

Abschlussbericht

Kugelrund und gesund! - Ein etwas anderer Kochkurs

Ein Projekt zur Vermeidung und Reduzierung
von Suchtmittelkonsum in Schwangerschaft und Stillzeit

Projektzeitraum

01.03.2011 – 29.02.2012

Fördernummer

684 69

Fördersumme

12.330 €

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Projektleitung

Jugend-Streetwork Stadt Offenburg

Marcel Karow & Marion Stumm
Hauptstraße 75-77
77652 Offenburg
Tel.: 0781 / 82 - 26 38
Mobil: 0172 / 62 57 39 9
streetwork@offenburg.de



Projektmitarbeiter

DROBS Kehl / Offenburg - bwlv

Katja Schlager
Bankstr. 5
77694 Kehl
Tel.: 07851 / 99 477 9 - 13
Katja.Schlager@bw-lv.de



Hebammenpraxis Veronica Göring

Auf der oberen Au 33
77797 Ohlsbach
Mobil: 0172 / 71 12 99 2
veronicaruscio@web.de

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	4
Einleitung	5
Ziele des Projekts	5
Projektstruktur	6
Evaluation	8
Durchführung, Arbeits- und Zeitplan	10
Ergebnisse und Diskussion der Ergebnisse	15
Gender Mainstreaming Aspekte	16
Gesamtbeurteilung	17
Öffentlichkeitsarbeit	18
Verwertung der Projektergebnisse	18
Publikations- und Presseverzeichnis	19
Anhang	20
Pressespiegel.....	21
Tabellarische Belegübersicht.....	29
Zahlenmäßiger Verwendungsnachweis	
Kurzbericht	

Zusammenfassung

Im Rahmen eines, den Bedürfnissen von schwangeren Frauen und jungen Müttern angepassten, Kochkurses (mit Hilfe von Ernährungswissenschaftler / Ökotrophologen), der an 6 wöchentlich aufeinanderfolgenden Abenden für jeweils 3 Stunden stattfand, luden wechselnde Gastgeberköche die Teilnehmer zum gesunden und preiswerten Kochen ein. An jedem dieser Abende wurde zudem von verschiedenen Fachreferenten ein Input zu bestimmten Sucht- und Suchtmittelthemen vorbereitet. Die Themen der Abende im Einzelnen:

Alkohol	Ergotherapie	Nikotin
Akupunktur	Naturdrogen	Medikamente

Ergänzend gab es für die Teilnehmerinnen Handouts und Informationsbroschüren der BzGa. Anschließend wurde gemeinsam mit dem Referenten unter Anleitung des jeweiligen Gastgeberkochs gekocht und gespeist. Durch diesen niederschweligen Ansatz wurde die informelle Voraussetzung gegeben, miteinander ins Gespräch zu kommen und sich zum jeweiligen Abendthema auszutauschen. Am Ende des jeweiligen Abends gab es die Möglichkeit sich mit den anwesenden Referenten, bzw. unterstützenden Sozialarbeitern und einer Hebamme auszutauschen, weitere Beratung und Unterstützung abzuklären und einzuleiten.

Im Zeitraum zwischen Mai 2011 und Februar 2012 wurden drei Projektblöcke, à 6 Abende, durchgeführt. Dabei wurden insgesamt 18 junge Frauen (zwischen 15 und 27 Jahren) erreicht.

Abschluss des Projektes war ein gemeinsamer Brunch, fast aller Teilnehmerinnen, Dozenten, Köchen und Projektverantwortlichen, an dem 35 Personen teilnahmen.



Einleitung

Bereits seit mehreren Jahren koordiniert und vernetzt die Stadt Offenburg Träger und beteiligten Organisationen der Suchtprävention im Stadtgebiet Offenburg und zum Teil auch kreisweit. Aus diesen Kooperationen sind zahlreiche Projekte und Angebote entstanden, die sich an ganz unterschiedliche Zielgruppen richten. Junge Mütter, bzw. schwangere Frauen waren dabei bisher noch nicht im Fokus der Bemühungen, obwohl sich im Laufe der Zeit ein Handlungsbedarf herauskristallisiert hat. Dies zeigten u.a. die Erfahrungen der verschiedenen Projektmitarbeiter:

- Zunahme der (ungewollten) Teenagerschwangerschaften
- fehlendes Wissen über die Folgen von Suchtmittelkonsum (gerade in der Schwangerschaft und Stillzeit)
- oftmals Fehlen von Alternativen zum risikoreichen Verhalten, bzw. Möglichkeit einer Abstinenz
- oftmals Unfähigkeit einer „ad hoc“-Abstinenz
- erhöhte Affinität zu diversen Suchtmitteln (ein Problem nicht nur bei ungewollten Schwangerschaften)
- oftmals ein fehlendes Bewusstsein für die Themen Gesundheit und gesunde Ernährung

Die Finanzierung von „Kugelrund und gesund“ sollte dabei helfen, diese Lücke im Beratungs- und Unterstützungsangebot zu schließen und, in Kooperation mit dem lokalen Netzwerk, zu erweitern.

Ziele des Projekts

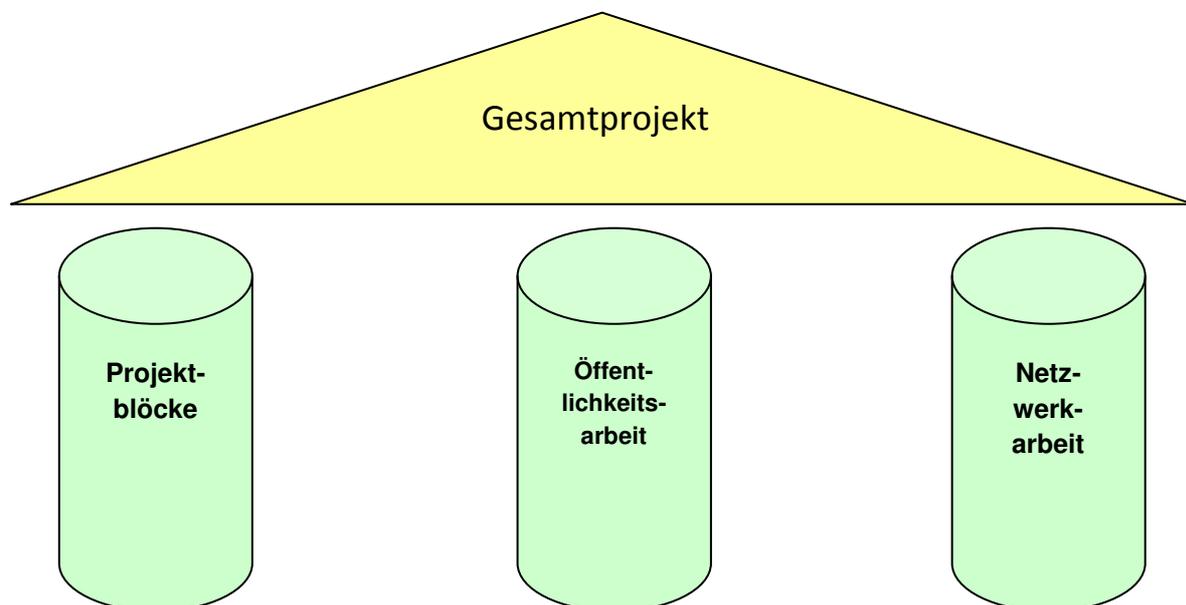
- Sensibilisierung für das Thema Suchtmittelkonsum und Aufzeigen möglicher Folgen und Gefahren mit einem Schwerpunkt auf Schwangerschaft und Stillzeit
- Aufzeigen funktionaler Äquivalente zum risikoreichen Verhalten
- Errichtung eines informellen Netzwerkes der Teilnehmer und dadurch die Möglichkeit untereinander die Reduzierung des Substanzkonsums zu stärken
- Ausbau des professionellen Netzwerkes der Akteure untereinander und somit auch die Möglichkeit weiterer „Andock-Stellen“ für die werdenden und/oder jungen Eltern
- Durch die Niederschwelligkeit des Angebotes und dem Ausbau des professionellen Netzwerkes (z.B. durch den Kontakt zu Substitutionspraxen oder Angeboten der Jugendhilfe für junge, werdende Mütter) soll gewährleistet sein, dass im verstärkten Maße Frauen angesprochen werden, deren risikoreicher Konsum bereits bekannt ist oder die einem verstärkten Risiko ausgesetzt sind

- Begleitung und Unterstützung bei der Inanspruchnahme professioneller Hilfen („Frauen werden an die Hand genommen....“)
- Sensibilisierung für das Thema gesunde Ernährung und eine günstige Umsetzung im Lebensalltag („Gutes und gesundes Essen muss nicht teuer sein....“)

Mit diesem Projekt sollten Frauen in einem möglichst frühen Stadium der Schwangerschaft oder bereits stillenden Frauen, sowie deren Partner erreicht werden.

Projektstruktur

Im Wesentlichen basierte „Kugelrund und gesund“ auf drei Projektsäulen:



Die meisten der angefallenen Aufgaben und Verantwortlichkeiten wurden im Team erledigt. Dazu waren regelmäßige Arbeitstreffen der Beteiligten nötig. Die Gesamtkoordination von „Kugelrund und gesund“, das Berichtswesen und die Verwaltung der Finanzen wurden von der Jugend-Streetwork übernommen. Eine Übersicht einzelner Arbeitsbereiche und Zuständigkeiten ist auf der folgenden Seite zu finden.

Projektaufgaben	Zuständigkeit
Projektblöcke	
Schaffung von strukturellen Rahmenbedingungen (Termine, Orte, Zeiten)	Team
Findung und Akquise der Köche und Referenten	Team
Begleitung der einzelnen Veranstaltungen	Team (wechselnd)
Einkäufe	jeweiliger Koch
Vorbereitung- und Nachbereitung Fachinput	jeweiliger Referent
Allgemeine Verwaltungsaufgaben (Kontakt zu Köchen/Referenten, Abrechnungen, sonstige Absprachen)	M. Karow
Organisation des Brunch	M.Karow
Öffentlichkeitsarbeit	
Flyererstellung	K. Schlager / M. Karow
Verteilung der Flyer in Praxen, Einrichtungen und persönliche Ansprache der Verantwortlichen	V. Göring / Team
Pressearbeit	Team (Koordination: M. Karow)
Akquise und persönliche Ansprache potentieller Teilnehmer	Team
Beratung & Begleitung der Teilnehmerinnen	Team, gegebenenfalls zusätzliche Fachkraft
Berichtswesen und Abrechnungen	M. Karow / Team
Netzwerkarbeit	
Professionelles Netzwerk mit anderen Institutionen und Facheinrichtungen	M. Karow / Team (in jeweiligen Fachgre- mien)
Netzwerk der Teilnehmerinnen	M. Karow / V. Göring

Evaluation des Projektes

Für die Auswertung des Projektes wurden die Teilnehmerinnen gebeten am Ende des jeweiligen Blockes Evaluationsbögen anonym auszufüllen. Die Rückmeldung war freiwillig, aber dennoch nahm knapp die Hälfte der jungen Frauen an der Befragung teil. Die prägnantesten Ergebnisse der Evaluation sind:

- alle Teilnehmerinnen sind durch die persönliche Ansprache (durch Einrichtungen oder durch die Projektverantwortlichen) auf das Projekt aufmerksam geworden (Punkt 1)
- durchschnittlich wurde das Projekt mit einer 9 bewertet (Punkt 2)
- alle Themen waren sehr ansprechend und keine Thema uninteressant (Punkte 4 und 5)
- dennoch gab es Anregungen für weitere Themen (Kinderpflege, mehr praktische Beispiele) (Punkt 7)
- auffallend ist, dass keine Teilnehmerin angegeben hat, dass ein weiteres Angebot genutzt wurde. Durch den weiteren Kontakt zu Teilnehmerinnen wissen wir jedoch, dass 2 Frauen über das Projekt hinaus Kontakte zur Drogenberatungsstelle (Nikotin und Drogenmissbrauch), 4 Frauen begleitende Kontakt zur Hebamme, 3 Frauen regelmäßige Besuche bei einer Kinderärztin und 1 Frau Kontakt zur Jugend-Streetwork (Konflikt- und Lebensberatung) hatten. Zusätzlich fand noch nach dem offiziellen Projektende ein Nachtreffen mit insgesamt 6 Teilnehmerinnen statt

Durchführung, Arbeits- und Zeitplan

Projektphasen	positiv	negativ
März 2011 bis Mitte April 2011 Vorbereitungsphase		
Erstellung, Druck und Verteilung eines Infoflyers		<ul style="list-style-type: none"> • teilweise keine Möglichkeit die Flyer auszulegen („.... haben schon so viel hier...“) • der Flyer zum Projekt war teilweise einer von vielen anderen Flyern die ausgelegt wurden • trotz persönlicher Information von Verantwortlichen und Fachstellen (siehe nächsten Punkt) und Bekanntmachung des Projektes, kam von deren Seite es kaum zu gezielten Ansprachen möglicher Teilnehmerinnen
persönliche Ansprache und Information von Ärzten, Fachstellen, etc.,	<ul style="list-style-type: none"> • in den meisten Fällen ein grundsätzliches Interesse am Projekt 	<ul style="list-style-type: none"> • Probleme bei der Terminabsprache (spontane Besuche kaum möglich) • sehr viel „Fahrerei“ • teilweise Konkurrenzdenken
Findung von Referenten / Köchen, sowie von Kochkursorten	<ul style="list-style-type: none"> • schneller als erwartet wurden fähige und motivierte Referenten zu den einzelnen Inputthemen 	<ul style="list-style-type: none"> • problematisch war es, interessierte Köche zu finden, sodass es teilweise zu Doppelungen an

	gefunden	<p>den Kochabenden kam</p> <ul style="list-style-type: none"> nur mit großer Mühe konnte, aus unterschiedlichen Gründen eine geeignete „Lernküche“ gefunden werden, die den Anforderungen entsprach. Catering-Küchen konnten aufgrund der Hygienebestimmungen nicht genutzt werden, andere Küchen hingegen waren zu klein und nicht für ein Gruppenkochen ausgelegt, oder es fehlte an einer grundlegenden materiellen Ausstattung. Ab dem zweiten Block konnte die Küche des „Haus des Lebens“ genutzt werden.
Akquise von ersten Teilnehmern	<ul style="list-style-type: none"> 3 Teilnehmerinnen konnten durch schon vorher bestehende Kontakte für das Projekt gewonnen werden 	<ul style="list-style-type: none"> keine Resonanz auf die „offene“ Ausschreibung und Öffentlichkeitsarbeit
Öffentlichkeitsarbeit	<ul style="list-style-type: none"> aufgrund von Zeitungsankündigungen und das Auslegen der Infobroschüren, viel positives Feedback über das bestehende Fachnetzwerk konnten Informationen an Multiplikatoren weitergegeben werden 	<ul style="list-style-type: none"> teilweise anfängliches Desinteresse der lokalen Presse

04.05. – 08.06.2011 / 1. Block		
Durchführung der ersten 6 Kochabende	<ul style="list-style-type: none"> • hoch motivierte Teilnehmerinnen und Mitarbeiter • sehr gute Zusammenarbeit des Kernteams mit den Referenten und Köchen 	<ul style="list-style-type: none"> • keine Anmeldung von Partnern oder Vätern (kein Interesse, bzw. nicht mehr vorhanden) • da die Teilnehmerinnen nahe der finanziellen Existenzgrenze leben, wurde davon abgesehen, einen Teilnehmerbetrag zu nehmen
Juni bis Mitte Juli		
Akquise neuer Teilnehmer	<ul style="list-style-type: none"> • durch die Kooperation mit dem „Haus des Lebens“ wurde ein weiterer Zugang zur Zielgruppe gefunden und relativ schnell standen 8 Teilnehmerinnen fest 	<ul style="list-style-type: none"> • keine Resonanz auf die Pressearbeit oder durch die Arbeit im Netzwerk
Reflektion und Evaluation des vorherigen Blocks	<ul style="list-style-type: none"> • mit der Lernküche des „Haus des Lebens“ wurde ein neuer Veranstaltungsort gefunden, der den Ansprüchen gerecht wurde 	
29.06. – 03.08.2011 / 2. Block		
Durchführung der zweiten 6 Kochabende		<ul style="list-style-type: none"> • da die Teilnehmerinnen nahe der finanziellen Existenzgrenze leben, wurde davon abgesehen, einen Teilnehmerbetrag zu nehmen
September bis Mitte Oktober		
Durchführung des		<ul style="list-style-type: none"> • es wurde entschieden, den Brunch auf das Ende

Teilnehmerbrunchs		des Projektes zu legen, um so noch ein weiteres Mal den Teilnehmerinnen die Möglichkeit zu geben, miteinander (wenn nicht ohnehin schon passiert) im Kontakt zu bleiben. Ein anderer Grund war die krankheitsbedingte 3monatige Abwesenheit des Projekthauptverantwortlichen, einhergehend mit der Ferien- und Urlaubszeit, sodass diese Lücke nur bedingt geschlossen werden konnte
Akquise neuer Teilnehmer		<ul style="list-style-type: none"> bedingt durch die Abwesenheit gelang es nicht, Teilnehmerinnen zu finden. Zusätzlich lag der Termin für die meisten Interessierten ungünstig (Vorweihnachts- und Adventszeit)
09.11. – 14.12.2011 / 3. Block		
Durchführung der dritten 6 Kochabende		<ul style="list-style-type: none"> aufgrund mangelnder Teilnehmerinnen, abgesagt, dementsprechend keine Kosten!
Dezember 2011 bis Mitte Januar 2012		
Akquise neuer Teilnehmer	<ul style="list-style-type: none"> durch persönliche Ansprache und Netzwerkkontakten, 7 Anmeldungen 	

25.01 – 29.02.2012 / 4. Block		
Durchführung der vierten 6 Kochabende		<ul style="list-style-type: none"> da die Teilnehmerinnen nahe der finanziellen Existenzgrenze leben, wurde davon abgesehen, einen Teilnehmerbetrag zu nehmen
Abschlussbrunch	<ul style="list-style-type: none"> die u.a. krankheitsbedingte Verschiebung des Brunches erwies sich im Nachhinein als günstig, da sich so ein Großteil der Teilnehmerinnen wieder gesehen haben und die Vernetzung auch blockübergreifend stattfand hohes Interesse der lokalen Medien am Anschluss an den Brunch und der Berichterstattung großes externes Interesse am Projekt (sowohl von möglichen Teilnehmerinnen, wie auch von interessierten Referenten und Einrichtungen) 	

Ergebnisse und Diskussion der Ergebnisse

Im Projektzeitraum zwischen Mai 2011 und Februar 2012 wurden von vier beantragten Blöcken, drei umgesetzt. Dabei wurden insgesamt 18 junge Frauen (zwischen 15 und 27 Jahren) erreicht. Trotz der umfangreichen Öffentlichkeits- und Kontaktarbeit erwies sich die Akquise von Teilnehmerinnen durch die offene Ausschreibung als schwierig und es zeigte sich, dass der persönliche Kontakt und das Kennen der Teilnehmerinnen im Vorfeld der Abende enorm hilfreich waren. Dies wurde vor allem durch die enge Kooperation mit dem Haus des Lebens, einer Mutter-Kind-Einrichtung der Jugendhilfe in Offenburg, wo zwei der drei Projektblöcke stattfanden, deutlich.

Das Ziel, auch die Partner der jungen Frauen ins Projekt einzubinden, konnte nicht umgesetzt werden, da diese entweder im Leben der Frauen keine Rolle mehr spielten oder aber kein Interesse hatten.

Was die Themenauswahl und die -mischung angeht, so langten wir, laut den Aussagen der jungen Frauen, genau richtig. Es wurde zwar angemerkt, dass einige Dinge zwar bekannt waren, jedoch an den jeweiligen Abenden vertieft werden konnten. Durch den niederschweligen Austausch und die Diskussionen an den jeweiligen Themenabenden bot sich auch für uns Professionelle eine gute Möglichkeit mit einzelnen Frauen intensiver ins Gespräch zu kommen und Beratung Begleitung anzubieten, was auch angenommen wurde (siehe Evaluation). Den Teilnehmerinnen war es sehr wichtig, nicht nur über die Folgen und Konsequenzen des risikoreichen Verhaltens aufgeklärt zu werden, sondern auch für sich Alternativen kennenzulernen. Dies ist uns gelungen. Bedauerlich war, dass wir einzelne Angebote zwar theoretisch erläutert haben, aber aufgrund der (zeitlichen) Vorgaben leider nicht vor Ort praktisch demonstrieren konnten (Ergotherapie, Akupunktur). Dies ist auch ein wesentlicher Punkt, der bei der eventuellen Fortführung des Projektes berücksichtigt werden muss.

Ein weiteres Thema, das nicht berücksichtigt wurde, sich aber im Projektverlauf als sehr wichtig herausstellte war das „Stillen“. Die meisten jungen Mütter waren kaum über die Vor- und Nachteile (auch im Hinblick auf Konsummuster) aufgeklärt, sodass sie erst gar nicht stillten und dies dann gerne als Argument nahmen, nach der Schwangerschaft wieder zu Rauchen. In diesem Punkt ist eine intensivere Aufklärungsarbeit nötig.

Auch bei den Köchen und Köchinnen ist eine gesunde Mischung gelungen. Die Spannweite reichte vom Berufskoch, über eine 8fache Mutter, bis hin zu einem jungen Vater, die gesund und günstig (Kosten pro Abend für ein Drei-Gänge-Menü ca. 3.50 € pro Person) kochten.

Das Medium Kochen zeigte sich als gutes Instrument Gesprächsthemen zu intensivieren und einen weiteren, niederschweligen Zugang zu den Referenten/Referentinnen zu bekommen. Zusätzlich wurden den Teilnehmerinnen Anreize für eine günstige und gesunde Ernährung gegeben und die Basics des Kochens vermittelt. Eine häufig getätigte Aussage, nicht nur im Evaluationsbogen, war: „Ich wusste gar nicht, dass man so einfach, so lecker und gesund kochen kann.....“

Die Erfahrung des vergangenen Jahres zeigte jedoch, dass die Teilnahme einer Hebamme unerlässlich war. Sei es, um Fragen rund ums Kind und der Mutterschaft zu beantworten, oder als Betreuungsperson für die Babys, die zu einem Großteil mitgebracht wurden. So gelang es, den jungen Frauen „den Rücken freizuhalten“, um eine unbeschwerte Teilnahme zu ermöglichen.

Wichtig war, dass die jungen Frauen feste und kontinuierliche Ansprechpartner hatten. Dies war durch die Teilnahme der Hebamme, sowie mindestens eines Sozialarbeiters stets gesichert.

Erstaunlich gut funktionierte das informelle Netzwerk unter den jungen Frauen, da Kontakte, auch außerhalb der Kochabende bestanden und gepflegt wurden. Durch die Ausrichtung des Abschlussbrunch ist es sogar gelungen blockübergreifend zu vernetzen. Nicht selten kam es vor, dass Teilnehmerinnen eines vorherigen Kochblocks im aktuellen Block vorbeischauten. Nach dem offiziellen Ende des Projektes kam es zu einem weiteren Treffen mit einem Teil der jungen Frauen.

Was nicht umgesetzt werden konnte waren die Einnahmen des Teilnahmebetrags, da alle Teilnehmerinnen im AIG-2-Bezug waren und die (wenn auch geringen Kosten) zu einer Nichtteilnahme geführt hätten.

Gender Mainstreaming Aspekte

Da in der praktischen Projektarbeit keine Anmeldungen von Männern gab und nur Frauen beteiligt waren, fällt dieser Punkt nahezu weg. Lediglich in den einzelnen Inputreferaten, gerade zu suchtspezifischen Fragen und Aspekten, wurde, falls sinnvoll, Bezug darauf genommen. Interessant war jedoch, dass gerade die männlichen Köche als sehr positiv wahrgenommen wurden und nicht selten Aussagen kamen wie „ein Mann, der kocht“ oder „mein Freund kocht nie, ich soll das machen“, was sicherlich Dinge erahnen lässt, es jedoch keinen Rahmen gab darauf näher einzugehen.

Gesamtbeurteilung

In Anbetracht der Tatsache, dass der Projektzeitraum von einem Jahr sehr kurz war, um das Projekt zu implementieren, sind wir mit dem Gesamtergebnis zufrieden. Alle im Projektantrag genannten Ziele sind erreicht wurden, mit Ausnahme der Beteiligung der Partner der Teilnehmerinnen. Nach anfänglichen Schwierigkeiten bei der Findung von Teilnehmern ist pro weiteren Block ein Zuwachs der Interessenten zu erkennen, was nicht zuletzt auch an der Öffentlichkeitsarbeit lag, die gegen Jahresende noch einmal zunahm und es zu weiteren Anfragen kam. Alle am Projekt beteiligten sind der Meinung, dass es jetzt erst „richtig losgehen“ kann. Bedauerlich war der Ausfall des dritten Blocks, der einerseits krankheitsbedingt war, aber auch der Adventszeit Rechnung tragen musste. Die Erfahrung zeigt, dass für eine Stadt der Größe Offenburgs 4 Blöcke in einem Jahr einfach zu viel sind und so sind für die Zukunft höchstens 2 Blöcke (mit Ausnahme separater Veranstaltungen im Haus des Lebens) geplant.

Der niederschwellige Ansatz und die Kombination zwischen Aufklärung und gesundem Essen erwies sich als Erfolg. Durch diesen Zugang ist es gelungen, „informelle“, aber dennoch intensive Gespräche zum Thema Suchtmittelkonsum und dessen Konsequenzen zu führen und die Teilnehmerinnen zum Teil „an die Hand“ zu nehmen und bei weiteren Schritten zu begleiten. Ebenso ist es gelungen ein Netzwerk unter den Frauen aufzubauen, da die meisten weiterhin in Kontakt sind. Eine Idee für die Zukunft ist, dies noch weiter zu stärken, indem es beispielsweise eine verlässliche Telefonsprechstunde gibt, oder aber in regelmäßigen Abständen ein gemeinsames Treffen oder ein Mütterfrühstück, um auch aus professioneller Sicht weiter an der Zielgruppe zu bleiben. Die Offenheit des Projektes machte es auch möglich, weitere Themen mit einzubringen, die sicherlich bei einer möglichen Projektfortführung berücksichtigt werden, ebenso wie ein praktischer Teil bei Themen wie z.B. Ergotherapie.

Was das professionelle Netzwerk angeht, so ist es punktuell gelungen, vorhandene Strukturen weiter auszubauen. Schwierig oder mit enorm zeitlichen Aufwand verbunden war jedoch der Kontakt zu Hebammen, Kinder- und Frauenärzten, wie auch Kliniken. Hier muss in Zukunft die Arbeit intensiviert werden.

Weitere Überlegungen für die Fortführung des Projektes sind:

Kooperation mit der VHS Offenburg: Dies soll sicherstellen, dass das Projekt noch weitläufiger beworben wird und es durch die offene Ausschreibung im Programm, sowie weiterer Pressearbeit gelingt, weitere Teilnehmerinnen zu akquirieren

Kinderbetreuung: Da Teilnehmerinnen teilweise mit ihren Kindern kamen, soll eine Kinderbetreuung gewährleistet sein, um so den Frauen den Rücken freizuhalten.

Kochbuch: In kleiner Auflage soll ein Kochbuch, mit allen Rezepten entstehen

Infoabend: Wird das Projekt fortgesetzt, soll es einen für jeden offenen Fachabend in Offenburg geben, um a) grundlegende Informationen zur Schwangerschaft und Stillzeit zu geben und b) das Projekt zu bewerben.

Neue Standorte: Gegen Ende des Projektes gab es Anfragen von anderen Kommunen im Ortenaukreis und so steht die Überlegung im Raum, das Projekt zu erweitern. Dies jedoch nur, wenn eine Weiterfinanzierung gelingt

Öffentlichkeitsarbeit

Um das Projekt zu bewerben, wurden Infolyer in einer großen Auflage an Multiplikatoren im ganzen Ortenaukreis verteilt. Dies geschah größtenteils in einem persönlichen Gespräch, um so auch das Konzept des Ansatzes transparent zu machen. Zusätzlich gab es eine Reihe von Mitteilungen, Berichten und Ankündigungen in der lokalen Presse, sowie auf der Homepage der Stadt Offenburg (siehe Seite 19). Kommt es zu einer Möglichkeit der Weiterfinanzierung wird über die Einrichtung einer Webpräsenz nachgedacht.

Verwertung der Projektergebnisse

Nach Ende des Projektzeitraums werden die erweiterten Netzwerkstrukturen aufrechterhalten und weiter genutzt, nicht zuletzt auch, um eine Fortführung des Projektes, falls finanzierbar, zu gewährleisten.

Der Ansatz, einen niederschweligen Zugang zu unserer marginalen Zielgruppe (zum Teil minderjährige Mütter, finanzielle Probleme, kein Schulabschluss, etc.) zu bekommen, war aus unserer Sicht richtig gewählt. Gleichwohl muss sehr viel Zeit investiert werden, da ein vertrauensvoller Kontakt meistens nicht ad hoc geschieht. Ist eine solide Grundlage geschaffen, so kommen noch begleitende und unterstützende Maßnahmen hinzu, so dass die Beziehungsarbeit oberste Priorität hat. Es lohnt sich jedoch, diese Zeit zu investieren, denn nur

so wird sichergestellt, dass eine pädagogische Arbeit mit dem Ziel der Suchtmittelreduzierung oder Abstinenz möglich ist.

Eine weitere Erkenntnis ist, dass das Thema „Stillen“ weiter in den Focus gerückt werden muss. Nur sehr wenige der am Projekt beteiligten Frauen haben gestillt, bzw. sind darüber umfangreich aufgeklärt worden. Dieses „Nichtstillen“ wurde häufig als Argument beim Thema Rauchen vorgeschoben ohne jedoch die weiteren Konsequenzen (Bindung zum Kind, Passivrauchen, etc.) zu berücksichtigen.

Abschließend muss es jedoch auch darum gehen, den jungen Frauen Alternativen zum risikoreichen Verhalten aufzuzeigen und, gerade unserer Zielgruppe, dabei helfen alltägliche Stresssituationen (Zukunfts- / Geldsorgen, Probleme mit den Partnern), die oftmals der Auslöser für den Konsum sind, zu reduzieren, bzw. ihnen Lösungsstrategien zu vermitteln.

Publikations- und Presseverzeichnis

Projektflyer	S. 20
Homepage Stadt Offenburg (29.03.2011)	S. 21
Offenburger Tageblatt (01.04.2011)	S. 21
Homepage Stadt Offenburg (14.04.2011)	S. 22
Offenblatt (16.04.2011)	S. 23
Badische Zeitung (30.04.2011)	S. 23
Homepage Stadt Offenburg (01.03.2012)	S. 24
Badische Zeitung (01.03.2012)	S. 25
Offenblatt (03.03.2012)	S. 26
Offenburger Tageblatt (16.03.2012)	S. 27
Homepage Stadt Offenburg (27.04.2012)	S. 28

Zusätzlich zu den Printmedien gab es auch noch 2 Radiointerviews (Hitradio Ohr, Radio Regenbogen), die jedoch nicht verfügbar sind.

Wann???

09.11.2011 16.11.2011
24.11.2011 30.11.2011
07.12.2011 14.12.2011

jeweils um 18 Uhr

Jugend-Streetwork Stadt Offenburg

Marcel Karow &
Marion Stumm
Hauptstraße 75-77
77652 Offenburg
Tel.: 0781 82-26 38
Mobil: 0172 62 57 39
streetwork@offenburg.de



Wo???

Lernküche des
Schulzentrum Nordwest / SMS
Vogesenstraße 14
77652 Offenburg

Jugend- und Drogenberatung Kehl/Offenburg

Katja Schlager
Bankstraße 5
77694 Kehl
Tel: 07851 99 47 79-0
katja.schlager@bw-lv.de



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sie haben Rückfragen oder wollen sich
anmelden?

Marcel Karow: 0781 82-26 38
Katja Schlager: 07851 99 47 79-0

kugelrundgesund@gmx.de

Hebammenpraxis Allround

Veronica Göring
Auf der oberen Au 33
77797 Ohlsbach
Mobil: 0172 71 12 99 2
veronicaruscio@web.de

Wechselnde Gastgeberküche laden Sie
zu gesundem und preiswerten Kochen
ein.

Die Kochkurse finden an 6 Abenden zu
je 3 Stunden statt.

Neben dem Mittelpunkt der Veranstal-
tung, dem Kochen, wird zu jedem dieser
Kochabende ein Fachreferent/eine Fach-
referentin eingeladen und zu folgenden
Themen berichten:

Akupunktur	Nikotin
Ergotherapie	Medikamente
Naturdrogen	Alkohol

In unserer praktischen Arbeit mit
schwangeren Frauen und deren Part-
nern sind immer wieder Fragen zu den
oben genannten Themen aufgetaucht,
weshalb es uns ein Anliegen ist, diesen
Themen einen Platz in der Veranstaltung
zu geben.

Die Teilnehmer

Das Angebot richtet sich an....

- Frauen und deren Partner, ab einem
möglichst frühen Stadium der
Schwangerschaft
- Frauen und deren Partner, ab einem
möglichst frühen Stadium der Stillzeit
- Paare mit Kinderwunsch
- Partner von schwangeren Frauen,
die einen großen Unterstützungsbe-
darf haben

**Für den Kochkurs wird ein Unkostenbeitrag
in Höhe von 5 Euro für die Lebensmittel er-
hoben. Dieser kann nach persönlicher Ab-
sprache jedoch auch erlassen werden.**

Das Netzwerk Suchtprävention der Stadt Offenburg

Die Stadt Offenburg koordiniert und ver-
netzt die Träger und beteiligten Organi-
sationen der Suchtprävention im Stadt-
gebiet Offenburg. Es findet beispielswei-
se jährlich die Suchtpräventionswoche
statt. Ergänzend dazu entstanden meh-
rere zum Großteil niederschwellige An-
gebote für verschiedene Zielgruppen.

Das Projekt „Kugelrund und gesund“ soll
einen weiteren, bisher noch nicht be-
rücksichtigten, Bereich abdecken und
die Gesamtstrategie sinnvoll ergänzen.

Für die Gesundheit der Kinder

Projekt zur Vermeidung und Reduzierung von Suchtmittelkonsum in Schwangerschaft und Stillzeit
„Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ heißt das neue Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit DROBS Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring. Dabei bezieht sich das Wort „Kugelrund“ nicht auf eine besonders kalorienreiche Kost, sondern auf die Zielgruppe des Projekts: **Anprechen soll der Kurs werdende Mütter und stillende Frauen.**

„Durch den Missbrauch von Drogen während der Schwangerschaft werden in Deutschland jedes Jahr noch immer 10.000 geschädigte Kinder geboren“, weiß Marcel Karow. „Ein Großteil dieser Schäden ist auf Nikotin und Alkohol zurückzuführen.“ Und gerade diese Frauen, ob früh- oder spätgebärend, die auch während Schwangerschaft und Stillzeit nicht auf Alkohol und Nikotin verzichten können, möchte der Mitarbeiter der Offenburger Jugend-Streetwork ansprechen. – Nicht mit dem erhobenen Zeigefinger. „Wir wollen das Gespräch mit den Betroffenen suchen. Und wo geht das besser als beim gemeinsamen Kochen und Essen?“

Ein reines Verbot bringt laut Karow nicht viel. Stattdessen setzt er auf Aufklärung. Marion Stumm, selbst Mutter und als Ehrenamtliche an dem Projekt beteiligt, weiß aus eigener Erfahrung, dass sich das Bewusstsein für den eigenen Körper mit der Schwangerschaft verändert. „Spätestens, wenn der Bauch wächst, spürt man auch die Verantwortung für das andere Leben. Viele Frauen würden an diesem Punkt gern auf Alkohol und Nikotin verzichten, doch fehlen Kraft und Durchhaltevermögen. An diesem Punkt setzt „Kugelrund und gesund“ ein.“

Das Projekt umfasst vier Kurse mit jeweils sechs Abenden. An jedem dieser Termine informiert ein Experte in einem halbstündigen Vortrag über Themen wie beispielsweise Alkohol und Nikotin, aber auch Ergotherapie und Akupunktur. Anschließend geht es an den Herd. Ein Berufskoch erklärt den Teilnehmerinnen, die zusammen mit ihrem Partner kommen dürfen, wie man kostenkünstig gesunde und nahrhafte Speisen zubereiten kann. Gefördert wird die Aktion vom Bundesministerium für Gesundheit. Der erste Kurs beginnt am 27. April in der Lernküche des SMS (Selbstlernzentrum, Mensa, Stadtteilzentrum) und bietet Platz für acht Paare beziehungsweise Einzelpersonen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Weitere Informationen erteilen Marcel Karow, Jugend-Streetwork Stadt Offenburg, Telefon 0781/82-2638, E-Mail kugelrundgesund@gmx.de, sowie Katja Schlager von DROBS Kehl, Telefon 07851/994779-13, E-Mail katja.schlager@bw-lv.de.

»Kugelrund und gesund«

Neuer Kochkurs für Schwangere und Stillende / Unterstützung, auf Nikotin und Alkohol zu verzichten

»Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs« heißt das Projekt der Jugend-Streetworker der Stadt Offenburg in Kooperation mit DROBS Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring. Dabei bezieht sich das Wort »Kugelrund« nicht auf kalorienreiche Kost, sondern auf die Zielgruppe des Projekts: **werdende Mütter.**

Offenburg (red/pie). »Durch den Missbrauch von Drogen während der Schwangerschaft werden in Deutschland jedes Jahr 10000 geschädigte Kinder geboren«, weiß Marcel Karow. »Ein Großteil dieser Schäden ist auf Nikotin und Alkohol zurückzuführen.« Und gerade diese Frauen, ob früh- oder spät-

gebärend, die auch während Schwangerschaft und Stillzeit nicht auf Alkohol und Nikotin verzichten können, möchte der Jugend-Streetworker ansprechen. Nicht mit dem erhobenen Zeigefinger. »Wir wollen das Gespräch mit den Betroffenen suchen. Und wo geht das besser als beim gemeinsamen Kochen und Essen?«

Verbot bringt nichts

Ein reines Verbot bringt laut Karow nicht viel. Stattdessen setzt er auf Aufklärung. Marion Stumm, selbst Mutter und als Ehrenamtliche an dem Projekt beteiligt, weiß aus eigener Erfahrung, dass sich das Bewusstsein für den eigenen Körper mit der Schwangerschaft verändert. »Spätestens, wenn der Bauch wächst, spürt man die Verantwortung für das andere Leben.« Viele Frau-

..... Anzeige



en würden an diesem Punkt gern auf Alkohol und Nikotin verzichten, doch fehlen Kraft und Durchhaltevermögen. An diesem Punkt setzt »Kugelrund und gesund« ein.

Das Projekt umfasst vier Kurse mit jeweils sechs Abenden. An jedem dieser Termine informiert ein Experte in einem halbstündigen Vortrag über

Themen wie Alkohol und Nikotin, aber auch Ergotherapie und Akupunktur. Anschließend geht es an den Herd. Ein Berufskoch erklärt den Teilnehmerinnen, die mit ihrem Partner kommen dürfen, wie man kostenkünstig gesunde und nahrhafte Speisen zubereiten kann. Gefördert wird die Aktion vom Bundesministerium für Gesundheit. Der erste Kurs beginnt am 27. April in der Lernküche des SMS (Selbstlernzentrum, Mensa, Stadtteilzentrum) und bietet Platz für acht Paare beziehungsweise Einzelpersonen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Weitere Infos bei Marcel Karow, Jugend-Streetworker, ☎ 0781/82-2638, E-Mail kugelrundgesund@gmx.de, und bei Katja Schlager von DROBS Kehl, ☎ 07851/994779-13, E-Mail katja.schlager@bw-lv.de.

14.4.2011

Das Kind im Mittelpunkt

„Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ heißt das neue Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit DROBS Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring. Dabei bezieht sich das Wort „kugelrund“ nicht auf eine besonders kalorienreiche Kost, sondern auf die Zielgruppe des Projekts: werdende Mütter und stillende Frauen. „Durch den Missbrauch von Drogen während der Schwangerschaft werden in Deutschland jedes Jahr noch immer 10 000 geschädigte Kinder geboren“, weiß Marcel Karow von der Jugend-Streetwork. „Ein Großteil dieser Schäden ist auf Nikotin und Alkohol zurückzuführen.“ – Oft reiche schon das so genannte „Gläschen in Ehren“, das zu Defekten führt. „Wir möchten die Frauen und ihre Partner für das Thema sensibilisieren“, sagt Marion Stumm, ehrenamtliche Mitarbeiterin der Jugend-Streetwork. „Häufig ist werdenden Müttern und stillenden Frauen nicht bewusst, wie stark sie der Gesundheit ihres Kindes mit Alkohol- oder Zigarettenkonsum schaden.“ Die Aufklärung hat Priorität im Kochkurs „Kugelrund und gesund“. Deshalb werden an den sechs Kursabenden zunächst Experten in halbstündigen Vorträgen über Themen wie beispielsweise Alkohol, Nikotin oder Medikamente, aber auch Ergotherapie und Akupunktur informieren. Anschließend geht es an den Herd. Verschiedene Praktiker – vom Berufskoch bis zur achtfachen Mutter – erklären den Teilnehmerinnen, die zusammen mit ihrem Partner kommen dürfen, wie man kostenkünstig gesunde und nahrhafte Speisen zubereitet. Stumm: „Willkommen sind alle, die aktiv etwas für die Gesundheit ihres ungeborenen Kindes oder Säuglings tun möchten.“ Gefördert wird die Aktion vom Bundesministerium für Gesundheit.

Die Initiatoren möchten mit Spaß Wissen vermitteln, nicht mit dem erhobenen Zeigefinger. Karow: „Wir wollen das Gespräch suchen. Und wo geht das besser als beim gemeinsamen Kochen und Essen?“ Ein reines Verbot bringt nach Ansicht des Jugend-Streetworkers nicht viel. Stattdessen setzt er auf Aufklärung. „Es geht darum, Alternativen aufzuzeigen.“

Teilnahme

Das Projekt „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ umfasst vier Workshops mit jeweils sechs Abenden. Der erste Kurs startet am 4. Mai in der Lernküche des Schulzentrums Nordwest (SMS), die weiteren folgen im Juli und Oktober 2011 beziehungsweise im Januar 2012. Weitere Informationen und eine Anmeldeöglichkeit gibt es bei Marcel Karow, Jugend-Streetwork Stadt Offenburg, Telefon 07 81/82-26 38, E-Mail: kugelrundgesund@gmx.de, sowie bei Katja Schlager von DROBS Kehl, Telefon 0 78 51/99 47 79-0, E-Mail: katja.schlager@bw-lv.de.



Foto: Butz

Das Kind im Mittelpunkt

„Kugelrund und gesund“: Informationen für Schwangere und stillende Mütter



Für die Gesundheit des Kindes. Marion Stumm, Veronica Göring, Marcel Karow und Katja Schlager (v.l.) betreuen die Teilnehmerinnen des Kochkurses „Kugelrund und gesund“. Im Kochtopf posiert Fynn. Foto: Butz

„Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ heißt das neue Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit DROBS Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring. Dabei bezieht sich das Wort „kugelrund“ nicht auf eine besonders kalorienreiche Kost, sondern auf die Zielgruppe des Projekts: werdende Mütter und stillende Frauen.

„Durch den Missbrauch von Drogen während der Schwangerschaft werden in Deutschland jedes Jahr noch immer 10 000 geschädigte Kinder geboren“, weiß Marcel Karow von der Jugend-Streetwork. „Ein Großteil dieser Schäden ist auf Nikotin und Alkohol zurückzuführen.“ – Oft reiche schon das so genannte „Gläschen in Ehren“, das zu Defekten führt. „Wir möchten die Frauen und ihre Partner für das Thema sensibilisieren“, sagt Marion Stumm, ehrenamtliche Mitarbeiterin der Jugend-Streetwork. „Häufig ist werdenden Müttern und stillenden Frauen nicht bewusst, wie stark sie der Gesund-

heit ihres Kindes mit Alkohol- oder Zigarettenkonsum schaden.“

Die Aufklärung hat Priorität im Kochkurs „Kugelrund und gesund“. Deshalb werden an den sechs Kursabenden zunächst Experten in halb-

stündigen Vorträgen über Themen wie beispielsweise Alkohol, Nikotin oder Medikamente, aber auch Ergotherapie und Akupunktur informiert. Anschließend geht es an den Herd. Verschiedene Praktiker – vom Berufskoch bis zur achtfachen Mutter – erklären den Teilnehmerinnen, die zusammen mit ihrem Partner kommen dürfen, wie man kostengünstig gesunde und nahrhafte Speisen zubereitet. Stumm: „Willkommen sind alle, die aktiv etwas für die Gesundheit ihres ungeborenen Kindes oder Säuglings tun möchten.“ Gefördert wird die Aktion vom Bundesministerium für Gesundheit.

Die Initiatoren möchten mit Spaß Wissen vermitteln, nicht mit dem erhobenen Zeigefinger. Karow: „Wir wollen das Gespräch suchen. Und wo geht das besser als beim gemeinsamen Kochen und Essen?“ Ein reines Verbot bringt nach Ansicht des Jugend-Streetworkers nicht viel. Stattdessen setzt er auf Aufklärung. „Es geht darum, Alternativen aufzuzeigen.“

TEILNAHME

Vier Kurse im Angebot

Das Projekt „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ umfasst vier Workshops mit jeweils sechs Abenden. Der erste Kurs startet am 4. Mai in der Lernküche des Schulzentrums Nordwest (SMS), die weiteren folgen im Juli und Oktober 2011 beziehungsweise im Januar 2012. Weitere Informationen und eine Anmeldemöglichkeit gibt es bei Marcel Karow, Jugend-Streetwork Stadt Offenburg, Telefon 07 81/82-2638, E-Mail: kugelrundgesund@gmx.de, sowie bei Katja Schlager von DROBS Kehl, Telefon 07851/994779-0, E-Mail: katja.schlager@bw-lv.de.

STADTNOTIZEN

I

Gesunde Kinder

OFFENBURG (BZ). „Kugelrund und gesund – ein etwas anderer Kochkurs“ heißt das neue Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg für werdende Mütter und stillende Frauen. An sechs Abenden informieren Experten über verschiedene Themen von der Akupunktur bis zu den Folgen von Alkohol- oder Nikotinkonsum während Schwangerschaft und Stillzeit. Außerdem wird zusammen gekocht: Verschiedene Praktiker, darunter ein Berufskoch und eine achtfache Mutter, geben Tipps zu gesunder und günstiger Ernährung. Der erste Kurs startet am kommenden Mittwoch, 4. Mai, in der Lernküche des Schulzentrums Nordwest und bietet noch freie Plätze. Anmeldung unter ☎ 0781/82-2638 oder per E-Mail: kugelrundgesund@gmx.de

Mit dem erhobenen Kochlöffel

Die Küche im CJD Jugenddorf Offenburg ist erfüllt vom Duft des gerösteten Gemüses und dem Geschnatter junger Frauen. Zwei von ihnen bereiten gerade das Obst für den Nachtisch vor, eine kümmert sich um ihren wenige Monate alten Nachwuchs, während Helmut Humpert, Koch und Ausbilder im Jugenddorf, mit zwei weiteren Frauen das Rezept der Reis-Gemüse-Pfanne durchspricht, die heute auf dem Speiseplan steht. Vor knapp einem Jahr ist „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ als Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit der Drogenberatung Drobs Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring gestartet. Insgesamt 18 schwangere Frauen und junge Mütter nahmen an den drei Kursen teil. Verschiedene Referenten haben die Teilnehmerinnen im Alter zwischen 16 und 28 Jahren über Themen wie beispielsweise Alkohol- und Nikotinmissbrauch während Schwangerschaft und Stillzeit, aber auch Ergotherapie und Akupunktur zur Suchtbekämpfung informiert. Kochprofis erläuterten im Anschluss die Zubereitung von kostengünstigen, gesunden und nahrhaften Speisen. Gefördert hat die Aktion das Bundesministerium für Gesundheit.

„Natürlich hatte die Aufklärung Priorität bei dem Projekt“, sagt Marcel Karow von der Jugend-Streetwork. „Aber eben nicht mit dem erhobenen Zeigefinger und von oben herab.“ Das Konzept hat funktioniert: Stets nutzten die Teilnehmerinnen die gemeinsamen Kochvorbereitungen, um mit den Köchen nicht nur über Rezepte und Profikniffe in der Küche zu sprechen, sondern eben auch über Kindererziehung und ganz persönliche Erfahrungen. Immerhin waren unter den Profis am Herd nicht nur Berufsköche wie Helmut Humpert oder Estela Bremberger, die über viele Jahre Erfahrung im Gastro- und Cateringbereich verfügt, sondern auch der hauptberufliche Fahrlehrer und junge Vater Sebastian Stumm oder die achtfache Mutter Elke Jäger-Haas. Karow: „Die jungen Frauen haben die Möglichkeit des Austauschs wirklich genutzt. Und zwischen Herd und Spüle wurde auch noch so manche Frage an die Referenten gerichtet, die sich die Teilnehmerinnen während des Vortrags nicht zu fragen getraut haben.“



Nur eine der 18 jungen Frauen hat den Kurs nicht beendet. Dass ihr Angebot so gut angenommen worden ist, freut die Organisatoren. „Aber es gibt ein paar Dinge, die wir beim nächsten Mal anders machen werden“, sagt Karow. Immer wieder sei beispielsweise die Frage nach Entspannungsübungen und -techniken aufgekommen. „Das werden wir sicher beim nächsten Kurs thematisieren.“ Der Jugend-Streetworker selbst würde sich wünschen, dass sich weitere Köche bereit erklären, bei dem Projekt mitzumachen. Einige habe er angefragt, die jedoch aus verschiedenen Gründen abgesagt hätten. Auch bedauert Karow, dass keine der Teilnehmerinnen ihren Partner mitgebracht hat, obwohl diese eingeladen waren, ebenfalls am Kurs teilzunehmen. Einen Folgekurs wird es im Herbst auf jeden Fall geben, der dann aus eigenen Mitteln finanziert wird. Doch der Antrag beim Bundesministerium für Gesundheit für eine weitere Förderung ist bereits gestellt. Wenn das Geld aus Berlin kommt, würde es dann sogar für zwei Jahre fließen. Zudem laufen Gespräche mit der Volkshochschule Offenburg über eine mögliche Kooperation.

Dass der Bedarf für Projekte wie „Kugelrund und gesund“ da ist, davon ist auch Mitorganisatorin Katja Schlager von Drobs Kehl fest überzeugt. „Das Thema Alkohol wird in unserer Gesellschaft sehr stark verharmlost. Entsprechend glauben gerade viele junge Mädchen, dass auch in Schwangerschaft und Stillzeit ein Glas Sekt hin und wieder doch gar nichts ausmachen kann.“ Themen wie die gesunde Ernährung hätten besonders im Leben der Teenager, deren Schwangerschaft oft nicht geplant war, keinen Platz. Katja Schlager: „Die sind mit ihrem Schulabschluss und so vielen anderen Dingen beschäftigt, dass die eigene Gesundheit zu kurz kommt.“ Den Irrglauben, dass eine gesunde Mahlzeit teuer sein muss, habe der Kurs den Frauen zumindest genommen. „Im Schnitt haben wir für jede Person drei Euro pro Mahlzeit ausgegeben. Und dabei gab es jedes Mal ein Drei-Gänge-Menü.“

Trotz des positiven Fazits nach den ersten drei Kursen von „Kugelrund und gesund“ wissen Marcel Karow, Katja Schlager und die anderen Organisatoren doch, dass sie viel Geduld brauchen, um noch mehr junge Frauen zur Teilnahme zu motivieren. Einige der Mädchen kamen aus dem Haus des Lebens in Offenburg, einem Haus für Schwangere in Not und junge Mütter in schwierigen persönlichen oder sozialen Situationen. „Hier hat sich schnell rumgesprochen, dass unser Kurs wirklich Spaß macht“, sagt Katja Schlager. „Allerdings ist es für viele nicht ganz einfach, sich selbst einzugestehen, dass sie in dieser Situation Hilfe brauchen.“

Marcel Karow erinnert sich noch gut, als er die Aktion „Rauschklettern“ gestartet hat. Dabei absolvieren Jugendliche mit einer speziellen Brille, die einen Alkoholrausch simuliert, einen Kletterparcours, um sich der Gefahren des Alkohols bewusst zu werden. „Auch diese Aktion lief recht schleppend an. Heute sind alle Termine, die wir anbieten, innerhalb kürzester Zeit ausgebucht.“

"Ich glaube, ich werde jetzt öfter mal kochen"

Erste Erfolge beim Projekt "Kugelrund und gesund" / Kochen stand im Mittelpunkt / Zuschuss vom Gesundheitsministerium.



OFFENBURG (ges). Mit einem zünftigen Frühstücksbuffet im Christlichen Jugenddorf (CJD) endete die erste Phase des Projekts "Kugelrund und gesund". 18 schwangere Frauen und junge Mütter sollten mehr erfahren über Alkohol- und Nikotinmissbrauch während der Schwangerschaft, Ergotherapie und Akupunktur zur Suchtbekämpfung. Im Mittelpunkt stand gemeinsames Kochen. Die Aktion wurde finanziert vom Bundesministerium für Gesundheit.

"Ich hätte nie gedacht, dass gesunde Sachen auch so gut schmecken können", sagt Nicole. Die 19-Jährige, deren Sohn Felix am 28. Februar 2011 geboren wurde, hat die Lachsnudeln in besonders leckerer Erinnerung. Die Köche hatten sehr viel Geduld gehabt und mit viel Spaß und Leichtigkeit den jungen Frauen den Umgang mit Herd, Töpfen und Kochlöffel näher gebracht. Einer von ihnen ist Helmut Humpert. Er arbeitet seit 29 Jahren im CJD und leitet die Küche.

Die Grundsätze, die er dort den jungen Menschen auf den Weg gibt, gelten auch für die jungen Mütter: Statt Dosen frische Zutaten, möglichst saisonal und aus der Region, mindestens ein Mal pro Woche Fisch, ein Mal pro Woche Eintopf mit Hülsenfrüchten. Gesunde Ernährung sei gar nicht so schwer, versichert Humpert. Hinzu komme die Küchenhygiene, die zu beachten ist, gerade wenn kleine Kinder versorgt werden.

WERBUNG

Die Idee zum Projekt kam vor über einem Jahr auf, beteiligt waren die Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Zusammenarbeit mit der Drogenberatung Kehl (Drobs) und der Hebammenpraxis Veronica Göring. Eine Ausschreibung des Bundesgesundheitsamtes gab den Anstoß, weil es dann schnell gehen musste, wurde das Konzept "mit heißer Nadel gestrickt", sagte der städtische Streetworker Marcel Karow. Vorgesehen waren vier Blöcke mit je sechs Abenden, an denen sich jeweils maximal 16 junge Mütter hätten beteiligen können.

Die Ausschreibung war offen, in Kliniken und Frauenarztpraxen wurde für das Projekt geworben. Alles in allem aber sei es schwierig gewesen, junge Frauen direkt anzusprechen und für die Aktion zu gewinnen, räumte Karow ein. Daher fanden bislang lediglich drei Blöcke mit insgesamt 18 Teilnehmerinnen statt.

Eng kooperiert wurde mit dem Haus des Lebens in Rammersweier, wo zwei Veranstaltungsreihen abgehalten wurden. Bedarf an dieser Gesundheitsaufklärung sei durchaus vorhanden, daher wird in diesem Jahr ein weiterer Block angeboten. Sollte es erneut Bundesmittel geben, ist eine kreisweite Ausdehnung der Aktion vorgesehen. Interesse wurde bereits in Kehl und in Lahr bekundet. Darüber hinaus hat die Volkshochschule ihre Bereitschaft zur Zusammenarbeit signalisiert. "Ich koche eigentlich nicht so gerne", räumte Sophia beim Abschlussfrühstück ein. Sie müsse sich arg motivieren, um am Herd zu stehen, sagte die 17-Jährige, die mit Jamal (1) im Haus des Lebens wohnt. Doch der Kochkurs habe ihr Spaß gemacht. Besonders interessant seien die Fachvorträge gewesen, gerade das Thema Akupunktur habe sie sehr spannend gefunden. Und ihr Lieblingsessen? "Risotto", versichert die junge Mutter. Katja mit Felix Marlon (zwei Monate) und Laethicia mit Lena-Marie (ebenfalls zwei Monate) haben sich darüber gefreut, neue Rezepte kennen zu lernen, und schwärmen von der Pilz-Lauch-Suppe und der Griesklößchen-Suppe. "Ich glaube, ich werde jetzt öfter mal kochen", sagt Laethicia. Wobei es in der Gruppe sehr viel mehr Spaß mache, am Herd zu stehen, als alleine etwas zu brutzeln.

Mit dem erhobenen Kochlöffel

Positives Fazit für das Projekt „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ /Fortsetzung im Herbst

Die Küche im CJD Jugenddorf Offenburg ist erfüllt vom Duft des gerösteten Gemüses und dem Geschnatter junger Frauen. Zwei von ihnen bereiten gerade das Obst für den Nachtisch vor, eine kümmert sich um ihren wenige Monate alten Nachwuchs, während Helmut Humpert, Koch und Ausbilder im Jugenddorf, mit zwei weiteren Frauen das Rezept der Reis-Gemüse-Pfanne durchspricht, die heute auf dem Speiseplan steht.

Vor knapp einem Jahr ist „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ als Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit der Drogenberatung Drobbs Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring gestartet. Insgesamt 18 schwangere Frauen und junge Mütter nahmen an den drei Kursen teil. Verschiedene Referenten haben die Teilnehmerinnen im Alter zwischen 16 und 28 Jahren über Themen wie beispielsweise Alkohol- und Nikotinmissbrauch während Schwangerschaft und Stillzeit, aber auch Ergotherapie und Akupunktur zur Suchtkampfung informiert. Kochprofis erläuterten im Anschluss die Zubereitung von kostengünstigen, gesunden und nahrhaften Speisen. Gefördert hat die Aktion das Bundesministerium für Gesundheit.

Reger Austausch

„Natürlich hatte die Aufklärung Priorität bei dem Projekt“, sagt Marcel Karow von der Jugend-Streetwork. „Aber eben nicht mit dem erhobenen Zeigefinger und von oben herab.“ Das Konzept hat funktioniert: Stets nutzten die Teilnehmerinnen die gemeinsamen Kochvorbereitungen, um mit den Köchen nicht nur über Rezepte und Profikniffe in der Küche zu sprechen, sondern eben auch über Kindererziehung und ganz persönliche Erfahrungen. Immerhin waren unter den Profis am Herd nicht nur Berufsköche wie Helmut Humpert oder Estela Bremberger, die über viele Jahre Erfahrung im



Mehr als nur Kochrezepte nahmen die jungen Frauen aus dem Kurs „Kugelrund und gesund“ mit. „Alle Teilnehmerinnen haben das Projekt sehr ernst genommen“, sagt Katja Schlager von Drobbs Kehl (l. v. r.). Fotos: Stadt Offenburg

Gastro- und Cateringbereich verfügt, sondern auch der hauptberufliche Fahrlehrer und junge Vater Sebastian Stumm oder die achtfache Mutter Elke Jäger-Haas. Karow: „Die jungen Frauen haben die Möglichkeit des Austauschs wirklich genutzt. Und zwischen Herd und Spüle wurde auch noch so manche Frage an die Referenten gerichtet, die sich die Teilnehmerinnen während des Vortrags nicht zu fragen getraut haben.“

Nur eine der 18 jungen Frauen hat den Kurs nicht beendet. Dass ihr Angebot so gut angenommen worden ist, freut die Organisatoren. „Aber es gibt ein paar Dinge, die wir beim nächsten Mal anders machen werden“, sagt Karow. Immer wieder sei beispielsweise die Frage nach Entspannungsübungen und -techniken aufgekommen. „Das werden wir sicher beim nächsten Kurs thematisieren.“ Der Jugend-Streetworker selbst würde sich wünschen, dass sich weitere Köche bereit erklären, bei dem Projekt mitzumachen. Einige habe er angefragt, die jedoch aus verschiedenen Gründen abgesagt hätten. Auch bedauert Karow, dass keine der Teilnehmerinnen ihren Partner mitgebracht hat, obwohl diese eingeladen waren, ebenfalls am Kurs teilzunehmen.

Einen Folgekurs wird es im Herbst auf jeden Fall geben, der

dann aus eigenen Mitteln finanziert wird. Doch der Antrag beim Bundesministerium für Gesundheit für eine weitere Förderung ist bereits gestellt. Wenn das Geld aus Berlin kommt, würde es dann sogar für zwei Jahre fließen. Zudem laufen Gespräche mit der Volkshochschule Offenburg über eine mögliche Kooperation.

Dass der Bedarf für Projekte wie „Kugelrund und gesund“ da ist, davon ist auch Mitorganisatorin Katja Schlager von Drobbs Kehl fest überzeugt. „Das Thema Alkohol wird in unserer Gesellschaft sehr stark verharmlost. Entsprechend glauben gerade viele junge Mädchen, dass auch in Schwangerschaft und Stillzeit ein Glas Sekt hin und wieder doch gar nichts ausmachen kann.“ Themen wie die gesunde Ernährung hätten besonders im Leben der Teenager, deren Schwangerschaft oft nicht geplant war, keinen Platz. Katja Schlager: „Die sind mit ihrem Schulabschluss und so vielen anderen Dingen beschäftigt, dass die eigene Gesundheit zu kurz kommt.“ Den Irrglauben, dass eine gesunde Mahlzeit teuer sein muss, habe der Kurs den Frauen zumindest genommen. „Im Schnitt haben wir für jede Person drei Euro pro Mahlzeit ausgegeben. Und dabei gab es jedes Mal ein Drei-Gänge-Menü.“

Trotz des positiven Fazits nach den ersten drei Kursen von „Kugelrund und gesund“ wissen Marcel Karow, Katja Schlager und die anderen Organisatoren doch, dass sie viel Geduld brauchen, um noch mehr junge Frauen zur Teilnahme zu motivieren. Einige der Mädchen kamen aus dem Haus des Lebens in Offenburg, einem

Viel Geduld

Haus für Schwangere in Not und junge Mütter in schwierigen persönlichen oder sozialen Situationen. „Hier hat sich schnell rumgesprochen, dass unser Kurs wirklich Spaß macht“, sagt Katja Schlager. „Allerdings ist es für viele nicht ganz einfach, sich selbst einzustellen, dass sie in dieser Situation Hilfe brauchen.“

Marcel Karow erinnert sich noch gut, als er die Aktion „Rausklettern“ gestartet hat. Dabei absolvierten Jugendliche mit einer speziellen Brille, die einen Alkoholrausch simuliert, einen Kletterparcours, um sich der Gefahren des Alkohols bewusst zu werden. „Auch diese Aktion lief recht schleppend an. Heute sind alle Termine, die wir anbieten, innerhalb kürzester Zeit ausgebucht.“



Ihren Nachwuchs durften die Teilnehmerinnen stets zum „Kugelrund und Gesund“-Kurs mitbringen.

Aufklärung ohne erhobenen Zeigefinger

18 Teilnehmerinnen bei »Kugelrund und gesund« / Projekt soll weitergehen



Foto: Stadt Offenburg

Der nächste Kurs ist schon in Planung: Die Organisatoren von »Kugelrund und gesund« haben ein positives Resümee ihrer Arbeit gezogen. Das Projekt soll schwangere Mädchen und junge Mütter für das Thema Gesundheit sensibilisieren.

Offenburg (red/flo). Die Küche im CJD Jugenddorf ist erfüllt vom Duft nach Gemüse und den Stimmen junger Frauen. Zwei von ihnen bereiten gerade das Obst für den Nachtisch vor, eine kümmert sich um ihren wenige Monate alten Nachwuchs, während Helmut Humpert, Koch und Ausbilder im Jugenddorf, gerade das Rezept der Reis-Gemüse-Pfanne durchspricht, die heute auf dem Speiseplan steht.

Vor knapp einem Jahr hat »Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs« als Projekt der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit der Drogenberatung (Drobs) Kehl und der Hebammenpraxis Veronica Göring begonnen. 18 schwangere Frauen und junge Mütter nahmen an den drei Kursen teil. Verschiedene Referenten haben die Teilnehmerinnen im Alter zwischen 16 und 28 Jahren über Alkohol- und Nikotinmissbrauch während Schwangerschaft und Stillzeit, aber auch Ergotherapie und Akupunktur zur Suchtbekämpfung informiert. Kochprofis erläuterten die Zubereitung von kostengünstigen, gesunden und nahrhaften Speisen.

»Natürlich hatte die Aufklärung Priorität«, sagt Jugend-Streetworker Marcel Karow. »Aber eben nicht mit dem erhobenen Zeigefinger und von oben herab.« Das Konzept hat offensichtlich funktioniert: So nutzten die Teilnehmerinnen den Kurs, um über Kindererziehung und Persönliches zu sprechen. Immerhin machten neben Berufsköchen wie Helmut Humpert oder Estela Bremberger auch der Fahrlehrer und junge Vater Sebastian Stumm oder die achtfache Mutter Elke Jäger-Haas mit. Folgekurs im Herbst

Dass ihr Angebot angenommen worden ist, freut die Organisatoren. Im Herbst ist der Folgekurs geplant. »Aber es gibt ein paar Dinge, die wir beim nächsten Mal anders machen werden«, sagt Karow. So sei die Frage nach Entspannungsübungen aufgekommen. »Das werden wir beim nächsten Kurs thematisieren.« Der Streetworker würde sich zudem weitere Köche wünschen. Er bedauere, dass keine der Teilnehmerinnen ihren Partner mitgebracht hat, obwohl diese auch eingeladen waren.

Dass der Bedarf für Projekte wie »Kugelrund und gesund« da ist, davon ist Mitorganisatorin Katja Schlager von Drobs fest überzeugt. »Das Thema Alkohol wird in unserer Gesellschaft stark verharmlost«, sagt sie. Entsprechend glaubten viele junge Mädchen, dass in Schwangerschaft und Stillzeit »ein Glas Sekt hin und wieder doch gar nichts ausmachen kann«. Themen wie die gesunde Ernährung hätten im Leben der Teenager, deren Schwangerschaft oft nicht geplant war, keinen Platz. »Die sind mit ihrem Schulabschluss und so vielen anderen Dingen beschäftigt, dass die eigene Gesundheit zu kurz kommt.«

Und eine gesunde Mahlzeit müsse gar nicht teuer sein. »Im Schnitt haben wir für jede Person drei Euro pro Mahlzeit ausgegeben. Und dabei gab es jedes Mal ein Drei-Gänge-Menü.«

27.4.2012

Abschlussworkshop



Foto: Stadt

Das Bundesministerium für Gesundheit hat sieben Modellprojekte gefördert, um schwangere Frauen und Mütter besser mit präventiven Maßnahmen zur Vermeidung und Reduzierung von Suchtmittelkonsum in Schwangerschaft und Stillzeit zu erreichen. Eines davon „Kugelrund und gesund – Ein etwas anderer Kochkurs“ der Jugend-Streetwork der Stadt Offenburg in Kooperation mit der Drogenberatung Drobs Kehl sowie der Hebammenpraxis Veronica Göring. Zum Abschlussworkshop in Bonn dankte Mechthild Dyckmans, Drogenbeauftragte der Bundesregierung (l.), den Projektmitverantwortlichen aus Offenburg, Marcel Karow und Katja Schlager, für ihr Engagement.

Tabelarische Belegübersicht

Datum	Honorare & Verwaltungspauschalen	Empfänger	Summe
12.05.2011	Honorar	Humpert	150,00
12.05.2011	Honorar	Göring	150,00
12.05.2011	Honorar	M.Stumm	150,00
31.05.2011	Honorar (2Termine)	Bremberger	300,00
31.05.2011	Honorar (zusammen mit S.Schott)	Dietrich-Reinecke	100,00
31.05.2011	Honorar (zusammen mit P.Dietrich-Reinecke)	Schott	100,00
31.05.2011	Honorar	Schrempp	150,00
31.05.2011	Honorar	Jäger-Haas	150,00
10.06.2011	Honorar	Humpert	150,00
10.06.2011	Honorar	Steiner	150,00
04.07.2011	Honorar	S.Stumm	150,00
06.07.2011	Verwaltungspauschale	Göring	350,00
07.07.2011	Honorar	Humpert	150,00
11.07.2011	Honorar (3 Termine) / Verwaltungspauschale DroBs	DroBs	800,00
13.07.2011	Honorar	Schrempp	150,00
14.07.2011	Honorar	Steiner	150,00
25.07.2011	Honorar	Göring	150,00
27.07.2011	Honorar	Jäger-Haas	150,00
27.07.2011	Honorar	Schott	150,00
28.07.2011	Honorar	Dietrich-Reinecke	150,00
16.09.2011	Honorar (2 Termine)	Bremberger	300,00
26.01.2012	Honorar	Humpert (2Termine)	300,00
26.01.2012	Honorar	Göring	150,00
13.02.2012	Honorar	Bremberger	150,00
13.02.2012	Honorar	Steiner	150,00
21.02.2012	Honorar	Stumm	150,00
21.02.2012	Honorar	Jäger-Haas (2 Termine)	300,00
21.02.2012	Honorar	Schott	150,00
21.02.2012	Honorar	Schrempp	150,00
21.02.2012	Honorar	Dietrich	150,00
			5850,00 €

Datum	Druckkosten	Empfänger	Summe
14.04.2011		Flyeralarm	176,45 €
	Ausgaben Brunch		
29.02.2012		CJD Offenburg	203,50 €
	Miete Küche / Räume		
30.05.2011		SMS Offenburg	440,00
02.03.2012		Haus des Lebens Offenburg	480,00
			920,00 €
	Lebensmittel Kochkurs		
01.03.2012		Diverse (sep. Handgeldabrechnung)	599,74
04.07.2011		Bremberger	22,46
			622,20 €
	Fahrtkosten		
27.02.2012		Göring	300,00 €
			2222,15 €

Daraus ergeben sich **Gesamtkosten** für das Projekt in Höhe von **8.072,15 €**. Unterschiede zur Antragskalkulation ergeben sich aus folgenden Punkten:

- Ausfall des 3. Blocks
- geringere Mietkosten als kalkuliert
- geringere Lebensmittelkosten als kalkuliert (Teilnehmerzahl war geringer als das Maximum)
- geringere Kosten bei der Durchführung des Brunchs (Teilnehmerzahl war vorher nicht definierbar)
- geringere Layout-, Druck- und Fahrtkosten

Die Differenz zur Fördersumme (4.257, 85 €) wurde am 20.03.2012 an die Bundeskasse überwiesen