

## KURZBERICHT

Thema title	<b>Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten</b>
Schlüsselbegriffe key words	Gesundheitsförderung, Setting, Sozialraum, Prävention, soz. Benachteiligung, Kinder, Jugendliche
Ressort, Institut funding institution	Bundesministerium für Gesundheit
Auftragnehmer(in) contractor	Lernende Region - Netzwerk Köln e.V. (LRNK)
Projektleitung project manager	Dr.in Eike Quilling
Autor(en) author(s)	Dr.in Eike Quilling
Beginn initiated	1.3.2009
Ende completed	28.02.2011

### Vorhabensbeschreibung, Arbeitsziele (max. 1.800 Zeichen) project description, objectives

Das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten wurde im Rahmen des Nationalen Aktionsplan "IN FORM" initiiert. Mit dem Aktionsplan verfolgt das Bundesministerium für Gesundheit die Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten. Das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten entwickelt bedarfsgerechte, kommunale Strategien zur Verbesserung der Gesundheitsförderung. Ziel ist der nachhaltige Ausbau bewegungsfördernder Infrastrukturen in den Settings Vorschule/Kita, Schule und Freizeit (Jugendeinrichtungen/Vereine). Primäre Zielgruppen sind sozial benachteiligte Kinder, Jugendliche und Familien, sekundäre Zielgruppe Multiplikatorinnen und Multiplikatoren. Ein Schwerpunkt liegt auf der Lebenswelt "Hauptschule" um Schülerinnen und Schüler zu einer gesünderen Lebensweise zu motivieren und das Setting Schule bewegungs- bzw. gesundheitsfördernd zu gestalten. Für die Durchführungsphase haben sich auf dieser Grundlage folgende Arbeitsschwerpunkte ergeben:

1. Umgestaltung der Kölner Hauptschulen in „bewegte“ Hauptschulen (Unterstützung bei der Kooperation zwischen Schulen und Jugendeinrichtungen/Vereinen und Qualifizierung von Gesundheitsteams)
2. Qualifizierungsoffensive „Fit 4 Kids - Bewegungsförderung im Kita-Alltag“ für Kindertageseinrichtungen (Tagesfortbildung für Erzieherinnen und Erzieher)
3. Transparente Angebotsstruktur durch den „Online-Atlas Gesundheitsfördernde Angebote in Köln“
4. Fortführung und Intensivierung der Netzwerkarbeit

#### Zielsetzung

Das Kölner Bündnis soll, in enger Zusammenarbeit mit relevanten Akteuren „vor Ort“ eine nachhaltige Struktur in Sozialräumen mit besonderem Handlungsbedarf aufbauen, die maßgeblich zu einem gesundheitsfördernden Lebensstil von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien beiträgt und damit zu mehr Bewegungsaktivitäten, gesunder Ernährungsweise und einer Verbesserung der psychosozialen Gesundheit führt. Durch das Engagement des Bündnisses werden vorhandene Ressourcen und bewährte Strukturen einbezogen und genutzt. Auf diese Weise werden Rahmenbedingungen für eine nachhaltige Präventions- und Angebotsstruktur in diesen Sozialräumen und langfristig für das gesamte Stadtgebiet geschaffen.

Als Teilziele hat sich das Kölner Bündnis vorgenommen, die Bewegungsaktivität von Kindern und Jugendlichen zu steigern und ihre Leistungsfähigkeit in Hinblick auf Koordination, Kraft und Ausdauer zu erhöhen. Des Weiteren sollen gesundheitsfördernde Kindergärten/Kitas in Köln etabliert werden. Dazu sollten bis Projektende rund 150 Erzieherinnen und Erzieher fortgebildet werden, um in den Kindergärten und Kitas eine bewegungsfördernde Umgebung zu schaffen. Für mehr Transparenz der Angebotsvielfalt soll der „Online-Atlas Gesundheitsfördernde Angebote in Köln“ sorgen.

### Zielgruppe

Die Akteure des Kölner Bündnisses haben aufgrund der Bedarfsanalyse als prioritäre Zielgruppe sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche gemeinsam festgelegt. Deshalb richtet sich die Maßnahme nach den Hauptschulen, da dort eine hohe Dichte sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher anzutreffen ist. Darüber hinaus haben die Untersuchungen gezeigt, dass die Kinder und Jugendlichen relativ schlechte motorische Testergebnisse haben und überdurchschnittlich oft an Übergewicht und Adipositas leiden (Anteil 36,5 Prozent - Bundesdurchschnitt liegt laut KiGGS-Daten bei 15 Prozent).

Die enge Kooperation in den Arbeitskreisen und der intensive Erfahrungsaustausch ermöglichen den Zugang zu den betreuenden Institutionen und Zielgruppen. Um nachhaltige Erfolge in der Zielgruppe zu erreichen, wurden darüber hinaus auch neue Zugangswege in der Elternarbeit erprobt, um diese in die Maßnahmen einzubinden bzw. eigenständige Angebote für Eltern umzusetzen. Hierbei war es das Ziel, Eltern praxisnah zu vermitteln, wie sie ihren Alltag für die ganze Familie gesundheitsfördernd gestalten können.

Als sekundäre Zielgruppe sind vor allem Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zu nennen, die sicherstellen, dass die Ziele und Kernbotschaften die jeweiligen Settings erreichen und dort umgesetzt werden. Ohne die Qualifizierung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren können die Maßnahmen nicht nachhaltig in die verschiedenen Lebenswelten implementiert werden. Ziel ist, dass die Institutionen in die Lage versetzt werden, ganzheitliche Gesundheitsförderung mit dem Schwerpunkt Bewegung als festen Angebotsbestandteil in den Alltag zu integrieren.

### Durchführung, Methodik, Gender Mainstreaming implementation, methodology, gender mainstreaming

#### Durchführung und Methodik

Im Fokus der Durchführungsphase stand das Ziel, Kölner Hauptschulen in „bewegte“ Hauptschulen zu verwandeln. Dies sollte durch die Qualifizierung und Implementierung von Gesundheitsteams in den Hauptschulen (Peer-Ansatz) und die gezielte Umsetzung von Maßnahmen in Kooperation mit Schulen und Jugendeinrichtungen/Vereinen erreicht werden. Gemeinsam mit den Gesundheitsteams, der Koordinierungsstelle und der Gesamtprojektkoordination wurden individuelle Strategien und Maßnahmen für die Schulen geplant und umgesetzt. Die Gesundheitsteams wurden vor der Implementierung der Maßnahmen in fünf Modulen zu Themen der Gesundheitsförderung geschult. Diese Schulungen wurden im Juni 2010 abgeschlossen.

Im Kita-Bereich wurden bis Ende 2010 146 Erzieherinnen und Erzieher zum Thema Bewegungsförderung und Stressregulation fortgebildet. Teil der Qualifizierung war u.a. auch, den Gedanken der Gesundheitsteams in die Kitas zu tragen.

Darüber hinaus wurde im Berichtszeitraum der „Online-Atlas Gesundheitsfördernde Angebote in Köln“ konzipiert, getestet und schließlich im Sommer 2010 freigegeben.

Die regelmäßig tagenden, setting-orientierten Arbeitskreise begleiteten die Arbeit der Praxisprojekte konsequent und bestehen auch nach dem Ende des Projektes weiter. Die moderierten Arbeitskreise dienen einer kontinuierlichen Netzwerkarbeit und sorgen für die notwendige Transparenz im Projekt. Über Selbstverpflichtungen haben sich alle beteiligten Akteure und Partner zur Berücksichtigung von Gendermainstreaming-Aspekten verpflichtet.

Das Gütesiegel „Gesunde Schule Köln“ soll einen Beitrag zur Nachhaltigkeit der Bündnisarbeit in den Schulen leisten. Im Berichtszeitraum wurden bislang zwei Hauptschulen mit dem von der Kommunalen Gesundheitskonferenz verliehenen Gütesiegel „Gesunde Schule Köln“ ausgezeichnet. Weitere Anträge für das Gütesiegel liegen bereits vor. Die Beratung von Schulen zum Gütesiegel wird fortgesetzt.

#### Gender Mainstreaming

Das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten hat sich verpflichtet, in seiner Arbeit Genderaspekte zu berücksichtigen und dafür Sorge zu tragen, dass Projekte und Maßnahmen, die im Bündnis konzipiert, umgesetzt und evaluiert werden, ebenfalls das Ziel verfolgen, die sozialen Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern abzubauen und Lebenswelten so zu gestalten, dass Mädchen und Jungen sowie Frauen und Männer gleichermaßen profitieren. Praxisprojekte, die im Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten vertreten sind, verpflichten sich ebenso wie Träger von Qualifizierungsmaßnahmen, Genderaspekte zu berücksichtigen. Unterstützt werden die Akteure des Kölner Bündnisses bei der Umsetzung von Gender Mainstreaming-Aspekten durch das Interdisziplinäre Genderkompetenzzentrum in den Sportwissenschaften, das Mitglied im Kompetenzzentrum Wissenschaft & Forschung ist und die Berücksichtigung von Genderaspekten sowohl in der Praxis als auch in der Evaluation sicherstellt.

## Ergebnisse, Schlussfolgerungen

### results, conclusions

1. Bündnis: Es ist in der Durchführungsphase erfolgreich gelungen, die unterschiedlichen Akteure der Gesundheitsförderung weiterhin zu regelmäßigen Treffen zu motivieren und dies auch über den Förderzeitraum hinaus beizubehalten. Im März 2011 gab es bereits ein Treffen aller Bündnispartner, bei dem gemeinsam definiert wurde, wie in Zukunft in den Arbeitskreisen weitergearbeitet wird und welchen inhaltlichen Schwerpunkten man sich zukünftig widmen möchte. Es ist ein gut funktionierendes Netzwerk entstanden, das fach-, ressort- und setting-übergreifend und vor allem nachhaltig arbeitet.
2. Setting Hauptschule: Im Setting Hauptschule wurden insgesamt mit 21 Hauptschulen Kooperationsvereinbarungen abgeschlossen, Gesundheitsteams implementiert und entsprechend qualifiziert. Insgesamt haben 127 Personen an der Qualifizierung teilgenommen. Zusätzlich zu den „Standard-Qualifizierungsmodulen“ werden mit den Kooperationspartnern sog. „Zusatzmodule“ für die Gesundheitsteams in den Bereichen „Ernährung“ und „Stressregulation“ angeboten, an denen an sieben Terminen 75 Personen teilgenommen haben. Darüber hinaus setzten alle Schulen Maßnahmen im Nachmittagsbereich um - insgesamt gab es in der Durchführungsphase 63 AGs. 26 Maßnahmen davon - solche die besonders erfolgreich in den Schulen waren - konnten nachhaltig implementiert werden und werden zurzeit fortgeführt. Die Stadt Köln (Sportamt) hat dafür Mittel bereitgestellt. Insgesamt haben im Berichtszeitraum sechs Events an verschiedenen Schulen, Jugendeinrichtungen und anderen außerschulischen Orten mit Schulen stattgefunden. Daraus ist ein Event-Format entstanden, das 15 Schulen in den nächsten eineinhalb Jahren beim Kölner Bündnis anfordern können und das gemeinsam mit verschiedenen Bündnispartnern umgesetzt wird. Zusätzlich konnte im Berichtszeitraum ein neues Konzept für eine kompakte Sporthelferausbildung konzipiert und in Kooperation mit der Bezirksregierung Köln, dem Landessportbund und der Sportjugend Köln durchgeführt werden. Dabei wurden 56 Schülerinnen und Schüler und 14 Lehrkräfte qualifiziert. Diese Pilot-Durchführung des Kölner Modells der Sporthelferausbildung wurde zudem mit einem großen stadtweiten Event kombiniert: Das „KölnerKinderSportfest 2010“ im Juni diente zugleich als „Abschluss-Prüfung“ für die Sporthelfer, die dort ihren ersten Einsatz hatten. Auch das mit der Sportjugend Köln gemeinsam entwickelte Sporthelfer-Konzept wird fortgeführt.
3. Qualifizierung Kita: Das Konzept für die Qualifizierung von Erzieherinnen und Erzieher wurde weiterhin beworben und umgesetzt. Die erfolgreiche Durchführung führte dazu, dass bis Ende 2010 146 Erzieherinnen und Erzieher aus 42 Kölner Kitas die Qualifizierung durchlaufen haben. „Fit 4 Kids“ wird nach Ende der Projektlaufzeit von dem Bündnispartner Sportjugend Köln fortgeführt. Über die Bündnisarbeit hinaus hat die Stadt Köln, das Amt für Kinder, Jugend und Familie, sich stark im Bereich der Gesundheitsförderung in Kitas engagiert, wie die aktuelle „Integrierte Jugendhilfe- und Schulentwicklungsplanung Köln 2011“ dokumentiert.
4. Gütesiegel: Das vom wissenschaftlichen Beirat entwickelte Gütesiegel „Gesunde Schule Köln“ wurde im Berichtszeitraum zweimal durch die Kommunale Gesundheitskonferenz Köln (KGK) verliehen. Eine weitere Schule befindet sich zurzeit im „Siegelprozess“ und mehrere Anträge liegen bereits vor. Weiterhin übernimmt die eingerichtete Jury die Bewertung der Konzepte und entscheidet im Auftrag der KGK über die Vergabe eines Siegels. Der entsprechende Beschluss der KGK liegt seit November 2009 vor.
5. Zielgruppenansprache: Gemeinsam mit dem Institut für Qualitätssicherung in Prävention und Rehabilitation an der Deutschen Sporthochschule Köln (IQPR) hat die Lernende Region eine Multiplikatorenveranstaltung zum Thema Elternarbeit angeboten und durchgeführt. Auf dieser Grundlage wurde ein Konzept für methodische Zugangswege im Bereich der gesundheitsfördernden Elternarbeit entwickelt und in zwei Kooperationsschulen als Pilot durchgeführt. (Die Ergebnisse finden sich als ein Kapitel in dem Handlungsleitfaden „Gesunde Schule Köln“ im Anhang wieder.)
6. Handlungsleitfaden: In der Durchführungsphase ist ein Handlungsleitfaden entstanden, wie eine „Gesunde Schule“ nach dem Kölner Vorbild umgesetzt werden kann. Der Leitfaden enthält dabei Tipps und Tools sowohl aus den Bereichen Projektmanagement, Presse- und Öffentlichkeits- sowie Netzwerkarbeit als auch ganz konkrete Anregungen für Gesundheitsteams zur Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen im Schulalltag sowie zum Thema Elternarbeit.
7. Der „Online-Atlas Gesundheitsfördernde Angebote in Köln“: konzipiert, getestet und schließlich im Sommer 2010 eingestellt. Ein Atlas, der unter <http://bildung.koeln.de/gesundheitsfoerderung> zu finden ist, enthält verschiedenste Angebote aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressregulation und zeigt gleichzeitig an, in welchem Stadtteil ein Angebot zu finden ist.
8. Evaluation: Im Rahmen des Projekts wurden vom Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Abteilung Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) an fünf Kölner Hauptschulen (IS=Interventionsschulen) nahezu 900 Schülerinnen und Schüler befragt, ihre anthropometrischen Daten erhoben sowie ihre motorische Leistungsfähigkeit (Dordel-Koch-Test) getestet. Hauptschulen aus dem Rhein-Sieg-Kreis dienten als Kontrollschulen; bei ihnen wurden

dieselben Daten erhoben. Darüber hinaus wurde in Kooperation mit der Deutschen Sporthochschule Köln und „KitaFit“ in elf Kitas der Kindergarten Mobil „KiMo“-Test durchgeführt. Langfristig sollen die Projekte „Fit 4 Kids“ und „KitaFit“ stärker miteinander verzahnt werden. Darüber hinaus wurde vom Psychologischen Institut der DSHS Köln die Arbeit der Gesundheitsteams begleitet und ausgewertet und von der LRNK in Kooperation mit dem Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der DSHS eine Befragung der Netzwerkpartner vorgenommen.

Abbildungen, illustrations

Tabellen, tables

#### Umsetzung realization

Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Um die Aufgabe des Nationalen Aktionsplans "IN FORM – Deutschlands Initiative für Gesunde Ernährung und mehr Bewegung" zu unterstützen, der das Ziel der nachhaltigen Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens verfolgte, förderte das Bundesministerium für Gesundheit im Rahmen von "IN FORM" das "Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten". Bewegung zu forcieren bedeutet auch, für eine Förderung von körperlicher Aktivität im Alltag von Jugendlichen und Kindern, bereits in Kitas und Schulen zu sorgen. Dazu gehört auch, Personen, wie Lehrkräfte, Erzieher und Erzieherinnen, aber auch Schüler/Schülerinnen, ggf. sogar Eltern zu qualifizieren, um eine nachhaltige Gesundheitsförderung zu gewährleisten. Als hilfreich erweisen sich dazu Sportprogramme, die in Form von AGs in den Nachmittagsbereich eingegliedert werden. Nicht zu vergessen ist auch die Entwicklung von Transparenz der Angebote, die den Bürgerinnen und Bürgern ermöglichen soll, ein passendes Angebot überhaupt zu finden.

#### Literatur references