möglichkeit zum Austausch mit einem Physiotherapeuten, der die Teilnehmenden zu einer gesunden Körperhaltung schulte und gemeinsam mit ihnen Übungen zum Schonen der Hände bzw. der Augen durchführte. Nachdem die Teilnehmenden im Workshop im Rahmen des kooperativen Koch-Simulationsspiels „Overcooked“ gemeinsam Herausforderungen gemeistert haben, ist der Sprung vom Digitalen ins Analoge mit einem Besuch des Freiburger Sportvereins FT 1844 e. V. sehr gut gelungen.

Kooperation mit dem Wissenschaftlichen An-Institut der pädagogischen Hochschule Freiburg

Das Projekt wird vom Wissenschaftlichen Institut des Jugendhilfswerkes (WI-JHW), einem An-Institut der Pädagogischen Hochschule Freiburg, unter Leitung von Prof. Dr. Uwe H. Bittlingmayer evaluiert. Im Rahmen eines ersten Kennenlernens zur Vorstellung des Projektes fand am 25. Oktober 2021 bereits das erste Treffen des Steuerungsgremiums mit allen Kooperationspartner*innen in Freiburg statt. Weitere Themen waren die ersten Schritte im Projekt sowie die Planung des Fachtags im Glashaus in Freiburg am 24. Juni 2022.

Bericht einer Projektmitarbeiterin:

Zuletzt fand im Rahmen des Projektes in den Osterferien vom 19. bis 21. April 2022 für alle Fotografie begeisterten Mädchen* ab 12 Jahren ein kreativer Fotoworkshop in den Räumen des Jugendhilfswerks Freiburg statt. Die Teilnehmerinnen gestalteten innerhalb dreier Tage zwei einzigartige Fotohintergründe für ihre eigene Fotobox, die von einer Freiburger Scheinerei angefertigt wurde. Neben der kunstvollen Fotobox, setzten sich die Jugendlichen mit Fotos und Videos von Influencer*innen auseinander. Was ist ein perfektes Foto? Und wie kann ich mich perfekt inszenieren? Diesen und weiteren Fragen wurde anhand von Beispielen aus Social Media auf den Grund gegangen. Mit Selfie-Sticks, Fischaugen-Linsen und Strumpfhosen über der Kamera für einen Sepia- Look, testeten die Teilnehmerinnen sogenannte „TikTok-Hacks“. Hierbei erkannten sie, dass nicht alle Bilder oder Videos, die sie auf den Social Media Plattformen sehen, der Realität entsprechen. Einige „Hacks“ funktionierten in der Umsetzung nicht und bei einigen „perfekten“ Bildern der Influencer*innen, stellte sich heraus, dass diese stark bearbeitet und retuschiert sind. Nach diesem Einstieg in die Fotografie und der Auseinandersetzung mit den Bildern im Netz, ging es darum die eigene Fotobox aufzubauen. Die Box mit 2x2 Metern, ist in sechs Teile zerlegt und konnte so von den Teilnehmerinnen selbstständig zusammgebaut werden. Mithilfe verschiedener Materialien gestalteten die Jugendlichen zwei Fotowände: einen Hintergrund im „TapeArt“- Stil mit vielen bunten geometrischen Formen und einen weiteren Hintergrund mit viel Konfetti und der Message „Make Art – Not War“. Abgerundet wurde der Workshop mit einem Fotoshooting mit einer professionellen Fotografin. Von den selbst bemalten Hintergründen konnten so tolle mit verrückten Verkleidungen, Seidenblasen, Lichteffekten und Wunderkerzen entstehen.





ZIELE DES PROJEKTS

- ✓ Befähigung der Eltern und pädagogische Fachkräfte, Kinder und Jugendliche in diesem Prozess zu begleiten und ggf. anzuleiten.
- ✓ Schulung, Fort- und Weiterbildungen von Pädagogischen Fachkräfte und Eltern durch entsprechende Veranstaltungen, um die Entwicklung kritischer mediendidaktischer Kompetenzen der Kinder und Jugendlichen zu unterstützen.
- ✓ Befähigung der Fachkräfte zur Erkennung familiäre Suchtbelastungen und Reaktion im Sinne des Kindeswohls.
- ✓ Impulse für die Suchtprävention vor Ort setzen
 - ✓ Förderung des Austausches, Erkennen von Angebotslücken
 - ✓ Erarbeitung einer Übersichtskarte für den Freiburger Raum und den Landkreis, welche die Kompetenz zur Medienerziehung von Eltern und Fachkräften stärkt bzw. Kinder und Jugendliche im Umgang mit Medien unterstützt.

Ausblick

Im Folgenden werden zwei weitere Präventionsprojekte kurz dargestellt, welche sich derzeit noch in den Anfängen befinden. In einer weiteren Ausgabe im Mai 2023 wird über die weitere Entwicklung dieser beiden Projekte berichtet.

Gesund leben im Kornhasen (Projektlaufzeit 01.09.2021 – 30.08.2023)



Während der Corona-Pandemie sind Bewohnende in stationären Pflegeeinrichtungen noch deutlicher als Risikogruppe in unserer Gesellschaft wahrgenommen worden, da sie von Kontaktbeschränkungen mitunter am stärksten betroffen waren. Gerade deshalb sollte insbesondere das seelische Wohlbefinden der Bewohnenden in den Blick genommen werden.

Das Präventionsprojekt „Gesund leben im Kornhasen“ möchte in und mit einer stationären Pflegeeinrichtung die Lebenswelt der Bewohnenden im Generationenzentrum „Kornhasen“ gesundheitsfördernd ausrichten. Hierzu sollen eine ausführliche Bedarfserhebung durchgeführt und durch partizipative Beteiligungsprozesse mögliche gesundheitsfördernde Maßnahmen ermittelt werden. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für das Steuerungsgremium, welche die praktische Umsetzung plant und umsetzt. Die Ausrichtung der Maßnahmen betrifft verschiedene Bereiche wie etwa die körperliche Aktivität, Ernährung, Aktivierung kognitiver Ressourcen mit einem besonderen Fokus auf die psychosoziale Gesundheit. Die erworbenen Kenntnisse, Zugänge und erforderlichen Strukturen sollen im Rahmen des Projektes dann in weitere stationäre Einrichtungen der Stadt Stuttgart übertragen und dort dauerhaft etabliert werden.

Sucht im Alter (Projektlaufzeit 15.12.2021 – 14.12.2025)



Bedingt durch die demografische Entwicklung rückt das Thema „Sucht im Alter“ weiter in den Fokus. Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes wird der Anteil der älteren Menschen im Vergleich zu 2020 bis 2035 um bis zu 22 Prozent zunehmen. Parallel dazu zeigt sich in den Jahresberichten der Deutschen Suchthilfestatistik ein kontinuierlicher Anstieg der Fallzahlen in den ambulanten und stationären Suchthilfeeinrichtungen. Die Anfragen und Beratungen der (über) 60-jährigen haben sich in den Beratungsstellen nahezu verdoppelt.

Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken sollen im Landkreis Karlsruhe durch eine gezielte Präventionsstrategie ältere Menschen und ihr Umfeld zu den Risiken des Suchtmittelkonsums sensibilisiert werden. Die Projektleitung der dortigen Suchtbeauftragten will durch die Suchthilfeträger AGJ und bwlV in enger Kooperation mit der Altenhilfefachberatung, den Pflegestützpunkten, Vertretung der Träger der Altenhilfe sowie dem Kreis-seniorenrat Multiplikatoren-schulungen für Mitarbeitende in ambulanten und stationären Altenhilfeeinrichtungen anbieten und die Auszubildenden zur Altenhilfefachkraft im Themengebiet Sucht im Alter fortbilden. Des Weiteren sollen Seminare für Angehörige über die Pflegestützpunkten durchgeführt werden sowie Angebote für ältere Menschen zur Bewältigung gesundheitlicher Herausforderungen, insbesondere des Tabak- und Alkoholkonsums im Alter, umgesetzt werden.

Ziel des Projektes ist es, feste Strukturen zu etablieren, um Sucht im Alter vorzubeugen, Senior*innen sowie deren Angehörige zu Suchtmitteln zu sensibilisieren und die Fortbildung von Fachkräften bzw. von Auszubildenden professionell zu begleiten.

Bleiben Sie auf dem Laufenden!

Auf der Homepage der vdek-LV Baden-Württemberg können Sie unter → Themen → Prävention und Gesundheitsförderung → Gesunde Lebenswelten weitere Informationen zu den Projekten in den jeweiligen Settings erhalten!

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen nahezu 28 Millionen Menschen in Deutschland versichern, davon über 3 Mio. Versicherte in Baden-Württemberg. Damit sind die Ersatzkassen im Bund die größte Krankenkassenart.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- Kaufmännische Krankenkasse - KKH
- Handelskrankenkasse (hkk)
- HEK – Hanseatische Krankenkasse



IMPRESSUM

Herausgeber

Landesvertretung

Baden-Württemberg des vdek

Christophstr. 7, 70178 Stuttgart

www.vdek.com

Telefon 07 11 / 2 39 54 -19

E-Mail frank.winkler@vdek.com

Redaktion Priya Murugaraj, Frank Winkler

Verantwortlich Biggi Bender

Literatur Bei der Redaktion zu erfragen.