Technologie und Lebensqualität

STADT HERTEN

# „Junior Vital“

## Förderung der Gesundheit und psychosozialen Befindlichkeit von Kindern, Jugendlichen, Eltern und MultiplikatorInnen

Stadt Herten
Kinder- und Jugendschutz
Sylvia Steffan

**„Junior Vital“-** ein Projekt des Kinder- und Jugendschutzes der Stadt Herten zur Förderung der Gesundheit und psychosozialen Befindlichkeit von Kindern, Jugendlichen, Eltern und MultiplikatorInnen

## Was soll mit dem Projekt erreicht werden?

Mit dem Projekt **„Junior Vital“** soll die psychosoziale Befindlichkeit und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen nachhaltig gestärkt werden. Durch die Kooperation und den regelmäßigen Dialog mit verschiedenen Institutionen und die Auswertung der einzelnen Projekte und Veranstaltungen wird die Nachhaltigkeit dokumentiert.

Hertener Kinder und Jugendliche sollen...

- gesund leben
- sich und ihren eigenen Körper besser kennen lernen
- über ihren Körper, Geist und ihre Seele informiert werden
- Angebote zu den Themen Ernährung, Bewegung, Entspannung, Körperhygiene, Sozialverhalten bekommen

Eltern und MultiplikatorInnen sollen...

- Informationen zu den Themen Kinder- und Jugendgesundheit erhalten
- Angebote im Bereich Kinder- und Jugendgesundheit erhalten
- sich austauschen können

## Was ist Junior Vital`?

**„Junior Vital“-** ist Teil des Kinder- und Jugendschutzes und im Kinder- und Jugendbüro des Fachbereiches Schule und Jugend der Stadt Herten angesiedelt

**„Junior Vital“-** entwickelt, initiiert, bündelt und koordiniert Veranstaltungen zum Thema „Gesundheit und psychosoziale Befindlichkeit für Kinder, Jugendliche, Eltern und MultiplikatorInnen“.

**„Junior Vital“**- bietet die Zusammenfassung von Gesundheitspräventions-Angeboten für Kinder, Jugendliche, Eltern und MultiplikatorInnen in Herten/ dem Kreis Recklinghausen in Form eines Internet-Atlas´es

**„Junior Vital“-** schafft Foren des Austausches und zum Aufbau bzw. zur Weiterführung von Kooperationen mit dem Kreisgesundheitsamt Recklinghausen, der Koordinationsstelle der „Opus“ Schulen u.a.

**Junior Vital praktisch:**

Zu Beginn eines jeden Projektes wird eine Zieldefinition festgelegt und angestrebt. Durch unterschiedliche Methoden (z.B. Abfragen, Fitness-Pass) wird die Überprüfbarkeit, aber auch eine Auswertung möglich.

- **Mädchen- und Jungengesundheitstage** (1997-2000)
- **Fortbildungen** im Bereich „Streitschlichtung und Konfliktfähigkeit“, „Entspannung und Bewegung“ (2000)
- **Fachtagungen** zu den Schwerpunkten: „Techno und XTC, Sucht bei Kindern und Jugendlichen, Esssucht, Cannabis, Risikokompetenz, Mediation, Biogene Drogen“ (seit 1995)
- **„VollPur“- Gesundheitsaktion für Kinder, Jugendliche und LehrerInnen**, (seit 1998 fortlaufend-2200 erreichte SchülerInnen; 4.Preis beim Innovationswettbewerb des Verbandes der kommunalen Unternehmen 2002; Präsentation beim Städtenetzwerk NRW 12/2002, AK Bäder NRW, Bildungsforum Ruhr, 15 Veranstaltungen im Jahr) Aktiontag mit den Schwerpunkten Rückentraining, Wassergymnastik, Fußpflege und Körperpflege, ab 12/03 Projekt mit der Theodor- Heuss-Schule Herten unterstützt von der Gelsenwasser AG
- Konzeptentwicklung und Durchführung **„GIGS“- Gesundheit in der Grundschule** (seit 2001) Angebote zu den Themen Ernährung, Entspannung, Bewegung, Atemschule, Rückentraining, Körperpflege
- **Fachtagung** „Psychosoziale Befindlichkeit und Gesundheit bei Kindern“ und die Erstellung einer Dokumentation (2002)
- **„FamilienMobil“** – Wertevermittlung in der Lebenswelt von Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern (Projekt Grund- und weiterführenden Schulen, Dokumentation, seit 2002 fortlaufend)
- **Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“** (1998 - 48 Veranstaltungen in Herten/ Neues Projekt in 2003 mit 19 Projekten/Veranstaltungen mit insgesamt 29 KooperationspartnerInnen)

- **„Powerix“** – Projekt für SchülerInnen zum Thema Bewegung und gesunde Ernährung (Start September 2003, 6er Klasse der Gesamtschule Herten)
- **„SunFun“ -** Wellness-Woche für Teenager in den Sommerferien mit Bewegung, Kreativität und Ernährungsberatung (Sommer 2003/4 in Kooperation mit dem Kreisgesundheitsamt Recklinghausen und dem Freizeitbad Copa Ca Backum Herten)
- **Arbeitskreis „Junior Vital“** – regelmäßiger Austausch und Entwicklung von Konzepten und Projekten mit verschiedenen Institutionen aus Herten und dem Kreis Recklinghausen (seit 2003)
- **Arbeitskreis „Suchtprophylaxe Ostvest“** – Entwicklung und Durchführung von Projekten, Kampagnen und Fachtagungen zum Thema Sucht
- **Mitarbeit im „Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen“** (Opus N.R.W./Kreis Recklinghausen, seit 2003)
- **Arbeitskreis „Kompensatorischer Sport“ im Kreis Recklinghausen** (seit 2002)
- **„5 am Tag“ – Info´s rund um das Thema Ernährung in Kooperation mit der Barmer Krankenkasse**
- **„P☺int”** – Entwicklung eines Fitness-Passes für Kinder und Jugendliche in Herten (Mai bis Dez. 2004, Preisverleihung, **1460 erreichte Kinder, 30% der 6-12Jährigen, Fortführung in 2005)**
- **„Tischlein deck´ dich!“** – Familientag rund um´s Thema Ernährung, 05.09.2004, Hof Wessels
- **Weltkindertag** – 20.09.2004, Thema: Ernährung und Bewegung
- **Schulprojekte Ernährung und Bewegung 2005**

**Ausgangssituation:**

Immer häufiger wird in Tageszeitungen und von Fachleuten vor Ort berichtet, dass Kinder und Jugendliche vermehrt an gesundheitlichen Defiziten leiden. Genannt werden z.B. motorische Störungen, mangelndes Konzentrationsvermögen, Sprachprobleme, Suchtanfälligkeit und psychische Labilität. Aktuelle Studien beweisen, dass zunehmend mehr Heranwachsene z.B. an Haltungsstörungen durch Bewegungsmangel oder durch zu langes statisches Sitzen z.B. in der Schule leiden. Jedes dritte Kind im Alter von 7 bis 17 Jahren klagt bereits über Kopf- und Rückenschmerzen.
Gesunde Ernährung ist ein wichtiges Thema. Die Zahl der Übergewichtigen, an Essstörungen leidenden Kindern und Jugendlichen hat in den letzten Jahren zugenommen.

Laut LBS-Kinderbarometer 2001 finden z.B. die befragten Kindern in NRW gemeinsame Mahlzeiten wichtig, nur 41% essen jedoch täglich einmal mit der gesamten Familie, 11% tun es nie.

Aufgrund des auch für Kinder und Jugendliche oftmals "stressig" empfundenen Alltages und die daraus resultierenden Symptome wie Erschöpfung, Konzentrationsschwierigkeiten, Nervosität etc. werden Angebote im Bereich Entspannung in Schulstunden und in Angeboten des Freizeitbereiches integriert. Zusammenhänge zwischen der wachsenden Zahl kranker Kinder und vorherrschenden armen sozialen Verhältnissen werden in wissenschaftlichen Studien hervorgehoben. Gerade im Ruhrgebiet – eine Region mit überdurchschnittlich hoher Arbeitslosigkeit und ein Ballungsgebiet mit vielen sozialen Problemen – drängt sich unwillkürlich die Frage auf:

**Wie sieht die gesundheitliche Situation bzw. psychosoziale Befindlichkeit von Kindern und Jugendlichen in Herten und anderen Ruhrgebietsstädten aus und welche Interventionsmöglichkeiten gibt es?**

## Zum Hintergrund:

Der Kinder- und Jugendschutz der Stadt Herten arbeitet auf der gesetzlichen und erzieherischen Ebene. Der gesetzliche Jugendschutz beschäftigt sich u.a. mit dem Jugendschutzgesetz (JöschG) und führt Jugendschutzkontrollen durch. Im erzieherischen Arbeitsfeld sind unterschiedliche Themen und Methoden zu finden, die sich mit dem Schwerpunkt „PRÄVENTION“ d.h. der informatorischen und aufklärenden Arbeit beschäftigen. Themen des Kinder- und Jugendschutzes sind z.B. Sucht- und Gewaltprävention, Umwelt- und Gesundheitsförderung.

„Heute kommt vor allem der Erziehung und Entwicklungsförderung besondere Bedeutung zu, da sich in der offenen Kommunikationsgesellschaft und in sich pluralisierenden Wertesystemen kaum noch Zugangsschranken und Grenzen setzen lassen.“ (Herausgeber: Handbuch des Kinder- und Jugendschutzes , S.13, Votum Verlag, 1995)

Seit 1998 konzipiert und führt der Kinder- und Jugendschutz der Stadt Herten Projekte und Veranstaltungen speziell im Bereich Gesundheitsförderung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen durch.

Die Verankerung einzelner Angebote und die Kooperation mit unterschiedlichen Institutionen z.B. dem Gesundheitsamt Herten und des Kreises Recklinghausen, den Hertener Stadtwerken, dem Pro Kids Büro Herten u.a. sind fester Bestandteil der Arbeit.

Mittels Informationsveranstaltungen, Projekten, Aktionstagen, Fortbildungen, Fachtagungen, Teilnahme und Durchführung verschiedener Arbeitskreise (AK Suchtprophylaxe, Kooperationscirkel Gesundheit, AK Jugendschutz, AK RUHR) und die Entwicklung von Konzepten findet die Auseinandersetzung mit verschiedenen gesellschaftsrelevanten Themen statt.

Das vernetzte Arbeiten bzw. die Kooperation mit verschiedenen Institutionen in Herten und im Kreis Recklinghausen ist in den letzten 12 Jahren ausgebaut worden und stabilisiert worden. Zu den Partnern gehören: Kindergärten, Grundschulen, weiterführende Schulen, Kinder- und Jugendeinrichtungen, Vereine und Verbände, die Zusammenarbeit mit Krankenkassen und verschiedenen Unternehmen, der Polizei und dem Kommissariat Vorbeugung, dem Kreis Recklinghausen und den dort angesiedelten Institutionen

Der Innovation und Aktualität der Themen werden eine große Bedeutung beigemessen und lassen sich anhand verschiedener Beispiele belegen.

## 2. Zum Verständnis von Gesundheit:

Gesundheit im ganzheitlich verstandenen Sinn heißt: Das Streben nach Erhaltung oder Wiederherstellung von Gesundheit auf physischer, seelischer und sozialer Ebene in einem lebenslangen Prozess. Gesundheit ist nicht statisch. Körperliche und seelische Befindlichkeit stehen in enger Wechselbeziehung und sind sich ständig verändernden Faktoren ausgesetzt. Unter Gesundheit versteht man mehr als die Abwesenheit von Krankheit.
Zur vollen Gesundheit gehört sich den Anforderungen anzupassen, Stärken zu entwickeln und Schwächen zu akzeptieren und ausgleichen zu lernen und eine produktive Beziehung zum sozialen Umfeld. Dies ist u.a. die Voraussetzung z. B. im gesellschaftlichen Wettbewerb. Individualisierung und das Erlangen von Selbstverantwortung für Körper, Geist und Seele sind wichtige Themen im Bereich der Gesundheitserziehung.

„Gesundheitsförderliches Handeln bemüht sich darum, bestehende soziale Unterschiede zu verringern, sowie Möglichkeiten und Voraussetzungen zu schaffen, damit alle Menschen befähigt werden, ihr größtmögliches Gesundheitspotential zu verwirklichen.

Dies umfasst sowohl Geborgenheit und Verwurzelung in einer unterstützenden sozialen Umwelt, die Entfaltung von praktischen Fähigkeiten und die Möglichkeit, selber Entscheidungen in bezug auf die persönliche Gesundheit treffen zu können (...) Dies gilt für Frauen ebenso wie für Männer“ (Ottawa Charta/1986 aus „Gesundheitsförderung und Erlebnisförderung in der Jugendarbeit, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Köln, 1993)

Für Kinder und Jugendliche ist das Thema Gesundheit im allgemeinen nicht aktuell. Meistens erleben sie sich als gesund und kümmern sich wenig darum, welche Krankheitsgefahren im Alter auf sie zu kommen können.

Der Aussage „Das Alter trägt auf seinem Buckel der Jugend Sünden Last“ wird von der Jugend höchstens mit einem Achselzucken beantwortet. Es ist wichtig bereits Kinder und Jugendliche für ihre eigenen Körper und die eigenen Ressourcen zu sensibilisieren. Positive Erfahrungen mit dem Thema körperliche und seelische Gesundheit können und sollen in das Verhaltensmuster und in das alltägliche Leben von Kindern und Jugendlichen integriert werden. Dies ist die Aufgabe der Gesundheitsprävention.

## 3. Die derzeitige Situation im Gesundheitswesen:

Das etablierte Gesundheitswesen befindet sich derzeit im Umbruch. Besondere Stichworte sind dabei: Kostenexplosion im Gesundheitswesen, Schrumpfung des derzeitigen Angebotes von staatlicher Seite, Wachstums des neuen Sektors durch private Anbieter.

Das aktuelle Gesundheitswesen ist u.a. durch unzureichende Prävention und Aufklärung und starke innovationshemmende Partikularinteressen gekennzeichnet.

**Ziel von kommunaler Gesundheitsförderung:**
An erster Stelle steht die Bündelung der vorhandenen Kompetenzen in der Kommune. Ziel ist, die ortsnahe Koordinierung aller Kräfte, die sich um das gesundheitliche Wohl von Kindern, Jugendlichen und deren Bezugspersonen kümmern, besonders in Zeiten von knappen Kassen.

Dieses Ziel kann nur erreicht werden, wenn eine möglichst große Zahl von basisorientierten Fachkräften aus Kinder-, Jugend- und Gesundheitseinrichtungen, ErzieherInnen, LehrerInnen, ÄrztInnen und TherrpeutInnen zusammen schließen, ihre Angebote transparent machen und aufeinander abstimmen. Mit dem Konzept **„Junior Vital“** eröffnen sich vielfältige Möglichkeiten die psychosoziale Befindlichkeit und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu fördern und nachhaltig zu stärken. **„Junior Vital“** für die Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen!

**Literatur:**


- „Handbuch des Kinder- und Jugendschutzes“, S. 13, Votum Verlag 1995
- „Dokumentation der Fachtagung ´Gesundheit und psychosoziale Befindlichkeit von Kindern´, Stadt Herten, Kreisgesundheitsamt Recklinghausen, ProKids-Büro Herten, 2002
- „Das sechste Kondratieff“, Leo A. Nefiodow, Rhein-Sieg Verlag 1997
- „Salutogenese“, Aaron Antonovsky, Forum Verlag 1997
- „Gesundheitsförderung und Erlebnispädagogik in der Jugendarbeit“, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Köln, 1993
- „VollPUR“ Gesundheitserziehung für Kinder und Jugendliche, Stadt Herten, 2002