



Stadt – Land – gesund

*Arbeitshilfe zur vernetzten
Gesundheitsförderung für Kinder
in der Kommune*

Impressum

Herausgeber:

Plattform Ernährung und Bewegung e. V.
Wallstraße 65
10179 Berlin
Tel. 030 27 87 97 -67
Fax 030 27 87 97 -69
plattform@ernaehrung-und-bewegung.de

Projekt „Regionen mit peb“
www.regionen-mit-peb.de | www.vernetzt-vor-ort.de

Autoren: Nina Wettern, Mirko Eichner

Fachbeiträge: Susanne Brand (peb, Berlin), Eberhard Göpel (Netzwerk gesundheitsförderlicher Hochschulen, Berlin), Andreas Klages (DOSB, Frankfurt), Constanze Planert (AGETHUR, Erfurt), Sina Scheerer (Münster), Inga-Marie Schulz (peb), Peter Vermeulen (Stadt Mülheim an der Ruhr)
Redaktion: Mirko Eichner, Andrea Lambeck, Nina Wettern

Bildnachweis:

Umschlag: Matthias Martin / www.matthiasmartin.de; BMELV - Bildschön (S. 3); peb-Archiv (S. 4); Matthias Martin (s.o.) (S. 7, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 44, 47, 49, 52, 58, 61, 63, 66); Soner Ipekcioglu (S. 8/Karte); Olaf Arndt / peb (S. 9, 23, 41, 54, 62, 71); IN FORM / BMELV (S. 13); Christine Haas / www.haas-images.de (S. 15, 22, 50); Clemens Scheumann / pixelio.de (S. 43); Thomas Max Müller / pixelio.de (S. 45); Heiko Marquardt / frischefotos.de (S. 59); Thinkstock / (S. 68); Nina Wettern / peb (S. 70).

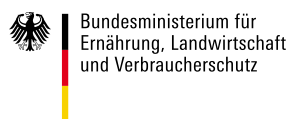
Gestaltung: BBGK Berliner Botschaft
1. Auflage 2012

Hinweis zur Schreibweise:

Aufgrund der Vielzahl der Autoren und zu Gunsten einer flüssigeren Lesbarkeit, haben wir auf eine einheitliche Nennung beider Geschlechtsformen verzichtet. Es sind in allen Fällen stets beide Geschlechter gemeint, ohne dass sie explizit genannt sind.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Grußwort

der Bundesministerin für Ernährung,
Landwirtschaft und Verbraucherschutz, **Ilse Aigner**

**Sehr geehrte
Damen und Herren,**

das gesunde Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen liegt uns allen am Herzen. Gerade in jungen Jahren werden die Weichen für ein langes und gesundes Leben gestellt. Ein ausgewogener Lebensstil schafft hierfür die Grundlage. Leider sieht die Realität heute oftmals anders aus. Etwa 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen in der Bundesrepublik Deutschland sind übergewichtig.

Vor diesem Hintergrund arbeitet das Bundesernährungsministerium gemeinsam mit dem Bundesgesundheitsministerium daran, das gesunde Aufwachsen von Kindern zu fördern. Mit dem Aktionsplan „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung – möchten wir erreichen, dass alle Menschen von einer hohen Lebensqualität profitieren. IN FORM unterstützt Projekte mit diesem Ziel.

Eines dieser Projekte ist die vorliegende Arbeitshilfe „Regionen mit peb“, welche im Rahmen der Plattform Ernährung und Bewegung entstand. Die Arbeitshilfe richtet sich an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in kommunalen Netzwerken und Kooperationsbündnissen, die sich für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung für Kinder engagieren. Sie ist ein Fahrplan, nach welchem regionale Netzwerke aufgebaut und gepflegt werden können.

Gute Netzwerke sind ein wichtiger Baustein für die Förderung eines gesunden Lebensstils in jungen Jahren. Denn Übergewicht hat viele Faktoren. Diese können wir nur dann ändern, wenn alle zusam-

menarbeiten, die vor Ort die kindliche Lebenswelt prägen.

Für Ihre Arbeit wünsche ich Ihnen, den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern vor Ort viel Erfolg. Ich hoffe, dass die vorliegende Arbeitshilfe für Sie Praxishilfe und Inspiration zugleich ist! ■



Ilse Aigner, Bundesministerin für Ernährung,
Landwirtschaft und Verbraucherschutz



www.in-form.de



Grußwort

des peb-Vorstandsvorsitzenden Prof. Dr. med. Aloys Berg

„Ein Kind zu erziehen, bedarf es eines ganzen Dorfes.“ Das afrikanische Sprichwort liest man häufig – selten trifft es jedoch so genau zu, wie für die kommunale Gesundheitsförderung. Denn sie kann nur dann ihre volle Wirksamkeit entfalten, wenn wir wirklich begreifen, dass Gesundheit insbesondere durch die enge Bindung von Mensch und Umwelt beeinflusst wird. Menschen in allen Lebensbereichen sind daher an der Gesundheitsförderung zu beteiligen. Als einzelne, als Familien und als Gemeinschaften.

Der Gesundheitssektor allein ist nicht in der Lage, die Voraussetzungen und guten Perspektiven für die Gesundheit zu garantieren. Prävention und Gesundheitsförderung verlangen vielmehr ein koordiniertes Zusammenwirken unter Beteiligung der Verantwortlichen in Regierungen, im Gesundheits-, Sozial- und Wirtschaftssektor, in nichtstaatlichen und selbstorganisierten Verbänden und Initiativen sowie in lokalen Institutionen, in der Industrie und in den Medien. Mit dieser zweiten Arbeitshilfe will peb Sie dabei unterstützen, über den Tellerrand ihrer Funktion – ob beim Gesundheitsamt, im Sportreferat, beim Grünflächenamt, bei der Krankenkasse, in der Schule oder in der Kita hinausblicken. Denn um die Bedingungen für ein

gesundes Aufwachsen positiv zu gestalten, können wir uns nicht von den Grenzen, die uns die Zuständigkeiten von Ressorts, Institutionen und die Verantwortungsbereiche einzelner Abteilungen setzen, einengen lassen. Alle, denen das gesunde Aufwachsen von Kindern am Herzen liegt, sind einerseits aufgefordert ihren jeweiligen Teil hierzu beizutragen und andererseits mit kompetenten Partnern zusammenzuarbeiten.

peb hat das Projekt „Regionen mit peb“ entwickelt, um Sie vor Ort bei der Gesundheitsförderung und Netzwerkbildung zu unterstützen. Ein Ergebnis des Projekts halten Sie mit dieser Arbeitshilfe in der Hand. Dabei ist der Begriff Arbeitshilfe durchaus wörtlich gemeint: Wir hoffen, Ihnen hiermit praxisnahe Ideen, Informationen und Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen Sie Ihre Arbeit für die Gesundheit der Kinder in Ihrer Kommune verbessern können. Die Arbeit selbst kann jedoch nur durch Sie, die vor Ort Verantwortlichen selbst, ursachengerecht und erfolgreich gestaltet werden. Diese Arbeitshilfe kann natürlich nicht die komplexe Beratung und Begleitung ersetzen, wie sie die in unserem Projekt „Regionen mit peb“ engagierten Kommunen sowie deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erfahren haben. Vielmehr ist diese Arbeitshilfe der Versuch, die Erkenntnisse und Erfahrungen aus fast fünf Jahren Projektarbeit praxisgerecht aufzubereiten.

Wenn es uns gelingt, Ihnen mit dieser Arbeitshilfe bei der Bearbeitung Ihrer Aufgaben von Zeit zu Zeit einen Denkanstoß zu geben, dann hat sich diese Arbeit für peb gelohnt. Und Möglichkeiten das eigene Ressortdenken zu überwinden, ergeben sich Tag für Tag, z. B. ob

- ▶ man für eine ursachengerechte Problemlösung den kompetenten Kollegen aus einem anderen Ressort hinzuziehen sollte?
- ▶ es nicht andere in der Kommune gibt, die vielleicht schon Erfahrungen in diesem Handlungsfeld haben?
- ▶ die tatsächliche Verbesserung der Gesundheitssituation von Kindern nicht auch noch andere Aspekte eines gesunden Lebensstils umfassen sollte?

Wenn Sie sich diese oder ähnliche Fragen bei der Lektüre dieser Arbeitshilfe stellen, Kontakt zu Ihren Kolleginnen und Kollegen aufnehmen und sie sich für die gemeinsame Zielerreichung zusammenschließen – dann liegen wir und vor allem Sie richtig!

Mit dieser praxisnahen Arbeitshilfe möchten wir Ihnen ein Nachschlagewerk für Ihren beruflichen Alltag an die Hand geben.

Ich wünsche Ihnen im Sinne der Zukunft und Gesundheit unserer Kinder viel Erfolg bei Ihrer Arbeit! ■

▶ Prof. Dr. med. Aloys Berg
Vorstandsvorsitzender peb e.V.

Inhaltsverzeichnis

Grußwort der Bundesministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, Ilse Aigner	Seite 03
Grußwort des peb-Vorstandsvorsitzenden Prof. Dr. med. Aloys Berg	Seite 04

Kapitel 1: Impulse für ein gesundes Aufwachsen.....Seite 07

1.1 <i>Das Projekt „Regionen mit peb“</i> Unterstützung zur Vernetzung: gemeinsam für ein gesundes Aufwachsen	Seite 08
1.2 <i>Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V.</i> Das Bündnis zur Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen	Seite 11
1.3 <i>Der Nationale Aktionsplan IN FORM</i> Deutschlands Initiative für mehr Bewegung und gesunde Ernährung	Seite 13

Kapitel 2: Lebenswelten gestalten – Gesundes Aufwachsen ermöglichenSeite 14

2.1 <i>Da, wo man aufwächst</i> Gestaltung eines gesundheitsfördernden Gemeinwesens	Seite 15
2.2 <i>Die Präventionsstraße</i> Viel Bewegung und ausgewogene Ernährung für ein langes und gesundes Leben	Seite 18
2.3 <i>Gesundheit als Querschnittsaufgabe in der Kommune</i> Gesundheitsförderung im kommunalen Kontext erfordert eine andere Denkart	Seite 20
2.4 <i>Kommune, Land und Bund ziehen an einem Strang</i> Die Gesundheitsziele als Leitplanken der Gesundheitsförderung am Beispiel Thüringen	Seite 22
2.5 <i>Ernährung und Bewegung in der Kommune</i> Türöffner für konkrete Angebote der Gesundheitsförderung	Seite 24
2.6 <i>Auf der Präventionsstraße</i> Kommunale Akteure für Ernährung und Bewegung	Seite 26
2.7 <i>Anhang:</i> Quellen, Fachliteratur und Links	Seite 27

Kapitel 3: Ernährung und Bewegung in der Kommune.....Seite 28

3.1 <i>Von klein auf gut versorgt</i> Nachbarschaft, Quartier und Kieze: Angebote für Familien & Eltern	Seite 28
3.2 <i>Essen und Ernährung in der Kita</i> Qualifizierte Ernährungsbildung gelingt vernetzt besser	Seite 30
3.3 <i>Bildungshunger und Wissensdurst</i> Anknüpfungspunkte für Ernährungsbildung außerhalb des Unterrichts ..	Seite 32
3.4 <i>Die Kommune wird zur Genussregion</i> Das gesamte Lebensumfeld für die Ernährungsbildung nutzen	Seite 35

3.5	Stadt – Land – bewegt	
	Wie städtische Räume und Landschaft in die Bewegungsförderung passen	Seite 36
3.6	Sitzen bleiben? Ein gesundheitliches Risiko	
	Lange Sitzzeiten begünstigen Übergewicht besonders	Seite 37
3.7	Kitas in Schwung bringen	
	Bewegungseinheiten, freies Spiel und neue Partner	Seite 38
3.8	Bewegung in die Schule bringen	
	Vom Schulweg bis zur Klassenreise – Potenziale für die Alltagsbewegung in der Schule	Seite 40
3.9	Starke Sportvereine – starke Kommunen	
	Neue Perspektiven für die Stadtentwicklung	Seite 43
3.10	Spiel, Platz und ...?	
	Leitplanung Spiel- und Bewegungsräume in Mülheim (Ruhr)	Seite 45
3.11	Anhang:	
	Quellen, Fachliteratur und Links	Seite 48
Kapitel 4: In Netzwerken arbeiten		Seite 51
4.1	Voraussetzungen für den Netzwerkaufbau	
	Merkmale von strategisch arbeitenden Netzwerken	Seite 52
	Die drei Phasen des Netzwerkaufbaus	Seite 53
	Hemmende und fördernde Faktoren beim Netzwerkaufbau	Seite 55
	Gemeinsame Ziele festhalten: Leitbilder & Co.	Seite 56
4.2	Netzwerke und Kommune	Seite 57
	Ressortübergreifende Arbeit in der Verwaltung – ein Beispiel	Seite 57
	Die Kommunalverwaltung ins Boot holen: Viele Wege führen zum Ziel.	Seite 59
4.3	Gute Beispiele aus der Praxis	
	Ein Einblick in die Angebote von „Regionen mit peb“	Seite 60
4.4	Methoden für die Netzwerkarbeit	
	Kerngeschäft: Alle unter einen Hut bringen – wie gelingt das?	Seite 62
4.5	Das Portal www.vernetzt-vor-ort.de	
	Akteurslandschaften sichtbar machen, Partnerauswahl erleichtern	Seite 64
4.6	Sitzung, Tagung, Arbeitsgruppe	
	Veranstaltungsformate in der Netzwerkarbeit	Seite 65
4.7	Miteinander und gemeinsam kommunizieren	
	Informationen verteilen: eine Hauptaufgabe des Netzwerkkoordinators ..	Seite 67
	Netzwerke öffentlich präsentieren	Seite 68
4.8	Anhang:	
	Quellen, Fachliteratur und Links	Seite 70
4.9	peb: print & online	Seite 71

Kapitel 1: Impulse für ein gesundes Aufwachsen

Regionen mit peb

Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen, ist eine der wichtigsten Herausforderungen unserer Zeit. Die Verhältnisse, in denen Kinder aufwachsen, spielen dabei eine entscheidende Rolle. Zentrale Aufgabe ist es deshalb, das Lebensumfeld von Kindern gesundheitsfördernd zu gestalten. Für einen gesunden Lebensstil sind eine ausgewogene Ernährung und viel Bewegung wichtige Voraussetzungen. Denn es geht um die Gesundheit und um die Entwicklungschancen unserer Kinder und Jugendlichen. Die Schaffung gesundheitsfördernder Lebenswelten bedarf der Beteiligung vieler unterschiedlicher Institutionen und Personen, die den Alltag unserer Kinder prägen. Keiner von ihnen kann alleine die Verantwortung dafür tragen. Diese ge-

meinschaftliche Arbeit sollte daher nicht nur im Elternhaus, sondern auch im direkten Umfeld Wirkung zeigen: in der Region, im Stadtteil, in der Kommune und den Institutionen, die an Bildung, Betreuung, Ernährung und Bewegung beteiligt sind.

Für viele Fachkräfte und Institutionen der Gesundheitsförderung stellen der Nationale Aktionsplan IN FORM und seine Projektpartner bereits gute Materialien und Bildungsangebote bereit, die in der Regel erfordern, dass zur Umsetzung mehrere Partner miteinander arbeiten und sich vernetzen. Einer dieser Partner ist die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. mit ihrem Projekt „Regionen mit peb“, das aus Mitteln des Nationalen Aktionsplans gefördert wird. ■



1.1 Das Projekt „Regionen mit peb“

Unterstützung zur Vernetzung: gemeinsam für ein gesundes Aufwachsen

Kinder, die früh an einen gesunden Lebensstil herangeführt werden haben die besten Chancen, zu gesunden Erwachsenen heranzuwachsen. Eine ausgewogene Ernährung, viel Bewegung und seelisches Wohlbefinden als Grundpfeiler eines gesunden Lebensstils sind dafür wichtige Voraussetzungen. Aus dem Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS, 2006) weiß man jedoch, dass in Deutschland 15 bzw. 6,3 Prozent der Kinder und Jugendlichen Übergewicht bzw. Adipositas aufweisen. Zwar scheint der Trend steigender Prävalenzzahlen laut einer Studie zu Einschulungsuntersuchungen von Wabitsch (2011) gebrochen zu sein. Ein hohes Niveau

der Übergewichtszahlen und eine weitere Zuspitzung der Situation bei Adipositas zeigen jedoch, dass es keine Entwarnung gibt. Die Prävalenzzahlen für Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter sind nach wie vor zu hoch und die angestoßenen Präventionsinitiativen und Steuerungsprozesse immer noch notwendig.

Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen, bleibt damit auch in Zeiten des demographischen Wandels eine der wichtigsten Herausforderungen. Zentrale Aufgabe ist es deshalb, das Lebensumfeld von Kindern insgesamt gesundheitsförderlich zu gestalten.

Die Prävention von Übergewicht ist damit eine gemeinschaftliche Aufgabe, die insbesondere in ihrem direkten Umfeld Wirkung zeigen muss: in der Region, im Stadtteil, in der Kommune. Kooperationen und Vernetzung sind dafür unerlässlich. Auf der kommunalen Ebene liegt auch der Ansatzpunkt von „Regionen mit peb“. Das Projekt setzt dort an, wo die Menschen leben, lernen, spielen, sich bewegen, essen und trinken: in den Kommunen. Dabei geht es jedoch nicht um die Erprobung neuer, gesundheitsförderlicher Modelle für einzelne institutionelle Settings, wie Kindertagesstätten oder Schulen. Sondern es geht um die Förderung von

in FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

**Regionen
mit peb**

Eine grobe Übersicht über die Reichweite von "Regionen mit peb" gibt die Deutschlandkarte mit den Beratungsschwerpunkten der letzten Jahre.





Vernetzung und den Aufbau tragfähiger Kooperationen auf der Basis erprobter Konzepte und Modelle der Setting bezogenen Gesundheitsförderung. Diese Erfolgsmodelle gilt es zu identifizieren und zu verbreiten.

Das Vernetzungsprojekt

Die Erfahrungen von „Regionen mit peb“ seit dem Jahr 2008 haben jedoch gezeigt, dass es häufig an der geforderten Vernetzung der Akteure fehlt. Institutionelle Schranken und fehlende Möglichkeiten der Fachkräfte in den Institutionen und Verwaltungen verhindern viel zu oft eine zielorientierte, strategische Vernetzungsarbeit.

Mit dem Projekt „Regionen mit peb“ verfolgt die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. das Ziel, kommunale Akteure aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Kindergesundheit bei ihrer Vernetzung so zu unterstützen und zu qualifizieren, dass die Förderung eines gesunden Lebensstils als Querschnittsthema allen Kindern zu Gute kommen kann. Es geht darum, die funktionierenden Ansätze vor Ort zu identifizieren, diese miteinander zu verbinden und kontinuierlich voneinander lernen zu lassen.

Hierfür stellte „Regionen mit peb“ eine breite Palette an Unterstützung zur Verfügung, die von der Vor-Ort-Beratung, der Durchführung von Fachtagungen und Workshops über die Hilfe zur Öffentlichkeitsarbeit bis zu thematischen

und konzeptionellen Arbeiten reicht. Dabei galt das Prinzip: Nicht allen das gleiche Konzept „überzustülpen“, sondern jeder Kommune maßgeschneidert das zu bieten, was sie braucht. Entsprechend war die Nachfrage nach den Services und Angeboten in den Kommunen sehr unterschiedlich. Einige Ratsuchende benötigten ausschließlich Expertenkontakte, gute Beispiele oder Fachliteratur. Andere Interessierte haben ein Konzept für Vernetzungsmöglichkeiten in der Region, individuell recherchierte Adressen und Projektideen erhalten und sich selbst auf den Weg in die Umsetzung begeben. Fortbildungstipps von Drittanbietern, Fachvorträge durch das Projektteam oder die Teilnahme an den gefragten Workshops und Fachtagungen von „Regionen mit peb“ waren eine weitere Säule der Vernetzungsförderung. Dabei hat „Regionen mit peb“ ausdrücklich die Beteiligung an Landeskampagnen oder Setting bezogenen Modellen unterstützt. Einige Praxisbeispiele finden Sie auf den Seiten 57 & 61ff.

Häufige Hindernisse, die für das Funktionieren kommunaler Netzwerke überwunden werden müssen:

- › Unwissenheit über Ressorts und Strukturen,
- › „Angst“, Vernetzung ist unüberschaubar und nicht lenkbar,
- › Nachholbedarf bzgl. Methoden der Netzwerkarbeit,
- › vorwiegend projektorientiertes Arbeiten statt strukturveränderndes Denken,

- › Mehrwert der Zusammenarbeit wird nicht gesehen, sondern die zusätzliche Arbeit befürchtet,
- › Konkurrenzdenken zwischen Personen und/oder Ressorts,
- › Ressortzuständigkeit oft wichtiger als das Thema,
- › Gesundheitsförderung wird als isoliertes Thema gesehen,
- › Gesundheit nicht im Fokus der Verwaltungsspitze,
- › Ressorts mit geringem Budget haben eine schwache Stellung,
- › Finanzierungs- & Versicherungsfragen.

Der wissenschaftliche Hintergrund

Die KiGGS-Daten von 2006 haben gezeigt, dass die Zahl der übergewichtigen Kinder in den vorangegangenen 20 Jahren um die Hälfte gestiegen ist. Aber nicht nur mehr Kinder sind übergewichtig, sondern die Kinder werden auch immer schwerer. Neuere Studien, wie die der Arbeitsgruppe von Prof. Wabitsch an der Universität Ulm, zeigen, dass die Zahl der übergewichtigen Einschüler stagniert. Mehr als 600.000 Untersuchungsergebnisse von Schulanfängern in allen Bundesländern wurden begutachtet. Dabei zeigte sich, dass fast überall ein leichter Rückgang zu verzeichnen ist. Prävention und die Förderung eines gesunden Lebensstils verlieren damit jedoch nicht an Bedeutung – die Prävalenz von Übergewicht bei Kindern ist nach wie vor sehr hoch.



Die IDEFICS Studie (Identification and Prevention of Dietary and Lifestyle Induced Health Effects in Children and Infants) ist eine der größten europäischen Studien, die sich mit Übergewicht und assoziierten Erkrankungen bei Kindern im Alter von 2-10 Jahren beschäftigt. Ein Ergebnis der Studie ist, dass die Hinwendung zu einem gesunden Lebensstil durch eine gesunde Umgebung unterstützt werden muss. Alle Interessengruppen – Wissenschaftler, Gesundheitsfachkräfte, Entscheidungsträger, Interessenvertreter und Konsumenten – müssen zusammenarbeiten, damit Maßnahmen wie das IDEFICS-Projekt funktionieren können.

Nicht zuletzt gibt das EU-Programm Healthy Cities Hinweise und Empfehlungen für die zukünftige Unterstützung eines aktiven Lebensstils der Bevölkerung durch städtische Maßnahmen. Aus der

Evaluation vieler Gesunder Städte lässt sich ablesen, dass Kommunen voraussichtlich integrierte Strategien zur Förderung eines aktiven Lebensstils haben werden und die ressortübergreifende Zusammenarbeit üblich und verbreitet sein wird. Ebenso erscheint es plausibel, dass Kommunen die Methode des „Health impact assessments“ für die Stadtplanung nutzen werden.

Insgesamt gibt es jedoch bisher kaum Studien, die einen tatsächlichen Zusammenhang zwischen vernetzter Arbeit und Gesundheit für Kinder erhoben haben. Dennoch besteht in der Fachwelt Konsens, dass nur eine ineinandergreifende Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit erfolgreich ist. So beweisen Studien, dass mehrdimensionale Ansätze wesentlich erfolgreicher sind, als eindimensionale. Hierzu braucht es jedoch die Zusammenarbeit verschiedener Akteure. Das Netzwerk ist als offene Struktur dafür geeignet,

unterschiedliche Partner aus unterschiedlichen Institutionen zu verbinden. Ebenso ist man sich in der Praxis und Wissenschaft einig, dass die Verhältnisprävention bei der Entscheidung für einen gesunden Lebensstil eine entscheidende Rolle spielt. Die Verhältnisse, in denen Kinder aufwachsen, beeinflussen daher auch ihre Gesundheit und ihr späteres Gesundheitsverhalten. ■

Quellen und weitere Informationen:

- › Die Nationale Verzehrsstudie: **www.was-esse-ich.de**
- › Robert Koch-Institut (Hrsg.): Überblick über Kennzahlen und Charakteristika des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS). Berlin, 2006, Folie 13, 19
- › KiGGS-Studie: **www.kiggs.de**
- › KiGGS-Teilstudie Motorik & Bewegung: **www.motorik-modul.de**
- › KiGGS-Teilstudie BELLA: **www.bella-study.org**
- › KiGGS-Teilstudie EsKiMo (Essen & Trinken): **www.rki.de/eskimo**
- › KiGGS-Teilstudie Umweltgesundheit: via **www.umweltbundesamt.de**
- › The IDEFICS Intervention Toolbox – A Guide to Successful Obesity Prevention at Community Level, S. 38
- › IDEFICS-Studie online: **www.ideficsstudy.eu**
- › The New York Academy of Medicine: Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine, Johan Faskunger: Promoting Active Living in Healthy Cities in Europe, June, 15th, 2012

› Projektsteckbrief „Regionen mit peb“

Träger: Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)

Finanzierung: BMELV / Mittel des Nationalen Aktionsplans IN FORM aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestags.

Laufzeiten: Phase I 2008-2010; Phase II 2010-2012

Medien & Kommunikation:

- › **www.regionen-mit-peb.de**
- › **www.vernetzt-vor-ort.de**
- › Twitter und andere social media-Kanäle
- › E-Mail- und Telefonberatung
- › Vor-Ort-Beratung
- › Arbeitshilfen und Checklisten



- › Moss A., Wabitsch M., Kromeyer-Hauschild K., Reinehr T., Kurth BM.: Prevalence of overweight and adiposity in German school children. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz 2007 Nov; 50(11): 1424-31
- › Studie zur Prävalenz von Übergewicht bei Schulanfängern: via www.dgkj.de

Eine Übersicht über die wissenschaftlichen Grundlagen des Nationalen Aktionsplans sowie zu weiteren wissenschaftlichen Arbeiten

und Studien im Kontext von Übergewichtsprävention und Vernetzung finden Sie unter www.regionen-mit-peb.de/wissenschaft.html

1.2 Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V.

Das Bündnis zur Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen

Die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb) vereint Mitglieder aus allen relevanten gesellschaftlichen Bereichen, die sich für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil bei Kindern und Jugendlichen einsetzen. Ihr Ziel ist es, der Entstehung von Übergewicht vorzubeugen. Als gemeinsame Initiative von öffentlicher Hand, Wissenschaft, Wirtschaft, Medizin und Zivilgesellschaft bildet peb mit ihren mehr als 100 Mitgliedern ein in Europa einzigartiges Netzwerk. Seitens der öffentlichen Hand unterstützen die Bundesregierung und sechs Landesregierungen. Das 2004 gegründete Netzwerk peb bietet somit beste Voraussetzun-

gen für eine staatlich-zivilgesellschaftliche Partnerschaft.

peb versteht sich als offenes Angebot zur partnerschaftlichen Zusammenarbeit, damit sind auch neue Mitglieder eingeladen, bei peb mitzuwirken. Viele der Mitglieder sind neben ihrem Engagement für peb mit eigenen Projekten und Initiativen für einen gesunden Lebensstil mit mehr Bewegung und ausgewogener Ernährung aktiv.

Prävention vor Therapie

Einmal übergewichtige Kinder tragen ein hohes Risiko, auch als Erwachsene übergewichtig zu bleiben. Sind Übergewicht oder

Adipositas erst einmal entstanden, so sind die Erfolge einer Therapie zur Gewichtsreduktion leider gering – und vor allem nur selten von Dauer. Der frühen Prävention kommt daher im Kampf gegen Übergewicht die Schlüsselrolle zu. Der multifaktoriell bedingten Übergewichtsentwicklung kann nur ein Bündnis aus Partnern entgegenwirken, die in allen Bereichen der kindlichen Lebenswelt Verantwortung tragen.

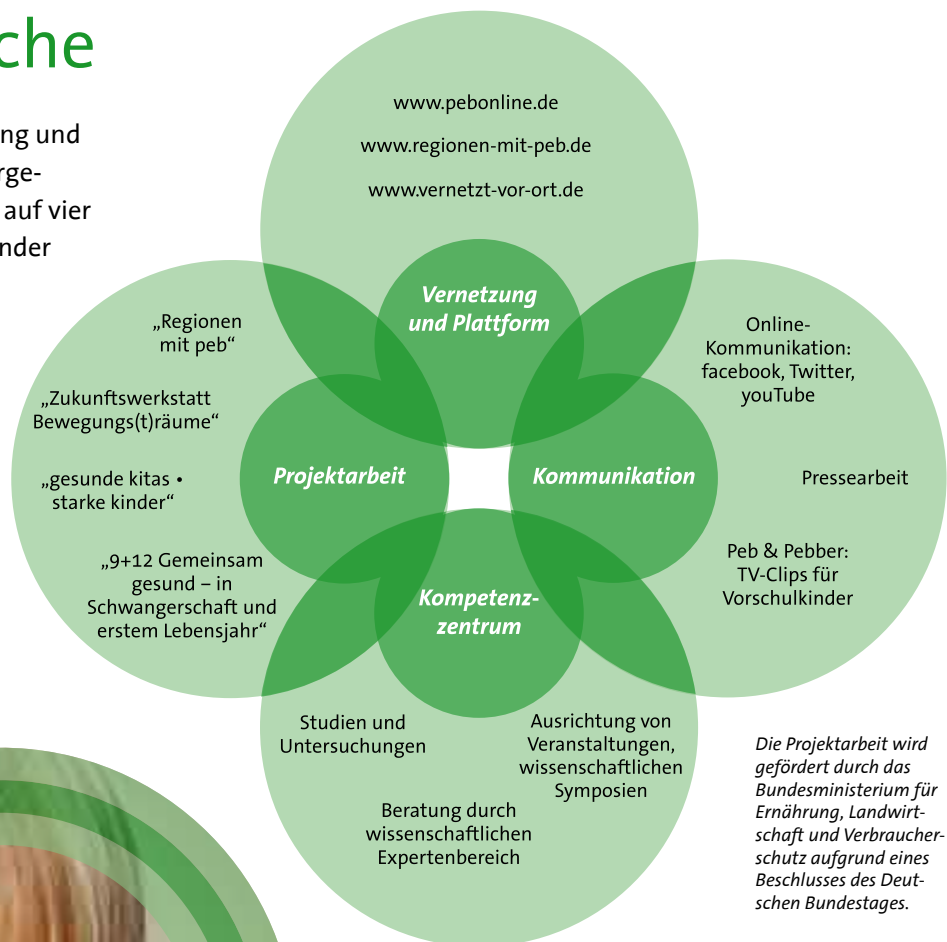
Vor diesem Hintergrund hat peb einen präventiven und mehrdimensionalen Lösungsweg gewählt. ■

Arbeitsbereiche

Die Arbeit der Plattform Ernährung und Bewegung mit dem Ziel der Übergewichtsprävention fokussiert sich auf vier Arbeitsbereiche, die eng miteinander verzahnt sind.



plattform
ernährung und
bewegung e.v.



Die Projektarbeit wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.



1.3 Der Nationale Aktionsplan IN FORM

Deutschlands Initiative für mehr Bewegung und gesunde Ernährung

Bewegungsmangel auf der einen, Essstörungen und Mangelernährung auf der anderen Seite – verschiedene, repräsentative Studien wie der Bundesgesundheitsurvey 1998, der Kinder- und Jugendgesundheitsurvey 2006 (KiGGS), die Nationale Verzehrsstudie II 2007 sowie die regelmäßige Gesundheitsberichterstattung des Bundes weisen darauf hin, dass die Förderung eines gesunden Lebensstils mit ausgewogener Ernährung und mehr Bewegung eine wesentliche Komponente zur Übergewichtsprävention ist. Vor diesem Hintergrund hat die Bundesregierung den Nationalen Aktionsplan IN FORM – „Deutschlands Initiative für mehr Bewegung und gesunde Ernährung“ ins Leben gerufen.

Gesundheit ist jedoch nicht nur Voraussetzung für das individuelle Wohlbefinden, Lebensqualität und Leistungsfähigkeit, sondern sie ist auch ein Wirtschafts- und Standortfaktor. In Deutschland und den meisten Industrienationen nehmen jedoch Krankheiten zu, die durch eine andauernde unausgewogene Ernährung und zu wenig Bewegung begünstigt werden.

Ziele des Nationalen Aktionsplans

Mit dem Nationalen Aktionsplan will die Bundesregierung seit dem Jahr 2008 erreichen, dass Kinder gesünder aufwachsen, Erwachsene gesünder leben und alle von einer höheren Lebensqualität und mehr Leistungsfähigkeit profitieren. Ziel ist es, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern.

- › Positive Ansätze für gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung werden gebündelt und auf gemeinsame Ziele ausgerichtet. Die Umsetzung wird regelmäßig überprüft.

- › Es werden Strategien und Maßnahmen entwickelt, die das individuelle Verhalten einbeziehen und die regionale und nationale Ebene berücksichtigen.
- › Es werden Strukturen geschaffen, die es Menschen ermöglichen, einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu führen.

Bis zum Jahr 2020 sollen sich das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Bevölkerung positiv verändern und lebensstilbedingte Krankheiten zurückgedrängt werden. Für diesen angestrebten Erfolg braucht es ein breites Bündnis: Zu den Akteuren von IN FORM zählen Länder und Kommunen sowie Verbände und Initiativen. Um nachhaltige und dauerhafte Änderungen zu bewirken, fördert die Bundesregierung daher Initialmaßnahmen wie die Einrichtung der Vernetzungsstellen Schulverpflegung oder die Zentren für Bewegungsförderung sowie Projekte wie den aid-Ernährungsführerschein oder „Regionen mit peb“. Zum anderen werden mit einer bundesweiten Kampagne die Ziele des Nationalen Aktionsplans breit kommuniziert. Der Nationale Aktionsplan versteht sich dabei als stetiger Prozess und lernendes System (vgl. Nationaler Aktionsplan IN FORM). ■

Gefördert durch:



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

IN FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

› IN FORM im Netz:

- www.in-form.de
(Bürgerportal)
- www.in-form.de/profiportal/
(für Fachkräfte)



Kapitel 2: Lebenswelten gestalten

Gesundes Aufwachsen ermöglichen

Die kommunale Organisation entlang von funktionalen Ressorts oder den etwas weiter gefassten Fachbereichen mag fiskalisch und fachlich gut strukturiert sein. Komplexere Zusammenhänge und ressortübergreifende Aufgaben wie beispielsweise die öffentliche Gesundheitsförderung, können durch diese Struktur nicht immer optimal bearbeitet werden. Es fehlt häufig eine Kultur der ressortüber-

greifenden Arbeit, die auch die nachgeordneten und subsidiären Angebote bei der Bewältigung gemeinsamer Aufgaben unterstützt. Die folgenden Abschnitte behandeln daher beispielhaft Ideen und Möglichkeiten zur vernetzten und fachbereichsübergreifenden Arbeit auf kommunaler Ebene. ■



2.1 Da, wo man aufwächst

Gestaltung eines gesundheitsfördernden Gemeinwesens Prof. Dr. Eberhard Göpel

Gesundheitsförderung im Sinne der Ottawa-Charta der WHO will Bedingungen gesundheitlichen Wohlbefindens in den Lebenswelten des Alltags erfahrbar machen und Menschen ermutigen, sich als kreative GestalterInnen der Rahmenbedingungen für ein nachhaltiges Wohlbefinden in lokalen Gemeinschaften zu engagieren.

Gesellschaftlich wird dabei gegenwärtig bewusst, dass dies eine lebensbegleitende Aufgabenstellung ist, die sich vom „Gesund Aufwachsen“ bis zum „Gesund Altern“ erstreckt, denn die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für ein gelingendes Leben in Gesundheit müssen im 21. Jahrhundert neu bestimmt und gesichert werden.

Es gibt vielfältige Ansatzpunkte, von denen aus ein gesünderes Aufwachsen von Kindern im kommunalen Lebensraum unterstützt werden kann. Vorgestellt werden hier dabei zahlreiche Orte und Gelegenheiten gesundheitsfördernder Ernährungsbildung und Möglichkeiten und Anlässe gesundheitsfördernder Bewegung im Alltag, die zur Nachahmung anregen.

Die Vielfalt möglicher Aktivitäten erzeugt aber häufig auch Verständigungsprobleme bei den AkteurInnen hinsichtlich der Herangehensweisen, der Kompetenzen und Verantwortungen sowie der Reichweite angestrebter Veränderungen des öffentlichen Lebensraumes. Eine diesbezügliche Qualifizierung für kommunale Akteure wäre ein richti-

ger Schritt, die komplexen Anforderungen von Gesundheitsförderung und Prävention gemeinsam zu lösen.

Wohlbefinden im Alltag als Ziel kommunaler Gesundheitsförderung

Ein zentraler Zugang ist die Verständigung über die Bedingungen von Wohlbefinden im Gemeinwesen. Wir können dabei lernen, nicht nur mit uns selbst achtsamer umzugehen, sondern auch mit den anderen Menschen, denen wir in unserem Alltag begegnen. Wir können lernen, Verhalten und Veränderung bei uns selbst und in unserer Umwelt in ihrer Dynamik zu verstehen, und wir können dieses Wissen nutzen, um Gemeinschaften und Organisationen als von Menschen gemachte und zu verantwortende soziale Strukturen so zu gestalten, dass sie der Gesundheit der Beteiligten zuträglich werden. Wir können auch das Wissen darüber, was zu einem funktionierenden Zusammenspiel einer gesundheitsfördernden Kommune sinnvoll und notwendig ist, in öffentlichen Erörterungen austauschen und zur gemeinschaftlichen Anwendung bringen.

„Gesundheit“ wird dabei nicht mehr als ein Ding behandelt, das einfach herzustellen und zu kaufen ist, sondern im Sinne Immanuel Kants als eine „regulative Leitidee“ für die Gestaltung

unseres Lebens im Bemühen um anhaltendes soziales Wohlbefinden.

Gesundheitsförderung durch eine öffentliche Kultur des Wohlbefindens

Für die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden lassen sich verschiedene Wahrnehmungs- und Handlungshorizonte identifizieren: Das Gespür für Wohlbefinden im eigenen Körper ist z. B. ein wichtiger Ausgangspunkt, bei dem unmittelbar erlebbar werden kann, wie eng eigene innere und fremde äußere positive und negative Bewertungen mit unserer Selbstwahrnehmung verbunden sind. Bei Kindern verfestigt sich diese Erfahrung häufig zu einer lebensprägenden Haltung. In einem erweiterten Horizont des Wohlbefindens werden dabei auch die sozialen Wechselbeziehungen mit Familienangehörigen, FreundInnen, Nachbarn, ArbeitskollegInnen und anderen vertrauten Personen deutlich. Der Austausch mit ihnen bestimmt maßgeblich unser Selbst-





bewusstsein – sowohl in einem ermutigenden als auch in einem einschränkenden Sinne.

Zunehmend lassen wir uns von Medien mit ihren Moden und Rollenbildern in unseren Arbeits- und Sozialbeziehungen sowie in unserem Lebensgefühl verunsichern oder stärken.

Wenn jedoch der Blick für die Wechselwirkungen zwischen äußeren, realen sozialen Einflüssen und innerem Empfinden und körperlichen Reaktionen geschärft ist, entsteht auch eine höhere Sensibilität für die Wechselwirkungen im Austausch mit unseren jeweiligen Umgebungsbedingungen: Zum Beispiel wirkt das, was wir uns beim Essen und Trinken einverleiben in uns und wird ein Teil von uns. Ebenso lassen sich beispielsweise die Wirkungen von Luftverschmutzung, (Un-)Ordnung oder Medien in diesen Kontext negativ oder positiv einordnen. Gesundheitsförderung ist in dieser Perspektive ein Programm zur Gestaltung von Umwelten und Lebensweisen, die gesundheitliches Wohlbefinden und Wohlergehen erzeugen können.

Die dabei zu gewinnende Erkenntnis ist durchaus tröstlich: Vieles von dem, womit wir uns im Alltag umgeben, ist entbehrlich. Die Besinnung auf wesentliche Bedürfnisse kann helfen, gemeinsam zu einer

Definition zu kommen, was und wie als kleinster gemeinsamer Nenner für Wohlbefinden und (Über-)Leben für die Daseinsvorsorge notwendig ist: Wasser, Lebensmittel, Mobilität, Energie, soziale Anteilnahme, Medizin etc. Aus der Tradierung sind über viele Jahrhunderte hinweg tragfähige Lebensgemeinschaften in Form des „Oikos“, des großen Hofes und Haushaltes, des Dorfes und später der Städte entstanden.

In der europäischen Tradition waren die Städte und Gemeinden die Basis für die Gestaltung eines freiheitlichen Zusammenlebens. Marktplatz, Gasthaus, Rathaus, Kirche und Friedhof waren die Merkmale eines freien Gemeinwesens, das den BürgerInnen eine tragende und identitätsbildende Zugehörigkeit und Heimat ermöglichte. Mit zunehmendem Wohlstand kamen im 19. Jahrhundert noch vielfältige gemeinsame Einrichtungen hinzu, die die Lebensqualität und auch die Gesundheit der Menschen deutlich verbesserten: Schulen und Bibliotheken, Krankenhäuser und Heime, Sport- und Spielplätze, öffentliche Parks und Plätze zur Bewegung und Begegnung im Freien, aber auch hygienische Sanierungsmaßnahmen wie eine zentrale Wasserversorgung, Kanalisation und Reinigung der Abwässer, Lebensmittelüberwachung, Gewerbeaufsicht und kontrollierte Abfallbeseitigung sowie ökologische Mindest-Standards für den Bau von Wohnungen und für industrielle Arbeitsplätze waren gesundheitlich relevante Errungenschaften des 19. Jahrhunderts.

Anders statt mehr

Ein treibendes Motiv in den Generationen vor uns war es, empfundene Not und Mangel durch Steigerung des materiellen Wohlstandes zu beseitigen, damit „die Kinder es mal besser haben“. Im 21. Jahrhundert ist dieses Motiv in unserer Gesellschaft aber widersprüchlich geworden: Individualisierung und Globalisierung relativieren die Bedeutung familiärer und örtlicher Gemeinschaften. Viele Menschen haben ihr Gespür für ihre körperliche und psychische Selbstregulation verloren.

Dies zeigt sich auch in den hohen Zahlen übergewichtiger und adipöser Kinder und Erwachsenen sowie in der zunehmenden Zahl von Menschen mit Ess-Störungen, Sucht- und Abhängigkeitserkrankungen. Es entwickeln sich dabei vielfältige chronische Leiden und Erkrankungen, die gleichzeitig ökonomische Grundlage und Risiko des Gesundheitssystems geworden sind. Die Mehrheit der heutigen Behandlungsanlässe in Arzt-Praxen lässt sich inzwischen als sogenannte „Zivilisationskrankheiten“ und als „soziosomatische Leiden“ klassifizieren. Sie sind Folge einer anhaltenden Verfehlung eines aufmerksamen und liebevollen Umgangs mit den eigenen Bedürfnissen und mit dem eigenen Körper unter zunehmender sozialer Verunsicherung. Egal wie die ärztliche Diagnose lautet: Wir können in vielen Fällen unsere Schwächen selbst erschließen und Veränderungen zu unseren Gunsten anstreben.

Es gibt eine Chance, dass wir im 21. Jahrhundert lernen können, wie eine Organisation des Wirtschaftens und des Zusammenlebens aussehen kann, bei der gesundheitsfördernde, sozial integrierende und nachhaltige Lebensweisen in den Mittelpunkt gerückt werden.

Der Umfang der uns zur Verfügung stehenden Informationen und der Möglichkeiten, unser soziales und gesundheitliches Wohlbefinden im Alltag mit häufig einfachen, aber wirksamen Aktionen, Übungen und Initiativen zur Gestaltung öffentlicher Räume zu unseren und anderer Gunsten zu steigern, ist in den vergangenen Jahrzehnten deutlich gestiegen. Die Organisationen und „Settings“ des Alltagslebens im kommunalen Lebensraum haben sich dabei als die wirksamsten Ansatzpunkte für eine nachhaltige Gesundheitsförderung erwiesen, denn „Gesundheit entsteht und vergeht im Alltag der Menschen, dort wo sie leben und lieben, arbeiten und spielen“, wie es in der Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung der WHO anschaulich formuliert wurde.

Mit dem Programm der „Gesunden Städte“ hat die WHO daher bereits vor 20 Jahren ein europaweites Netzwerk von Städten initiiert, die sich eine gesundheitsfördernde Organisationsentwicklung zum Ziel gesetzt haben.

Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung

Eine unterstützende öffentliche Kommunikation, begleitende

Bildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen, lokale Fonds für Gemeinschaftsprojekte und die Förderung von neuen Infrastrukturen für vernetztes und kooperatives Handeln in den Städten und Gemeinden sind wesentliche Bestandteile einer wirksamen Gesundheitsförderungsstrategie auf der Ebene von Kommunen. Die Unterstützung eines kompetenzfördernden Engagements der BürgerInnen wird damit zu einer anspruchsvollen öffentlichen Aufgabe.

Hier sind nicht nur Kommunalverwaltungen, sondern auch Bildungseinrichtungen, lokale Medien, Wohlfahrtsverbände, Gewerkschaften, Kirchen und andere Organisationen mit Gemeinwohl-Interessen gefordert. Ein öffentlich gefördertes Qualifizierungs- und Tätigkeitsangebot für sorgende, pflegende, fördernde und planende Tätigkeiten und Verantwortungen gegenüber der sozialen Mitwelt und der natürlichen und technisch gestalteten Umwelt im kommunalen Rahmen wird künftig zu einem zentralen Merkmal einer bürgerorientierten Kommune werden.

Das Zutrauen, die Kreativität und der Mut dazu sind in den letzten Jahren in denjenigen Gemeinden deutlich gewachsen, in denen die BewohnerInnen sich entschlossen haben, sich für die Zukunft ihres Zusammenlebens zu engagieren. Durch einen offenen Ideen- und Erfahrungsaustausch und eine Vernetzung und Unterstützung der Akteure wachsen auch die Kompe-

tenz und die Reichweite gemeinsamer Planungen und Aktivität. Wir können einen Beitrag leisten, indem wir an der Entwicklung von Gemeinwesen arbeiten, die ihre grundlegenden Lebensbedürfnisse demokratisch und nachhaltig selbst erfüllen können.

Gefragt sind unser Mut, Erfahrungsreichtum und das Engagement, ein dauerhaftes, soziales und ökologisches Wohlbefinden in kommunalen Gemeinschaften in einer Weise zu ermöglichen, die mit den gleichen Lebensinteressen unserer Nachbarn auf der ganzen Welt vereinbar ist. ■

Kontakt und weitere Informationen:

Prof. Dr. Eberhard Goepel
Kooperationsverbund Hochschulen
für Gesundheit e. V.
c/o Alice Salomon Hochschule
Alice Salomon Platz 5
12627 Berlin

Tel. 030 99 24 52 48
goepel@hochges.de
www.hochges.de





2.2 Die Präventionsstraße

Viel Bewegung und ausgewogene Ernährung für ein langes und gesundes Leben

Prävention und Gesundheitsförderung werden noch

immer in einzelnen Maßnahmen und Projekten gedacht und umgesetzt. Vernetzung und fachbereichsübergreifende Arbeit werden dabei zwar häufig gefordert, aber selten funktionieren sie.

Das Bild einer Präventionsstraße hingegen lässt Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention vertikal und horizontal ineinandergreifen. Durch die verbesserte Koordination von Maßnahmen sowie die Abstimmung von Botschaften und Inhalten ließen sich jedoch deutliche positive Effekte für die Vorbeugung von Krankheiten erzielen. Mit der Präventionsstraße soll Gesundheit als gemeinsame Aufgabe in der Kommune wahrgenommen werden, an der sich jeder Einzelne und alle Institutionen gemeinsam beteiligen. Einer ähnlichen Philosophie folgt die Idee der kindbezogenen (Armut-)Präventionsketten, wie sie in NRW durch die systematische Entwicklung eines breit angelegten TrägerNetzwerkes forciert wird.

Vor diesem Hintergrund hat peb die Idee der Präventionsstraße entwickelt. Mit ihr ist eine Lebenslauf begleitende, vernetzte Umsetzung von Prävention als Querschnittsgedanke gemeint, der sowohl die individuelle Perspektive berücksichtigt als auch in den Institutionen bzw. Settings der jeweiligen Lebens-

phasen zum Tragen kommt. Sie verbindet einerseits die Übergänge zwischen Lebensphasen (vertikal) und sorgt andererseits für eine Vernetzung der Institutionen und Angebote (horizontal).

Die Präventionsstraße entlang der Lebensphasen

Die Präventionsstraße für Ernährung und Bewegung beginnt bereits bei der **Planung des Nachwuchses**. Denn bereits das Gewicht und der Gesundheitszustand der Mutter zum Zeitpunkt der Empfängnis wirken auf die kindliche Gewichtsentwicklung und die Gesundheitschancen des Kindes. werdende Eltern sind in diesem Zeitraum – vor allem bei ihrem ersten Kind – offen, ihr Verhalten zugunsten eines gesunden Lebensstils zu verändern. Frauenärzten, Hebammen sowie Kinder- und Jugendärzten bringen sie dabei besonderes Vertrauen entgegen. Damit bieten diese Akteure vielfältige Anknüpfungsmöglichkeiten für Gesundheitsförderung und Prävention für Eltern, die zum Beispiel in Kooperation mit Sportvereinen, Schwimmbädern, Familienzentren, Frühen Hilfen oder sogar kommunalen und regionalen Grünanlagen oder Schutzgebieten entwickelt werden können.

Mit dem Eintritt in das **Krippen- und Kindergartenalter** werden daran anschließend weitere Weichen für einen gesunden Lebensstil gestellt. Insbesondere die Vorbilder der Kinder, Eltern und Pädagogen, begleiten und prägen in dieser Zeit

den Lebensstil von Kindern – mit Wirkungen bis ins Erwachsenenalter hinein. Kinder erweitern in dieser Zeit mit ihren Bezugspersonen ihren Aktionsradius. Neben den Betreuungseinrichtungen werden Spielplätze, Parks, Familienzentren und vieles mehr relevant für das Aufwachsen, Leben und Lernen.

Im nächsten Schritt ist der **Übergang von der Kita in die Schule** eine besondere Herausforderung für das Gesundheitsverhalten, denn für die ersten beiden Grundschuljahre wird ein deutlicher Anstieg des Anteils übergewichtiger Kinder festgestellt. Eine Ursache hierfür kann der Wechsel zu dem unterrichtsbedingten Tagesrhythmus mit vermehrter körperlicher Inaktivität sein, der in der Freizeit keinen Ausgleich findet. Überspitzt formuliert: In der Schule sitzen die Kinder vor Lehrer und Tafel – in der Freizeit häufig vor Fernseher und Computer. Wege, Plätze, Straßen, Sportvereine, Schule, Jugendarbeit und -verbände können aber in dieser Lebensphase zunehmend selbstständiger erschlossen werden – vorausgesetzt sie sind dazu geeignet.

Mit dem Übergang in die **weiterführende Schule** nimmt der Einfluss des Elternhauses auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten ihrer Kinder ab – der Einfluss der Peergroup hingegen nimmt entsprechend zu. Auch das Ernährungs- und Bewegungsverhalten wird in diesen Jahren oft zur Abgrenzung gegenüber dem Elternhaus genutzt. Umso wichtiger ist

es, dass in den Jahren zuvor die Weichen richtig gestellt wurden. Mit der einsetzenden Pubertät entwickelt sich auch das Gesundheitsverhalten von Jungen und Mädchen unterschiedlich: Mädchen bewegen sich zum Beispiel im Teenageralter tendenziell weniger und treten häufiger aus den Sportvereinen aus, während Jungen eher zu unausgewogener Ernährung und ausuferndem Medienkonsum neigen. Über Angebote der Jugendarbeit, Sportvereine, Jugendorganisationen und mit vielen freizeitbezogenen Angeboten können hier Impulse und Anreize für einen gesunden Lebensstil auch in Kooperation mit Schulen gesetzt werden.

Studium und Berufseinstieg sind häufig Zeiten erhöhten Stresses und unausgewogener Ernährung. Hochschulen können in ihren Mensen das Verpflegungsangebot optimieren.

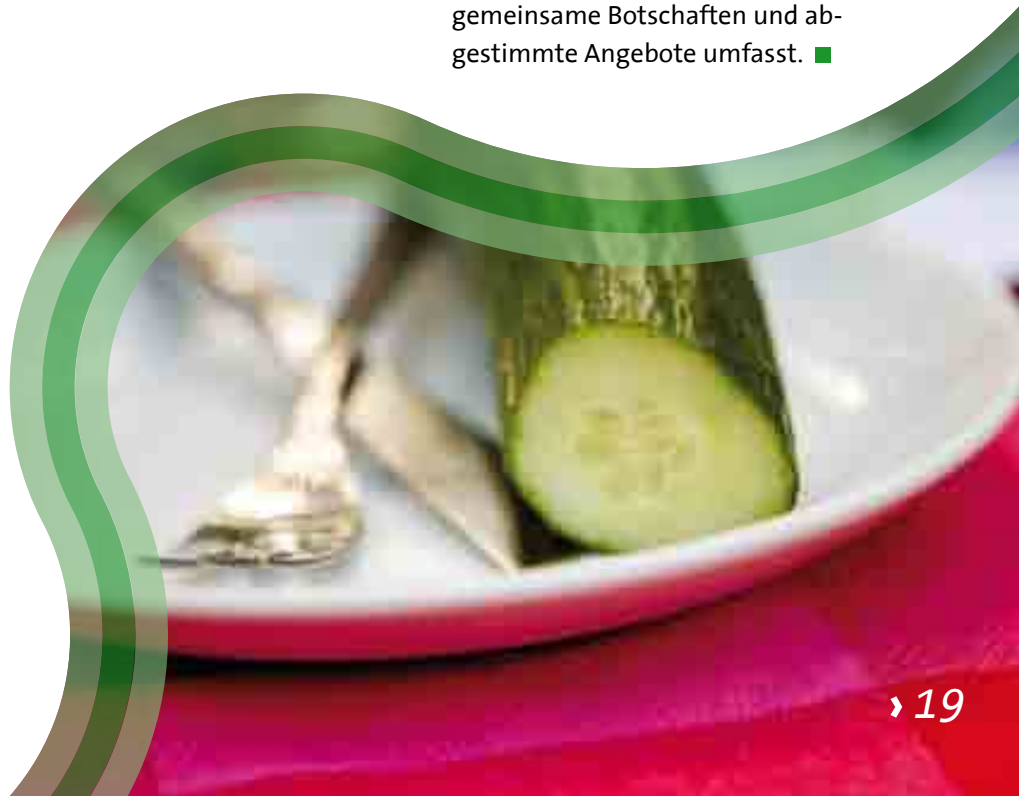
Mit der **Berufstätigkeit und der Familiengründung** werden betriebliche Gesundheitsvorsorgekonzepte und die Förderung der Vereinbarkeit von Berufstätigkeit und Familie zu Gunsten eines gesunden Lebensstils wichtig. Besondere Bedeutung kommt in dieser Zeit neben der Ernährung und der Bewegung daher auch der Stressbewältigung und Freizeitgestaltung zu. Privatwirtschaftliche Freizeit-, Bildungs- und Sportanbieter könnten hier neben den klassischen Sportvereinen eine tragende Rolle in der vernetzten Prävention spielen. Doch auch

Angebote der Jugend- und Sozialämter oder das Vorhandensein von Erholungs- und Sportflächen für die Bürger können in dieser Lebensphase von entscheidender Bedeutung für einen gesunden Lebensstil sein.

Im Sinne einer lebenslangen Präventionsstraße sollte auch der **Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand** gesundheitsförderlich begleitet werden. In dieser Lebensphase verringert sich der Energieverbrauch, so dass die Ernährungsweise aber auch das Bewegungsverhalten, entsprechend angepasst werden müssen. Nicht nur Senioreneinrichtungen sind hier gefragt, an der Gesundheitsförderung mitzuwirken. Beispielsweise können hier auch Großelterndienste, Volkshochschulen, Gastronomie oder Tourismusförderung eingebunden werden.

Präventionsstraßen gemeinsam entwickeln

Die Präventionsstraße kann dort ihre Wirkung am besten entfalten, wo die Menschen leben: in der Kommune. Um diese Straße „zu bauen“, bedarf es des Zusammenwirkens aller gesellschaftlichen Kräfte, die für jeweils unterschiedliche Settings und Lebensphasen Verantwortung tragen. Fachdienste und Ressorts der Verwaltungen in Kommunen und Landkreise haben den besten Überblick über bestehende Angebote, Träger und Einrichtungen ihrer Region. Erste Schritte zur Präventionsstraße sollten daher die Vernetzung der Ressorts, die Bedarfsanalyse und der Vernetzungsanstoß mit nichtkommunalen Einrichtungen, Trägern und Diensten sein. Auf diese Weise kann die Querschnittsaufgabe Gesundheitsförderung und Prävention zu einem echten Gemeinschaftsprojekt werden, das gemeinsame Botschaften und abgestimmte Angebote umfasst. ■



2.3 Gesundheit als Querschnittsaufgabe in der Kommune

Gesundheitsförderung im kommunalen Kontext erfordert eine andere Denkart

Ohne Zweifel, Kommunen befinden sich in einer angespannten Situation. Der demografische Wandel, die lokale Wirtschaftsentwicklung, die Forderungen nach Nachhaltigkeit, Ausbau von Ganztagschulen und Kinderbetreuung sind drängende Herausforderungen und Pflichtaufgaben vor dem Hintergrund meist leerer Kommunalkassen. Gesundheit als Querschnittsthema findet damit selten Platz. An dieser Stelle

soll es mit der "Querschnittsaufgabe" nicht um

Mehrausgaben oder eine Verwaltungsreform gehen.

Es geht vielmehr darum,

den Blick auf eine gesundheitsorientierte Kommunalentwicklung und Potenziale ressortübergreifender Arbeit zu lenken.

Zwar sind Gesundheitsverhalten, Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten in erster Linie eine private Angelegenheit. Gleichwohl ist die Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens eine Herausforderung für die gesamte Gesellschaft – nicht nur für das klassische Gesundheitswesen. Die Bedingungen für ein gesundes Aufwachsen und Leben finden in vielen Verwaltungsressorts und Politikbereichen, bei Organisationen, Vereinen und Wirtschaft Anknüpfungspunkte: von Stadtplanung über Grünanlagen bis zur Sportförderung oder den Bildungs- und Betreuungseinrichtungen. Ein Beispiel dieser vernetzten Denkweise soll Anregung bieten, Themenfelder für Gesundheit im kommunalen Kontext zu finden.

Verkehr – Mobilität – Bewegungsförderung

Zu wenig Bewegung in unserer Gesellschaft ist keine Frage von fehlenden Sportvereinen und Fitness-Studios. Es geht bei der Bewegungsförderung um die Rückgewinnung von Räumen für regelmäßige Alltagsbewegung und Spiel. Es geht auch um die Verbindung der bestehenden „Spiel- und Sportinseln“ untereinander und den Abbau von Mobilitätsschranken für den Fuß- und Radverkehr, die Verbindung von Einrichtungen

des öffentlichen Lebens mit den Wohnquartieren oder um Grünanlagen, deren Rasenflächen betreten werden dürfen, ein gutes Radwegnetz u. v. m.

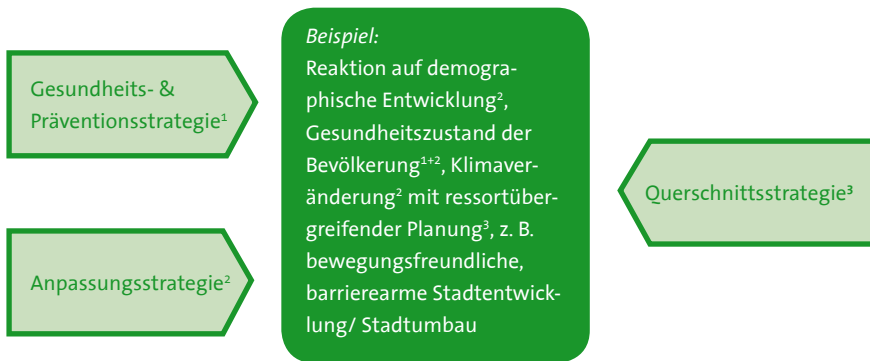
Das Bewegungsverhalten im Alltag ist entscheidend für die Gesundheit. So erhalten auch Anlagen für den Fußgänger-, Fahrrad- und Autoverkehr direkte gesundheitliche Relevanz. Ebenso sind der Zustand der Grünanlage, der Spielplätze oder die Taktung des ÖPNV gesundheitsrelevant. Denn Kommunen, die für attraktive, sichere und kurze Wege sorgen, fördern die Bewegung von Kindern und kommen Mobilitätsbedürfnissen anderer Altersgruppen entgegen. Mit der Bereitstellung von Spiel- und Sportplätzen, Sportunterricht und Sportförderung im Vereinsleben allein ist es nicht getan. Bereits die „Bewegungsförderung“ entwickelt sich unter diesem Blickwinkel zu einer ressortübergreifenden Aufgabe, die stadtplanerische, wirtschaftsfördernde und umweltschützende Aspekte integrieren kann.

Eine gesundheitsbezogene Kommunalpolitik kann damit mindestens Ideen, wenn nicht auch Lösungen für mehrere Aufgaben gleichzeitig liefern. Eine professionell moderierte und partizipativ angelegte Vernetzungsstrategie ist damit fast unumgänglich für die Kommunen, die Gesundheit als zukunftsweisenden Standortfaktor in ihre strategischen Planungen einbeziehen. Und diese Philosophie bietet nicht nur gesundheitliche

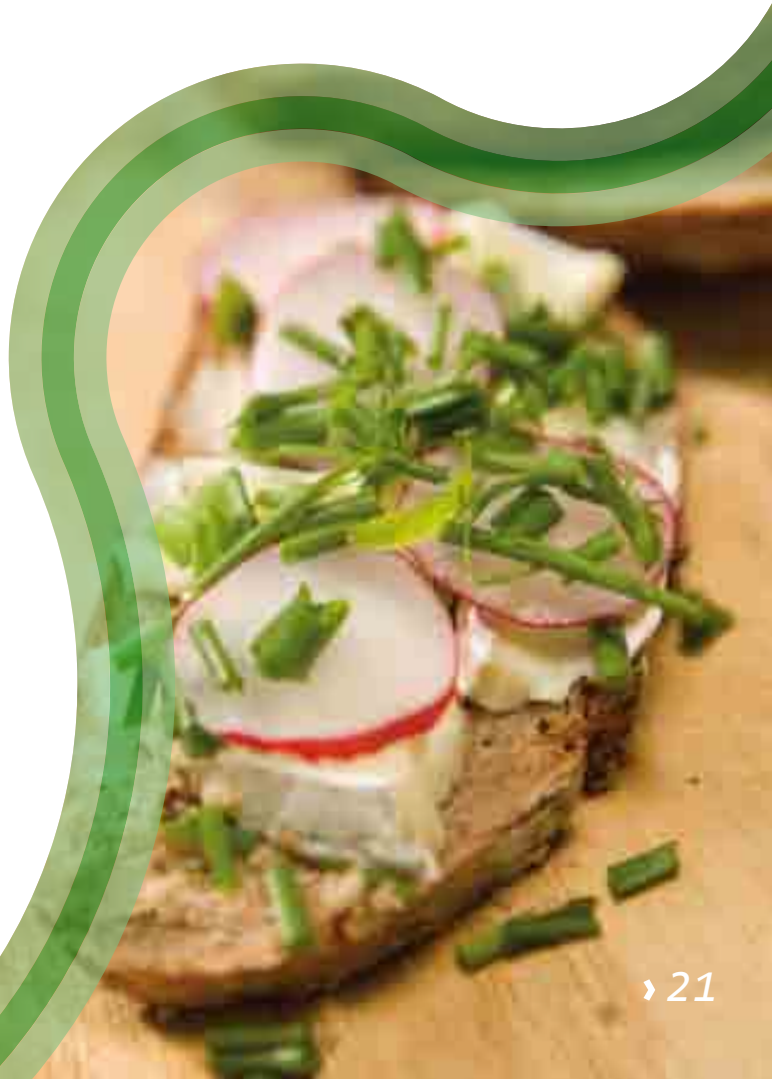


Kommunale Unterschiede erfordern ortsspezifische Gesamtstrategien

Die Anpassungsstrategie reagiert auf (mittelfristig) unumkehrbare Entwicklungen. Präventionsstrategien verbinden demographische mit gesundheitsförderlichen und familienfreundlichen Konzepten. Die Querschnittsstrategie stellt die Balance zwischen beiden Strategien her und definiert den Lösungsweg verwaltungsressortübergreifend (in Anlehnung an Bertelsmann Stiftung, 2005, S. 50).



Vorteile: Weniger Verkehr kann z. B. geringere Unfallzahlen und weniger Luftbelastung durch Verkehr (z. B. durch Einkaufsverkehr, „Elterntaxis“ vor Schulen) nach sich ziehen. Ein instand gesetzter Park, eine neue Tempo-30-Zone oder ein neuer Zebrastreifen ist neben den Effekten für die Gesundheit ein kommunaler Beitrag zur Reduzierung der Luftverschmutzung, zur Förderung des touristischen Wertes oder für sicher erreichbare Erholungs- und Spielräume für Familien mit Kindern. ■



2.4 Kommune, Land und Bund ziehen an einem Strang

Die Gesundheitsziele als Leitplanken der Gesundheitsförderung am Beispiel Thüringen
Constance Planert, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V. – AGETHUR



In unserem stark gegliederten bundesdeutschen Gesundheitssystem ist eine gemeinsame Zielorientierung Grundvoraussetzung, um den Herausforderungen der Zukunft wirkungsorientiert begegnen zu können. Gesundheitsziele.de ist der Kooperationsverbund zur Weiterentwicklung des nationalen Gesundheitszieleprozesses, in dem seit dem Jahr 2000 unter Beteiligung von Bund, Ländern und Akteuren des Gesundheitswesens gemeinsam sieben Gesundheitsziele entwickelt und Maßnahmen zur Zielerreichung empfohlen werden. Zwei nationale Ziele befassen sich, über die Themen Ernährung und Bewegung, mit der Prävention von Übergewicht bzw. mit der Förderung eines gesunden Lebensstils:

- › Diabetes mellitus Typ 2: Erkrankungsrisiko senken, Erkrankte früh erkennen und behandeln (2003),
- › Gesund aufwachsen: Lebenskompetenz, Bewegung, Ernährung (2003; Aktualisierung 2010).

Die Entwicklung von Gesundheitszielen basiert auf gesicherten Erkenntnissen, wie z.B. Daten und Bedarfen, aus denen sich Empfehlungen und Maßnahmenbündel ableiten lassen. Die Arbeit an und mit Gesundheitszielen ist

damit ein nachhaltiger und auf Langfristigkeit angelegter Prozess, basierend auf verbindlichen Vereinbarungen aller beteiligten Akteure. Die im Konsens erarbeiteten und getragenen Gesundheitsziele von Politik, Kostenträgern, Leistungserbringern, Selbsthilfe und Patientenorganisationen, Wissenschaft und Forschung ermöglichen den hierzu notwendigen fachübergreifenden Austausch.

Zusätzlich zu den Gesundheitszielen auf Bundesebene haben alle Bundesländer ihre spezifischen Gesundheitsziele oder prioritäre gesundheitspolitische Handlungsfelder. Am Beispiel des Bundeslands Thüringen zeigt sich, wie diese übergeordneten Ziele auf die kommunale Ebene heruntergebrochen werden können.

Der Thüringer Gesundheitszieleprozess

Thüringen greift neben der Bearbeitung krankheitsbezogener Zielstellungen ein Strukturziel „Entwicklung von bedarfsgerechten und qualitätsgesicherten Strukturen und Angeboten der Gesundheitsförderung“ auf. Um Gesundheitsförderung und Prävention nachhaltig verankern und effizient gestalten zu können, ist die Auseinandersetzung mit Rahmenbedingungen, Bedarfen und Qualitätskriterien zwingend notwendig.

Zur Umsetzung dieses Strukturziels begleitet die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V. – AGETHUR – den Auf- und Ausbau von kommunalen Netzwerkstrukturen. Kernelemente sind die Initiierung und Etablierung von „Runden Tischen Gesundheit“, gekoppelt an die Durchführung kommunaler Gesundheitskonferenzen. Der „Runde Tisch Gesundheit“ dient als

Vernetzungsinstrument der Kommunalentwicklung und basiert auf einem Ressort- und Akteurs übergreifenden Gestaltungs- und Handlungsprinzip. Um gesundheitsbezogene Angebote in Landkreis und Kommune bedarfsgerecht ausrichten, zielgerichtet bündeln und somit wirkungsvoller einsetzen zu können, gilt es, eine gemeinsame Verantwortung für Gesundheit zu entwickeln. Mit dem Konzept des „Runden Tisches Gesundheit“ soll dieses Ziel durch die Aktivierung des kommunalen und lokalen Umfeldes für gesundheitliche Fragestellungen und Herausforderungen umgesetzt werden. Der „Runde Tisch Gesundheit“, als zentrales Entscheidungsgremium, und kommunale Gesundheitskonferenzen stehen dabei in wechselseitiger Beziehung und ergänzen sich in der Strategieentwicklung und Maßnahmenumsetzung zum Erhalt von Lebensqualität.

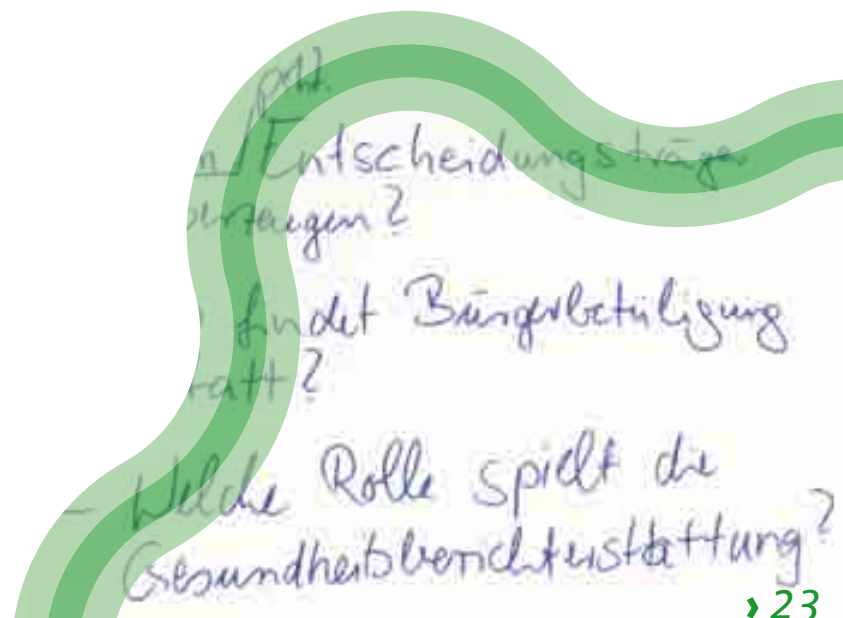
Die AGETHUR betreut Modellregionen, die sich im Prozess der Konzeptumsetzung befinden und erarbeitet zusammen mit den Akteuren der jeweiligen Gesundheitsämter die Rahmenbedingungen für die Etablierung des Runden Tisches Gesundheit, die an die landkreisspezifischen Gegebenheiten angepasst werden müssen. Insbesondere durch die interdisziplinäre Vernetzung und Kooperation auf allen Ebenen (Leitungs- und Arbeitsebene, Betroffenen- und Nutzerebene), die Vernetzung der unterschiedlichen kommunalen Fachbereiche (Jugend, Gesundheit, Bildung, Sport, Stadtentwicklung etc.) und der Einbeziehung politischer Entscheidungsträger von Anfang an, kann Gesundheit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe in einer Kommune verankert werden. Der Runde Tisch Gesundheit trägt dazu bei, dass

gesundheitspezifische Problemfelder, beispielsweise im Kinder- und Jugendbereich, erkannt und ressortübergreifend aufgearbeitet werden. Er kann mit der Vorbereitung von Beschlussvorlagen für den Kreistag/Stadtrat eine Umsetzung der entwickelten Strategien und Interventionen fordern.

Im Rahmen dieser Strukturen können dann unterschiedliche Themen aufgegriffen und bearbeitet werden. Ein weiteres Thüringer Gesundheitsziel „Gesund alt werden – eine Herausforderung für jedes Lebensalter“, hier speziell die Arbeitsgruppe „Entwicklung und Festigung eines gesunden Lebensstils zur Prävention von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter“ gibt den inhaltlichen Rahmen für eine Auseinandersetzung mit den Themen „Bewegung“ und „Ernährung“. ■

Kontakt und weitere Informationen

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V.
- AGETHUR -
Koordinierungsstelle des Thüringer Gesundheitszieleprozesses
Constanze Planert
Carl-August-Allee 9
99423 Weimar
Tel. 03643 498 98 20
koordinierung@gesundheitsziele-thueringen.de
www.gesundheitsziele-thueringen.de



2.5 Ernährung und Bewegung in der Kommune

Türöffner für konkrete Angebote der Gesundheitsförderung



Ernährung und Bewegung eignen sich als niedrigschwellige Themen für gesundheitsförderliche und präventive (Bildungs-)Angebote für Kinder und ihre Familien. Als Grundbedürfnisse jedes Menschen bieten sie zahlreiche Anlässe, ins Gespräch zu kommen, gesellig zu sein, gemeinsam etwas zu unternehmen und voneinander zu lernen. Ebenso wichtig: An der Schaffung einer Lebenswelt, die gesundheits- und bewegungsfördernd ist sowie eine ausgewogene Verpflegung und grundlegende Ernährungsbildung beinhaltet, können sich nahezu alle Institutionen und Personen beteiligen.

Anlässe für Gesundheitsbildung

- › **Schwangerschaft** – viele (zum ersten Mal) werdende Eltern sind unsicher und haben Fragen insbesondere zu Gesundheitsthemen. Wie sollte ich mich und mein Baby ernähren? Darf ich Sport treiben und wenn ja bis wann? Was muss mein Baby in welchem Lebensmonat können und was darf es? Hier bieten u.a. die IN FORM-Projekte „9+12 Gemeinsam gesund in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ und „Gesund ins Leben. Netzwerk Junge Familie“ gute Informationen, Printmaterialien und kurze Videoclips zur Information von Eltern. In der Stillzeit bestehen – ebenso wie in der Schwangerschaft Unsicherheiten in Gesundheitsfragen. Weitere Informationen auf Seite 29.
- › **Krippe und Kita** – hier machen Kinder die ersten eigenen Erfahrungen – ohne Aufsicht und Einflussmöglichkeiten der Eltern. Das Aufnahmegespräch, Hol- und Bringsituationen, Essensauswahl, Elternabende – in den Kindertagesein-

richtungen gibt es viele Anlässe bieten, Ernährung und Bewegung zu thematisieren. Empfehlungen zum Inhalt der Brotbox, Fragen zum Thema Naschen, Trinken oder sogar, ob Kinder sich beim Toben und Spielen schmutzig machen dürfen sind regelmäßige Anlässe, Eltern und Kindern gesundheits- und lebensstilrelevante Informationen zu vermitteln. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, der aid-infodienst und die Verbraucherzentralen haben zu vielen der oben genannten Fragen Publikationen. Für die gesundheitsförderliche Gesamtausrichtung von Kitas bieten sich beispielsweise die peb-Materialien aus dem Projekt „gesunde kitas • starke kinder“ an. Weitere Informationen auf den Seiten 31ff. + 39ff.

- › **Grundschule** – der Wechsel von der Kita in die Grundschule bringt nicht nur einen veränderten Tagesrhythmus mit sich. Still sitzen im Unterricht, Mittagsverpflegung in Ganztagschule oder Schülerbetreuung, das Tragen des Schulranzens, das erste Taschengeld, Schulwegbewältigung, mehr Selbstständigkeit und vieles mehr sind weitere Lern- und Gewöhnungsfelder, die neben den Unterrichtsinhalten aufgenommen und verarbeitet werden müssen. Auch hier sind Schulverpflegung, Brotbox, Unterrichtskonzepte, die Frage nach einer Mitgliedschaft im Sportverein Themen für Kooperationen und Gespräche. Darüber hinaus beginnen die Kinder, sich das Wohnumfeld selbstständig zu erschließen. Das Interesse am Buddelkasten weicht dem Spaß am Skateboard- oder Fahrradfahren, dem Drachensteigen oder Verstecken im Park oder der Lust auf selbstgekauftes Eis. Weitere Informationen auf den Seiten 33ff. + 41ff.

Für jede Lebensphase können sich damit ganz spezifische kommunale Partnerkonstellationen für die Schaffung gesunder Lebenswelten, für Ernährungsbildung und Bewegungsförderung ergeben. Häufig ist es so, dass nur die Institutionen zusammenarbeiten, die aus Abrechnungs- oder Fachaufsichtsfragen direkt miteinander verbunden sind. Übergewichtsprävention und Kindergesundheit erfordern es jedoch, neue Partner zu beteiligen und die Verantwortung über die klassischen Betreuungs- und Bildungsinstitutionen hinaus auf weitere Akteure auszuweiten. Denn im Kontext der Übergewichtsprävention werden auch Alltagsbewegung sowie Ernährungswissen und -kompetenzen relevant. Damit können Themen und Akteure wie Bewegungsräume, Verkehrssicherheit, Verbraucherschutz, Verpflegungsmanagement, Sportangebote und -räume,

Landwirtschaft etc. eingebunden werden. Die folgende Abbildung zeigt, welche kommunalen Akteure in diesem Zusammenhang eingebunden werden könnten. ■



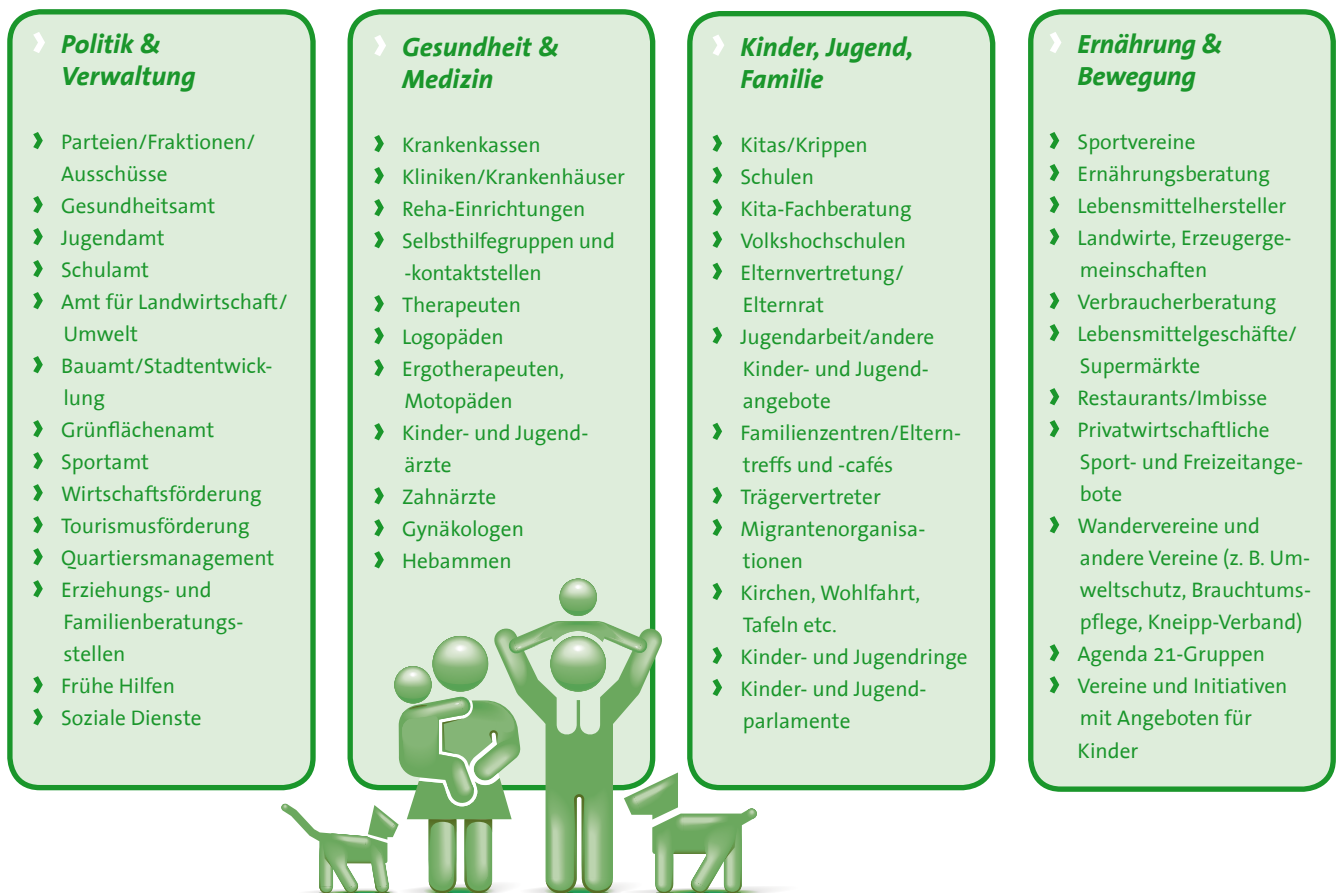
2.6 Auf der Präventionsstraße

Kommunale Akteure für Ernährung und Bewegung

Gesundheitsförderung und Prävention in der Kommune im Sinne einer vernetzten Präventionsstraße (s. S. 18) bezieht mehr Strukturen

und Akteure strategisch ein. Und sie fängt bereits mit der Schwangerschaft an. Die folgende Abbildung zeigt potenzielle Akteure mit

Verantwortung für ein gesundes Aufwachsen und Leben für Familien mit Kindern. ■



2.7 Anhang: Quellen, Fachliteratur und Links



- › World Health Organisation (1986): **Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung**. Download der autorisierten deutschen Fassung via www.euro.who.int
- › Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung – BZgA (Hrsg.) (2012): **Gesund aufwachsen in Kita, Schule, Familie und Quartier**. Download via www.bzga.de/infomaterialien
- › BZgA (Hrsg., 2012): **Leitfaden Qualitätskriterien zur Planung, Umsetzung und Bewertung von Maßnahmen mit dem Fokus auf Bewegung, Ernährung und Umgang mit Stress**. Download via www.bzga.de/infomaterialien
- › Gold, C.; Lehmann, F. (2012): **Gesundes Aufwachsen für alle!** Anregungen und Handlungsweise für die Gesundheitsförderung bei sozial benachteiligten Kindern, Jugendlichen und ihren Familien. BZgA (Hrsg.), Reihe „Gesundheitsförderung konkret“, Band 17. Download via www.bzga.de/infomaterialien
- › BZgA (Hrsg., 2011): **Qualitätskriterien für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Primärprävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen**. Download via www.bzga.de/infomaterialien
- › Göpel, Eberhard et al. (2008): **Systemische Gesundheitsförderung: Gesundheit gemeinsam gestalten**, Bd. 3. Mabuse-Verlag, 1. Auflage
- › Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V.: **Impulse für Gesundheitsförderung**, Ausgabe Nr. 76, September 2012: „Kommune der Zukunft – Gesundheit als Standortfaktor“. ISSN: 1438-6666. Download via www.gesundheit-nds.de
- › Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (Hrsg.): **Regionen mit peb: gemeinsam für einen gesunden Lebensstil von Kindern**, 2010. Download via www.regionen-mit-peb.de/peb-arbeitshilfen.html
- › Bertelsmann Stiftung (Hrsg., 2010): **Demographie konkret – Kommunale Familienpolitik neu gestalten**. ISBN: 978-3-86793-073-4. Weitere Informationen via www.demographiekonkret.de
- › www.bib-demografie.de – Das Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung forscht, informiert und berät die Politik beispielsweise zu Fragen der sozialen Sicherheit, der Gesundheit, der Wanderungen, der Familie und der Bildung.
- › www.demographie-online.de – Die Deutsche Gesellschaft für Demographie e. V. beschäftigt sich in einem Arbeitskreis mit Fragen der Entwicklung von Städten und Gemeinden.
- › www.gesunde-staedte-netzwerk.de – Das Gesunde Städte-Netzwerk der Bundesrepublik versteht sich als Teil der "Gesunde Städte"-Bewegung der WHO. Zu den Zielen des Netzwerkes gehört es, Gesundheitsförderung als gesellschaftspolitische Aufgabe im öffentlichen Bewusstsein zu verankern.
- › www.gesundheitliche-chancen-gleichheit.de – bundesweiter

Kooperationsverbund „Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten“ aus über 50 Organisationen. Die zentrale Aktivität ist der kommunale Partnerprozess "Gesund aufwachsen für alle!".

- › www.gesundheitsziele.de – ausführliche Informationen über die Zieleprozesse der Länder und ihre Instrumente.
- › www.regionen-mit-peb.de/gesundheitsziele.html – Zusammenfassung der wichtigsten Aspekte der Gesundheitsziele bezüglich Ernährung und Bewegung.

Links und Adressen zu den relevanten Stellen des Öffentlichen Gesundheitsdienstes auf Länderebene sowie den Regionalen Knoten finden Sie unter www.regionen-mit-peb.de/informland.html und www.vernetzt-vor-ort.de

Kapitel 3: Ernährung und Bewegung in der Kommune

Es ist angerichtet: Orte und Partner für Angebote der Ernährungsbildung

In Anlehnung an die Bildungsdefinition des 12. Kinder- und Jugendberichts kann auch Ernährungsbildung als ein Teil der individuellen Befähigung zu einer eigenständigen und eigenverantwortlichen Lebensführung in sozialer und kultureller Ein-

gebundenheit und Verantwortung betrachtet werden. Wo aber findet Ernährungsbildung statt? Müssen die klassischen Bildungs- und Betreuungseinrichtungen auch diese Aufgabe alleine übernehmen? Nein, Ernährungsbildung fängt genauso

wie alle Bildungsprozesse bei den werdenden Eltern an und sollte sich durch viele Institutionen entlang der Präventionsstraße ziehen. Und sie wirkt dann besser und nachhaltiger, wenn unterschiedliche Akteure zusammen arbeiten. ■

3.1 Von klein auf gut versorgt

Nachbarschaft, Quartier und Kieze: Angebote für Familien & Eltern Inga-Marie Schulz, Plattform Ernährung und Bewegung e. V.

Die Lebenswelt eines Menschen gilt als eine der wichtigsten sozialen Einflussfaktoren für die Gesundheit. Der Wohnort, die Nachbarschaft, das Quartier, der Kiez und der Stadtteil können das Wohlbefinden und die Gesundheit in einem hohen Maße beeinflussen und bieten damit zugleich Handlungspotenziale und Zugangswege zu den Bewohnern. Die besondere Bedeutung dieses Settings wird u. a. im Präventionsbericht des Spitzenverbands Bund der Krankenkassen (2011) deutlich. Hier zeigt sich, dass die Krankenkassen neben dem Kindergarten und der Grundschule die meisten Ausgaben in kommunal verankerten Setting-Projekten haben.

Das Setting der unmittelbaren Lebenswelt bietet die Möglichkeit, Bewohner sämtlicher Altersklassen

und Lebenslagen anzusprechen und damit auch solche, die sonst durch Projekte der Gesundheitsförderung kaum angesprochen werden. Besonders für Personen, die über institutionelle Zugänge nur schwer erreicht werden, bietet der Sozialraum Chancen und Möglichkeiten. Mit dieser Erkenntnis und der Unterstützung von Einrichtungen wie Sportvereinen, Familienzentren und Arztpraxen sollten gezielt junge Familien und Eltern angesprochen werden, um gemeinsam mit ihnen die Gesundheit der Kinder und der ganzen Familien von Anfang an zu fördern.

Anhand einiger Praxisbeispiele der Übergewichtsprävention soll hier deutlich gemacht werden, wie wohnortnahe Prävention und Gesundheitsförderung bei jungen Familien umgesetzt wird und wel-

che Aspekte hierbei von Bedeutung sind. Als besonders empfehlenswert für die Prävention von Übergewicht und Adipositas zeigen sich solche Projekte, die möglichst früh im Leben des Kindes ansetzen und die Familien bei einem gesunden Start ins Leben unterstützen.

Einheitliche Botschaften

Da die Anzahl der Informationskanäle stetig steigt und nicht nur Schwiegermütter und Freunde, sondern auch das Internet und andere Medien, umfangreiche und manchmal widersprüchliche Ernährungstipps bereitstellen, sind einheitliche und konsistente Botschaften zum Ernährungsverhalten von Seiten der öffentlichen Gesundheitsförderung unverzichtbar. Das vom aid-Infodienst durchgeführte und im Rahmen von IN FORM geförderte Projekt „Gesund ins Leben – Netz-



werk Junge Familie“ (www.gesundinsleben.de) vereint die führenden Institutionen, Fachgesellschaften und Verbände zur praxisnahen Unterstützung junger Familien. Im Mittelpunkt stehen einheitliche, verständliche und leicht umsetzbare Handlungsempfehlungen zur Allergieprävention und zum Ernährungsverhalten in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr. So können (werdende) Eltern durch alltagsnahe und fundierte Empfehlungen bei der Umsetzung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils unterstützt werden. Zur Verbreitung der Botschaften baut das Netzwerk auf die Weiterbildung von Multiplikatoren, welche direkten Zugang zu den jungen Familien haben. Hierzu zählen insbesondere Frauenärzte, Hebammen sowie Kinder- und Jugendärzte.

Umsetzung vor Ort: lokale Kompetenzen nutzen

Doch wie können die Handlungsempfehlungen besser in die Praxis übertragen werden? Und wie können die Familien optimal unterstützt werden? Verschiedene Projekte wählen unterschiedliche Herangehensweisen, doch eins haben sie fast alle gemein: Die Akteure vor Ort werden als Multiplikatoren miteinbezogen, denn sie haben den direkten Zugang zu den Familien und zumeist auch ihr Vertrauen. Das von peb initiierte und im Rahmen von IN FORM geförderte Modellprojekt „9+12 Gemeinsam gesund – in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr“ (www.pebonline.de) nutzt die Stellung

der Frauenärzte, Hebammen und Kinder- und Jugendärzte als wichtige Vertrauenspersonen der jungen Familien. In der Modellregion Ludwigsburg werden die Vorsorgeuntersuchungen während der Schwangerschaft und des ersten Lebensjahrs um präventive Elemente erweitert. Die Untersuchungen, die bisher vornehmlich der Krankheitsfrüherkennung dienen, werden um Beratungen zu den Themen Ernährung und Bewegung ergänzt. Diese Erweiterung impliziert eine Vernetzung, Schulung und Kooperation aller beteiligten Akteure, denn nur gemeinsam können Frauenärzte, Hebammen und Kinder- und Jugendärzte die Familien auf ihrem Weg bestmöglich begleiten. Um die Ärzte und Hebammen bei der Umsetzung der Beratung zu unterstützen, werden ihnen praxisorientierte Instrumente und Materialien an die Hand gegeben. Im „Präventionspass Ernährung und Bewegung“, ähnlich dem Mutterpass und dem Kindervorsorgeheft, werden wichtige Informationen zum Gesundheitsverhalten von Mutter und Kind dokumentiert. Auf diese Weise wird der Informationsabgleich zwischen den Beteiligten sichergestellt. Präventions-Checklisten dienen der bedarfsgerechten Beratung. Durch konkrete Informationen zu gesundheitsförderlichen Angeboten (wie Sportvereine und Ernährungsberatungen) in und um Ludwigsburg wird die unmittelbare Umsetzung für die Familien erleichtert und gleichzeitig werden zusätzliche bedeutsame Akteure im Feld der Übergewichtsprävention in das Projekt

eingeschlossen. Alltagsnahe

Filme auf DVD ergänzen zudem das persönliche Gespräch und tragen die Inhalte über die Praxis in den Alltag der Familien hinein.

Die Zusammenarbeit regionaler Akteure steht auch bei den Netzwerken „Junge Eltern/Familien“ aus Bayern im Vordergrund. Dieses landesweite vom Bayerischen Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten entwickelte Projekt im Rahmen des Konzepts Ernährung in Bayern vereint unterschiedliche Akteure in den einzelnen Regionen und liefert so den Eltern und Netzwerkpartnern einen einheitlichen und transparenten Überblick über bestehende Angebote. Auch hier wird auf eine Sammlung bestehender Angebote für Eltern zurückgegriffen, um vorhandene Strukturen bestmöglich einbinden zu können. Durch regionale Angebote wie Kurse, Seminare und Aktionswochen werden Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren dabei unterstützt, einen gesundheitsförderlichen Lebensstil in ihrem Alltag umzusetzen. Dies sind Beispiele dafür, wie junge Familien auf persönlicher Ebene erreicht und dabei unterstützt werden können, einen gesunden Lebensstil in ihrem Alltag umzusetzen. Es sind Beispiele für gezielte, wohnortnahe Instrumente der Gesundheitsförderung mit denen die Lebensbedingungen sowie die Gesundheit eines Menschen positiv beeinflusst werden können. ■

3.2 Essen und Ernährung in der Kita

Qualifizierte Ernährungsbildung gelingt vernetzt besser

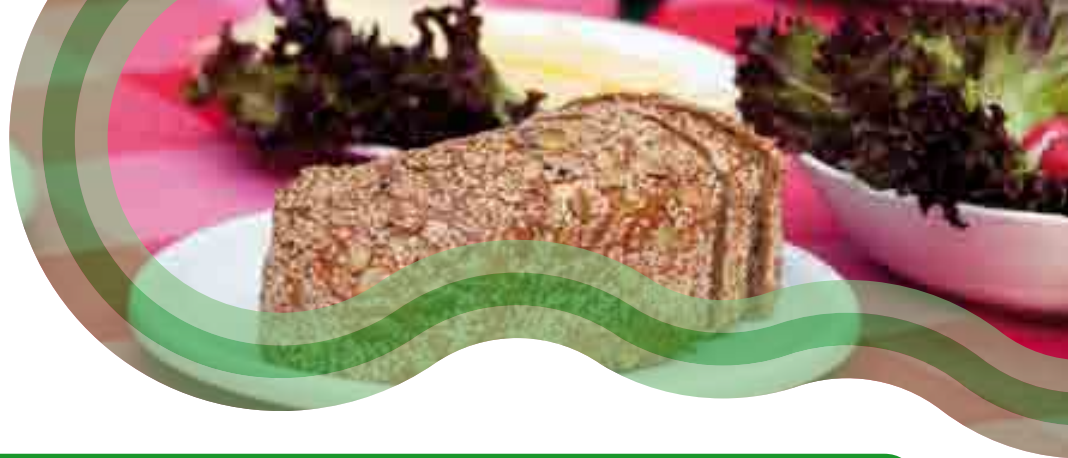
Ernährungswissenschaftler, Mediziner, Soziologen, Psychologen sind sich einig: Das Essverhalten wird bereits im Mutterleib und in der frühesten Kindheit geprägt. Dazu gehören Vorlieben und Abneigungen für Geschmacksrichtungen, Essenszeiten, Zutaten, Tischregeln, aber auch Einstellungen und Wissen sowie Überzeugungen rund ums Essen und Trinken. Im Zuge der Diskussionen um die Zahl übergewichtiger und adipöser Kinder, um Ess-Störungen und um die Bewertung von Lebensmitteln wird eines deutlich: Das erlernte Wissen über ausgewogene Ernährung und einen gesunden Essalltag ist zwar häufig vorhanden, spiegelt sich jedoch oft nicht im Essverhalten wieder. Eine Ernährungsbil-

dung mit eindeutigen Botschaften und die Möglichkeit, von klein auf Erfahrungen zu sammeln und Zusammenhänge zu erlernen, sind für die Entwicklung eines gesunden Ernährungsverhaltens entscheidend. Der Ausbau der Kindertagesstätten und Krippen verlagert einen Teil der ursprünglich familiären Verantwortung stärker in diese Einrichtungen sowie auf ihre Träger und zu den Fachberatungen. Bis zu fünf Mahlzeiten erhalten einige Kinder täglich in den Einrichtungen. „Die pädagogischen und hauswirtschaftlichen Fachkräfte gestalten den Essalltag, in dem oft leider nur der Gesundheitswert der Speisen im Mittelpunkt steht“, zitiert eine Pressemeldung des aid-infodienstes Prof. Dr. Ines Heindl vom Institut für Ernährungs- und Verbraucherbildung an der Universität Flensburg (Pressemeldung

Nr. 22/12, 30.05.2012). „Der Genusswert in seiner sozialen und kommunikativen Bedeutung wird nur am Rande reflektiert. Die zunehmende institutionelle Verantwortung der Kitas für das Essverhalten der Kinder verlangt somit nach einer Professionalisierung von Erzieherinnen und Erziehern“, so Heindl weiter. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, die Verbraucherzentralen und der aid-infodienst bieten viele fachlich hochwertige Materialien und Qualitätsstandards für die Qualifizierung der Kita-Verpflegung und zur Ernährungsbildung an. Doch mit der Qualifikation der pädagogischen und hauswirtschaftlichen Fachkräfte alleine ist es nicht getan. Der Einbezug der Eltern und insbesondere die Kooperation und Vernetzung mit anderen Einrichtungen oder Ernährungsexperten sind wichtige Bausteine zum Erfolg.

Besondere Möglichkeiten und Anlässe um Ernährung, Essen und Lebensmittel zu thematisieren, können folgende sein:





› KITA: Anlässe und Möglichkeiten	› Beispiele für Kooperationspartner/Orte
bei religiösen und kulturellen Anlässen (z. B. Erntedankfest, Ramadan, Jom Kippur)	Eltern, Kirchen, Migrantenvereine, Moscheen, Tempel
beim Singen und Spielen	Kita-Fachberatung, Fortbildungsanbieter, andere Kindertagesstätten
bei Festen und Feiern	Eltern, Ernährungsberatung
während Exkursionen zu Produzenten	Molkereien, Bäckereien, Bauernhöfe, Gartenbaubetriebe, Obstplantagen, Mostereien, Streuobstwiesen, Imkereien, Supermärkte, Produktionsbetriebe für Lebensmittel, Wochenmärkte, Kleingartenanlagen, Naschgärten, interkulturelle Gärten, Urban Gardening-Projekte etc.
durch die Anlage eines Kräuter- oder Gemüsegartens	Gartenbaubetriebe, Eltern
bei Ausflügen in die Natur (z. B. Beeren/Nüsse sammeln, Wildkräuter finden, wilde Obstbäume ernten)	Förster, Umwelt- und Wandervereine, Landfrauen, Eltern, Agenda-Gruppen, Landwirtschaftsamt, kommunale Tourismusgesellschaft
durch gemeinsames Backen oder die Zubereitung und Herstellung von Speisen mit den Kindern	Bäcker, Köche, Hauswirtschafter, Ernährungsberater, Landfrauen
die Beteiligung an Ernährungsprojekten Dritter	Krankenkassen, Gesundheitsämter, Landeskampagnen, Schulmilchprogramm, Landfrauen
die regelmäßige Kommunikation mit den Eltern z. B. beim Elternabend, in Eltern- und Entwicklungsgesprächen, im Aufnahmegespräch, in der Eingewöhnungsphase oder in Bring- und Holsituationen	Ernährungsberater, Köche, Diätassistenten, Kinderärzte, Hauswirtschafter, Volkshochschule
durch Eltern-Informationen und Eltern-Kind-Angebote zu gesunder Ernährung (z. B. Informationen und Unterstützung bei der Zusammenstellung einer gesunden Brotzeit, Broschüren zu gesunder Ernährung, Beteiligung der Eltern beim Angebot eines Obstkorbes, Brotbox-Beratung, regelmäßiges „gesundes Frühstück“ zusammen mit den Eltern oder Großeltern, Angebot von frischen Lebensmitteln auf Festen, Angebot von Elternkochkursen etc.)	Kita-Fachberatung, Ernährungsberatung, Köche, Hauswirtschafter, Volkshochschule, Verbraucherberatung
durch das Ausprobieren unbekannter Lebensmittel, unterschiedlicher kultureller Essgewohnheiten, landestypischer Gerichte	Eltern, Köche, Restaurants, Supermärkte, Wochenmärkte
Auch die Einführung von Qualitätsstandards, wie die DGE-Standards oder die Optimix-Standards, sowie ihre regelmäßige Überprüfung bieten Anlass, sich im Team, mit Eltern, Caterern, Lieferanten und hauswirtschaftlichem Personal zu qualifizieren.	Vernetzungsstellen Schul- und Kitaverpflegung, qualifizierte Ernährungsberatung, Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund



Die Vielzahl potenzieller Kooperationspartner mag auf den ersten Blick verwirrend und im Alltag nicht vollständig nutzbar erscheinen. Es geht jedoch nicht darum, tägliche Angebote mit hohem Aufwand für den Kita-Alltag zu erarbeiten. Eine gründliche Prüfung der vorhandenen Ressourcen in der Kita sowie eine intensive Recherche nach Kooperationspartnern, Exkursi-

onszielen und Möglichkeiten in der eigenen Region sind jedoch unerlässlich, wenn Ernährungsbildung als Querschnittsthema den pädagogischen Alltag bereichern soll. Dieses Aufgabenpaket ist jedoch nahezu unmöglich, wenn jede Kita dies für sich alleine bewältigen soll. Ein lokales, trägerübergreifendes Netzwerk, das gemeinsam und zentral Informationen sammelt

und Erfahrungen, Wissen und Ansprechpartner, Methoden und Ideen weitergibt, ist eine Möglichkeit, allen Kitas gleichermaßen neue Wege der Ernährungsbildung im erweiterten Sinn zu erschließen (s. auch S. 35). Der Einbezug der Schulen und Schulträger kann sich hier lohnen, denn die möglichen Kooperationspartner sind auch Ansprechpartner für Schulen. ■

3.3 Bildungshunger und Wissensdurst

Anknüpfungspunkte für Ernährungsbildung außerhalb des Unterrichts

Die Schultüte ist überreicht und prall gepackt mit Geschenken – so beginnt für die meisten Kinder der erste Schultag und damit auch ein abrupter Wechsel des Tagesrhythmus. Ein neuer Tagesablauf bestimmt Bewegungs- und Essenszeiten. Mittagsverpflegung in der Mensa, feste Pausenzeiten für den Snack zwischendurch, Trink- und Essensverbot während des Unterrichts, das erste Taschengeld, eine wachsende Selbstständigkeit und vieles mehr können auch die Ernährungsgewohnheiten von Kindern verändern. Viele Kinder und Jugendliche frühstücken früh morgens und müssen ohne Zwischenmahlzeit bis zum Mittagessen auskommen. Andere kommen ohne Frühstück oder nur mit Verpflegungsgeld in der Tasche in die Schule.

Auch die Eltern nehmen eine andere Rolle ein. Es geht nun um die Erreichung von Bildungszielen und Leistungsbeurteilungen. Gesundheitsbezogene Themen und das Erlernen praktischer Fertigkeiten rücken in den Hintergrund. Grundlegende Ernährungskompetenzen wurden zumeist im Kindergartenalter vermittelt. Nun geht es um den Anschluss an Bildungsziele und den Lehrbetrieb. Da diese Kompetenzen in den Lehrplänen kaum Berücksichtigung finden sind Eltern, Elternvertretung und Schulfördervereine wichtige Partner für die Durchführung und Organisation unterrichtsergänzender und außerunterrichtlicher Angebote.

Umso wichtiger ist es zum einen, die Schul- und Pausenverpflegung attraktiv und ausgewogen zu gestalten. Zum anderen sollten mit dem

Eintritt in den Bildungsbetrieb der Schule auch gezielte Wissens- und Lernangebote entwickelt werden. Neben den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und den Vernetzungsstellen Schulverpflegung stehen Experten, Unterrichtskonzepte und -materialien von einer Vielzahl an Anbietern zur Verfügung. Der theoretische Teil ist für Küche, Mensa und Klassenzimmer gut abgedeckt. Was kann Schule dann noch tun, um Ernährungsbildung tiefer erfahrbar zu machen? Ähnlich wie bei Kitas bieten sich Orte, Anlässe und außerschulische Partner an. In der Schule besteht jedoch die besondere Möglichkeit, viele Aktivitäten an die Lerninhalte der Jahrgangsstufen anzubinden oder im Rahmen von AGs, Projektwochen, Klassenreisen, klassenübergreifenden Aktionen, Schulfesten und Exkursionen zu vertiefen.

› SCHULE: Anlässe und Möglichkeiten	› Außerunterrichtliche Kooperationspartner
religiöse und kulturelle Anlässe und Feiertage (z. B. Ostern, Erntedankfest, Weihnachten, Ramadan, Jom Kippur)	Eltern, Kirchen, Migrantenvereine, Moscheen, Tempel, Caterer
Jahreszeiten	Förster, Umwelt- und Wandervereine, Landfrauen, Eltern, Agenda-Gruppen, Landwirtschaftsamt, Landwirte, kommunale Tourismusgesellschaft
Schulexkursionen	Molkereien, Bäckereien, Bauernhöfe, Gartenbaubetriebe, Obstplantagen, Mostereien, Streuobstwiesen, Imkereien, Handel, Fabriken, Wochenmärkte, Kleingartenanlagen, Naschgärten, interkulturelle Gärten, Caterer, Urban Gardening-Projekte, Restaurants etc.
Kräuter- oder Gemüseschulgarten	Schulköche, Hausmeister, Gartenbaubetriebe, Landfrauen, Landwirte, Eltern, Landwirtschaftsämter
Wandertage (z. B. Beeren/Nüsse sammeln, Wildkräuter finden, wilde Obstbäume ernten, Pilze sammeln)	Förster, Umwelt- und Wandervereine, Landfrauen, Eltern, Agenda-Gruppen, Landwirtschaftsamt, Landwirte, kommunale Tourismusgesellschaft
Klassenreisen	Viele Beherbergungsbetriebe wie Jugendherbergen, Naturfreundehäuser, KIEZE, Gut-drauf-Partner bieten Programmpakete zu Ernährungs- und Gesundheitsthemen oder erlebnispädagogische Elemente wie Outdoorkochen etc. an.
Schülerfirma (z. B. Schulkiosk, Trinkwasserversorgung, Schulcatering)	Hausmeister, Lieferanten, Wasserwerke, Mostereien, Erzeuger, Molkereien, Schulförderverein, Landwirte, Gartenbaubetriebe, Landesprogramme
Schulfeste	alle oben genannten
Projekttag, -wochen	Bildungspakete von Drittanbietern (z. B. aid-Ernährungsführerschein mit den Landfrauen, Verbraucherzentralen, Ernährungsberatung), gemeinsam mit der Volkshochschule, mit dem Caterer und allen anderen oben genannten
Beteiligung an staatlichen Förderprogrammen (z. B. Schulfrucht- und Schulmilch)	Mostereien, Erzeuger, Molkereien, Schulförderverein, Landwirte, Gartenbaubetriebe, Handel
Beteiligung an Landeskampagnen	„gesunde Schule“, ... Zusammenarbeit mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung
Qualifizierung von Lehrern	Deutscher Wanderverband (Schulwandern), Kneipp Bund, Lehrerbildungsinstitute, Verbraucherzentralen



www.schuleplusessen.de – das INFORM-Projekt unterstützt Verantwortliche für die Schulverpflegung, ein vollwertiges Verpflegungsangebot auf Basis der DGE-Qualitätsstandards bereitzustellen.



Ob beim Projekt „Milchrallye“ – bei dem ein Liter Milch auf dem Tisch über die Handelskette zurück in die Molkerei, zum Erzeuger bis zur Kuh auf der Wiese verfolgt wird – eine Koch-AG den Hauswirtschaftsunterricht ergänzt oder bei einem Beeren-Wandertag mit Förster Einkehr auf einem Bauernhof gemacht wird: Immer geht es um das Erleben des Zusammenhangs von

Herkunft, Produktion und Lebensmitteln, das die Ernährungsbildung im Unterricht flankieren oder auch als Projekttag o.ä. genutzt werden kann. So können auch Berufsbilder kennengelernt, die eigene Region erkundet und praktische Erfahrungen gemacht werden.

Nichts ist bei der Organisation solcher Angebote jedoch so wertvoll

wie Ansprechpartner in der Region und Adressen von aufgeschlossenen Partnern oder Anbietern. Auch für Schulen gilt: „Jeder für sich“ ist kräftezehrend. Ein Verbund aus Kommune, Schulträgern, Lehrern und Kitas, die sich untereinander austauschen und ein Netzwerk mit außerschulischen Partnern schaffen, verteilt die zusätzliche Arbeitsbelastung auf viele Schultern. ■

› **Das Schulfruchtprogramm & „5 am Tag“**

Wer früh lernt, Obst und Gemüse in den täglichen Speiseplan zu integrieren, wird das auch später beibehalten. Schulfruchtprogramme versorgen Kinder täglich mit Obst und Gemüse. Mittel- und langfristig sollen damit günstige Verzehrgeohnheiten eingeübt werden. Die Europäische Union stellt daher Mittel für Schulfruchtprogramme zur Verfügung. Die gesetzliche Basis in Deutschland ist das Schulobstgesetz, das im Wesentlichen die Zuständigkeit, Fristen und Verteilung der Mittel regelt. Sieben Bundesländer beteiligen sich bisher daran. www.5amtag-schulfrucht.de und www.5amtag-schule.de

› **Staatliche Förderung der Schulmilch**

Der Verkauf von Milch und Milcherzeugnissen wird durch Zuschüsse der Europäischen Union gefördert. Das europäische Schulmilchprogramm soll Kinder und Jugendliche zu einer ausgewogenen Ernährung auch mit Milchprodukten anregen und ihr Wissen über Ernährung vertiefen. Die Schulmilch-Beihilfe wird dabei nicht unmittelbar an die Kinder / Schüler ausgezahlt, sondern an die Lieferanten (Molkereien, Händler, Direktvermarkter) oder die Einrichtungen bzw. deren Träger. www.schulmilch-fuer-alle.de

› **Vernetzungsstellen Schulverpflegung**

Als Gemeinschaftaktion von IN FORM und den Bundesländern bieten die Vernetzungsstellen Schulverpflegung (VNS) einen bundesweiten Service rund um Ernährung und Verpflegung für Kitas und Schulen. www.vernetzungsstellen-schulverpflegung.de



3.4 Die Kommune wird zur Genussregion

Das gesamte Lebensumfeld für die Ernährungsbildung nutzen

Die Auflistung möglicher Partner für Eltern, Kinder, Kitas und Schulen zu Fragen der Ernährungsbildung und die damit verbundene Notwendigkeit der Vernetzung macht einen konzentrierten Blick auf die Lebenswelt unabdingbar. Der Mikrokosmos jedes Einzelnen ist eingebettet in Familie, Gesellschaft, Landschaft, Verkehr und Wirtschaft. Er wird auch mitbestimmt durch das Verwaltungshandeln und regionale Strukturen, durch politische Entscheidungen, Kultur, Religion und regionale Ressourcen.

Durch den intensiven Blick auf die eigene Kommune oder Region mag sich schnell erschließen, warum Ernährungsbildung nahezu überall möglich ist, wenn die möglichen beteiligten Institutionen klar sind: Super- und Wochenmärkte, Bauernhöfe und Gartenbaubetriebe, Kleingartenanlagen, Naschgärten und andere Gartenprojekte, Lehrküchen, Streuobstwiesen oder Obstbäume ohne Besitzer, Molkereien und andere Lebensmittelhersteller, Imker, Gastronomie, Bildungsanbieter, Vereine, Naturparke, Landschaftsschutzgebiete, Biosphärenreservate, Wald und Wiesen – hier finden sich Orte und Experten rund um Lebensmittel sowie deren Herstellung und Erzeugung. Hinzu kommen Dienstleister wie Ernährungsberater, Hebammen, Schulen, Ärzte, Krankenkassen,

Verbraucherschutz sowie die jeweiligen Aufsichts- und Fachbehörden. Es gibt also viele Fachpartner, die aufgrund ihres Geschäftszweckes, ihrer Ausbildung, ihrer Leidenschaft, ihres gesellschaftlichen Auftrags oder Zuständigkeit an der Ernährungsbildung beteiligt werden können. Häufig gibt es jedoch keine abgestimmten Handlungskonzepte oder Leitlinien. Die Anbieter kennen einander und die Inhalte, Aufgaben und Potenziale nicht.

Vernetzung und Kooperation können dieses Nebeneinanderexistieren auffangen. Sie erfordern jedoch ein Mindestmaß an Abstimmung – einen kleinen gemeinsamen Nenner: Die Ziele, die das gemeinsame Arbeiten für das Erlernen eines gesunden Lebensstils bestimmen, sollten aufeinander abgestimmt sein. Dabei stehen einheitliche Kernbotschaften, die Kindern beim Erlernen eines gesunden Lebensstils mit auf den Weg gegeben werden, im Fokus: viel Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sind Trumpf, die eigene Stadt oder Region ein wahrer Genuss. Anlässe wie der „Tag der Regionen“ oder die „Geschmackstage“ (www.geschmackstage.de) bieten einen Anlass, diese Vernetzungen auf den Weg zu bringen. ■

3.5 Stadt – Land – bewegt

Wie städtische Räume und Landschaft in die Bewegungsförderung passen

Das Spiel im Freien – im selbstständig zu erschließenden Außenraum – ist ein Schlüssel zu mehr Bewegung im Alltag und damit ein entscheidender Baustein der gesundheitlichen Prävention. Die

Raumplanung leistet dabei einen zentralen Beitrag zur Schaffung einer kinder- und familienfreundlichen Kommune.

Um die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen im urbanen Raum zu berücksichtigen gilt es daher, Planungsprozesse so zu gestalten, dass die gesamte Kommune als Spiel-, Erlebnis- und Erfahrungsraum betrachtet wird (vgl. peb, 2008). Gute Beispiele zeigen vielerorts, dass es möglich ist, die Bedürfnisse von Kindern und die unterschiedlichen Nutzungsanforderungen an öffentliche Räume miteinander zu verbinden – diese müssen keine Gegensätze sein. Trimm-Dich-Pfade, Wälder, Wiesen, Freiflächen, Parks, Naturspielräume, (Abenteuer-) Spiel- und Bolzplätze, Skaterbahnen, Jogging- oder Inlineparcours, öffentliche Plätze stehen nicht nur Touristen oder speziellen Ziel- und Altersgruppen zur Verfügung. Spielstraßen, Bürgersteige, Plätze, Parks und viele Orte mehr können – sinnvoll verbunden – Teil einer bewegungsfreundlichen Kommune sein. Als Teil des öffentlichen Raums könnten sie ganz gezielt in institutionelle Angebote zum Beispiel von Kitas und Schulen integriert oder in partizipativen Prozessen mit Kindern und Jugendlichen so miteinander verbunden werden,

dass sie attraktiv und erreichbar sind sowie ein bewegtes Aufwachsen unterstützen.

Ein partizipativ angelegtes Verfahren ist die Spielleitplanung, die im Rahmen des Aktionsprogramms „Kinderfreundliches Rheinland-Pfalz“ entwickelt wurde. Dieses wirkungsvolle Instrument ermöglicht es, die Belange von Kindern und Jugendlichen gleichrangig mit anderen kommunalen Fachplanungen zu berücksichtigen. Das peb-Mitglied Mülheim an der Ruhr hat im Jahr 2012 mit einer bewegungs(t)raumorientierten Spielleitplanung begonnen, die in einem breit angelegten partizipativen Prozess Jugend- und Stadtplanungsressort miteinander verbindet (siehe Seite 45).

Die Beteiligung von Fachpartnern, wie Sportvereinen, auch an kommunalen Planungsprozessen und der Ausrichtung von Bewegungsangeboten über die Hallenzeitplanung hinaus ist empfehlenswert. Sie bringen das sportliche und bewegungsbezogene Know-how und sportpolitische Kompetenz mit. ■

› **Grundanforderungen für eine bewegungsfreundlich gebaute Umgebung:**

1. Die für den Aufenthalt und die Fortbewegung aus eigener Kraft bestimmten Bestandteile der gebauten Umgebung müssen zu einem flächigen Netz verbunden sein.
2. Verkehrsanlagen müssen für den Fuß- und Veloverkehr sicher und attraktiv sein.
3. Außenräume müssen gut erreichbar und für Aufenthalt und soziale Nutzung attraktiv sein.

Quelle: Daniel Grob et al., S. 28 (2009)

3.6 Sitzen bleiben? Ein gesundheitliches Risiko

Lange Sitzzeiten begünstigen Übergewicht besonders

Sitzen ist durch einen extrem niedrigeren Energieverbrauch gekennzeichnet, der nur unwesentlich höher als der Energieverbrauch beim Schlafen ist. Studien haben gezeigt, dass körperliche Bewegung von Kindern in den letzten Jahrzehnten stark zurückgegangen ist. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen darüber hinaus auf, dass selbst bei ausreichend Bewegung langes Sitzen einen eigenständigen Risikofaktor darstellt. Ein sitzender Lebensstil ist weiterhin mit einem erhöhten Risiko für viele weitere Erkrankungen assoziiert. Die Reduzierung von Sitzzeiten ist daher ein entscheidender Baustein für die Gesundheitsförderung und die Übergewichtsprävention bei Kindern und Jugendlichen.

Sitz- und Bildschirmzeiten

Die sinkenden Bewegungszeiten äußern sich z. B. in einem immer geringeren Anteil von Kindern, die den Schulweg zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen. Die von der EU finanzierte HELENA-Studie zeigt, dass Jugendliche in Europa im Durchschnitt neun Stunden pro Tag sitzen, das ist mehr als 70 Prozent ihrer Wachzeit. Eine schottische Studie mit Vorschulkindern zeigte, dass Kinder zwischen drei und fünf Jahren 79 Prozent des Tages sitzend und nur zwei Prozent der Zeit in moderater bis anstrengender körperlicher Aktivität verbringen. Sitzen ist meistens eine Ko-Aktivität, im Vordergrund steht eine andere eigentliche Zieltätigkeit, die eben im Sitzen ausgeführt wird. Wichtige sitzende Primäraktivitäten bei Kindern und Jugendlichen sind Computer- und TV-Konsum, der Schulweg und die Zeit in der Schule.

Studien haben ebenfalls ergeben, dass Kinder mit längeren Bildschirmzeiten eine höhere Energieaufnahme aufweisen. Zum

Beispiel durch das Essen und „Snacken“ vor dem Fernseher. Die HELENA-Studie zeigte, dass 60 Prozent der europäischen Jugendlichen am Wochenende mehr als zwei Stunden pro Tag fernsehen, Computer oder Spielkonsole noch nicht mit eingerechnet.

Ansätze zur Unterbrechung des Sitzens

Bereits regelmäßige Unterbrechungen des Sitzens haben positive Effekte auf die Gewichtsentwicklung, daher sollte das Sitzen mindestens alle 20 Minuten durch eine körperliche Aktivität unterbrochen werden.

Sport in Kita, Schule und Verein ist ohne Frage wichtige und zu fördernde Maßnahme der Bewegungsförderung. „Verinselte“ Sportstunden allein reichen jedoch nicht aus, die gesundheitlichen Folgen des „sitzenden Lebensstils“ zu kompensieren. Wichtig ist vor allem wieder mehr Bewegung im Alltag: Fußwege und Fahrradstrecken statt Elterntaxi, Treppen gehen statt Aufzug und Rolltreppe, freies Spiel statt Fernsehen u.v.m. Schulträger können die Einführung bewegter Unterrichtskonzepte fördern und Pausenhöfe zu bewegungsfreundlichen Flächen umgestalten. Kitas, Schulen, Kommunen und Eltern können in Kooperation mit der Verkehrswacht und der Polizei Möglichkeiten erarbeiten, die es Kindern erlauben, sicher zu Fuß und mit dem Fahrrad zur Schule zu kommen (z. B. Walking Bus, Seite 40 und Schulwegpläne Seite 41).





Ein spannender Spielplatz hilft wenig, wenn Kinder ihn nicht selbstständig erreichen können und Eltern Sorgen bezüglich der Wege- und Gerätesicherheit oder der Sauberkeit haben. Bewegung und körperliche Anstrengung müssen Spaß machen und möglich sein, wenn sie als freudvolle Betätigung zur Selbstverständlichkeit werden sollen.

Stand der Praxis

Projektansätze, die gezielt auf eine Verringerung des inaktiven Verhaltens hinwirken, zielen meistens darauf ab die Sitzzeiten der Kinder durch verringerten TV-Konsum zu verkürzen; andere adressieren den Schulweg oder Unterbrechungen der Sitzzeiten in der Schule. Die Evaluationsergebnisse dieser Projekte zeigen, dass es möglich ist, die Sitzzeiten von Kindern und Jugendlichen zu reduzieren.

In Bezug auf die Veränderung des inaktiven Verhaltens haben sich vor allem jene Theorien als erfolgreich

erwiesen, die mehrere Einflüssebenen auf das Gesundheitsverhalten einbeziehen, wie z. B. interpersonelle und politische Faktoren oder die physische Umgebung. Besonders erfolgreich sind die Maßnahmen dann, wenn ausschließlich auf die Verringerung und Unterbrechung der Sitzzeiten abgezielt wird und nicht zusätzlich andere Verhaltensänderungen das Ziel der Intervention sind. ■

Quellen und Links finden Sie unter www.pebonline.de/sitzenderlebensstil.html

3.7 Kitas in Schwung bringen

Bewegungseinheiten, freies Spiel und neue Partner

Viele Kindertagesstätten in Deutschland sind mittlerweile sogenannte Bewegungskindergärten. In Kooperation mit den Landesportbünden wurden Erzieher fortgebildet und bestimmte Grundanforderungen an Bewegungszeiten, Ausstattung der Einrichtung und Grundhaltung zu Bewegungsbedürfnissen der Kinder zu Gunsten von mehr Bewegungsmöglichkeiten verändert. In NRW werden die „Bewegungskindergärten“ mit dem „Pluspunkt Ernährung“ zu einem Konzept erweitert, das ganzheitlich einen gesunden Lebensstil fördert.

Weitere Programme für Kitas mit ganzheitlichem Gesundheitskonzept sind z. B. MiniFit, Tigerkids, Fit von klein auf, Kneipp-KiTa oder Kindergärten in Aktion. Nicht immer ist es den Kitas möglich, sich an solchen Konzepten zu beteiligen.

Dennoch sollte der Bewegung in jeder Kita ausreichend Raum und Zeit eingeräumt und die vielfältigen Bewegungsbedürfnisse von Kindern berücksichtigt werden: Kinder brauchen eine Umgebung, die zur Bewegung herausfordert und die vielfältige Erfahrungsräume bietet

– sei es in Freizeit, Elternhaus, Kita, Schule oder Verein. Je vielfältiger ihnen Raum gegeben wird, desto besser lassen sich sowohl Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, koordinative Fähigkeiten und die Geschicklichkeit fördern. Diese Fähigkeiten sind von grundlegender Bedeutung für alle Lebensbereiche und Alltagssituationen – selbst für die Bildungsfähigkeit.

Dafür müssen Räumlichkeiten und Außengelände entsprechend gestaltet und ausgestattet sein, um spontane und angeleitete Bewe-

gungsanlässe zu ermöglichen. Die Innenräume und der Außenbereich der Kita sollten vielfältige Gelegenheiten zum Hochziehen, Kriechen und Krabbeln, Klettern und Schaukeln, Rutschen, Rollen, Fahren, Springen, Rennen, Hüpfen, Werfen, Raufen, Hängen, Balancieren und Verstecken bieten: z. B. mit Leitern, Kästen, mobilen Einrichtungsgegenständen, stabilen Möbeln, unterschiedlichen Ebenen, Bäumen, Schrägen, Schaukeln verschiedener Art, Hängematten, Tauen, Röhren etc.

Angeleitete Sing-, Tanz-, Rhythmik-, Sprech-, Fang-, Lauf-, Ball- und Rollenspiele, Geschicklichkeits- und Reaktionsübungen, Sportangebote und vieles mehr bringen die Kinder ergänzend zu freien Angeboten in Bewegung. Bewegungswerkstätten und -baustellen ermöglichen neben wichtigen Körpererfahrungen die Möglichkeit, dass die Kinder sich ihre Bewegungslandschaften selbst errichten. Die Praxis zeigt, dass Kinder bei Aktivitäten, die sie in Eigenregie übernehmen, konzentrierter, aktiver und leistungsbereiter sind. Auch Gerätekombinationen oder Bewegungsparcours, in denen sich die Kinder frei bewegen können, haben einen hohen Aufforderungscharakter.

Unabhängig von der Bereitschaft, sich als Bewegungskita o.ä. zertifizieren zu lassen, sind sowohl die Einstellung und Ausbildung der Kita-Fachkräfte als auch die Haltung der Träger von entscheidender Bedeutung. Darüber hinaus

sind die Kreativität und Bereitschaft hinsichtlich der Kooperation und Vernetzung mit anderen Institutionen wichtig, um Angebote machen zu können, die durch die Qualifikation des pädagogischen Personals oder die baulichen Rahmenbedingungen von Gebäuden und Außengelände nicht möglich sind.

Spaziergänge oder Waldexpeditionen und das Zurücklegen von Wegstrecken zu Fuß führen Kinder alltäglich an einen bewegten Lebensstil heran. Jede Exkursion – ob zu einem Bäcker oder in ein Schwimmbad – beinhaltet auf den Strecken, die zu Fuß zurückgelegt werden, auch immer Bewegung, neue Erfahrungen und Eindrücke am Wegesrand.

Partner für Bewegung in der Kita

- › Turn- und Sportverein,
- › Ergo- und Physiotherapeuten,
- › Verkehrswacht/Polizei,
- › Eltern/Großeltern,
- › Wandervereine,
- › Umweltvereine,
- › (Kinder-)Museen,
- › Grundschulen,
- › Schwimmbäder,
- › Abenteuerspielplätze. ■

› Ein Kooperationsprojekt: Der „Walking Bus“ zur Kita

Der Walking Bus ist kein motorisierter Omnibus, sondern eine Methode, mit der Kinder in Begleitung von Erwachsenen den Kita- oder Schulweg zu Fuß bestreiten. Die laufende Buslinie hat echte Haltestellen, eine feste Route und festgelegte Abfahrtszeiten. In Kooperation z. B. von Kita, Kommune, Polizei, Verkehrswacht und Eltern oder Großeltern werden in der Planungsphase risikoarme Strecken aus den Wohngebieten zur Kita festgelegt. Ist die Linie etabliert und bekannt, können die Kinder von zu Hause aus und in sicherer Begleitung durch Erwachsene bei Wind und Wetter zur Kita laufen: Auf ihrem Weg sammeln sie an den Haltestellen weitere Kinder ein. Die begleitenden Erwachsenen sind als „Busfahrer“ verantwortlich für Pünktlichkeit und Sicherheit. So werden nicht nur die Kinder bewegt, sondern auch Eltern oder andere begleitende Erwachsene.

www.walkingbus.de – eine Internetseite der Stadt Paderborn mit Hintergründen, Tipps zur Organisation und Informationen zu Versicherungsfragen.



3.8 Bewegung in die Schule bringen

Vom Schulweg bis zur Klassenreise – Potenziale für die Alltagsbewegung in der Schule

Von der Kita in die Schule – mit dem Schuleintritt nimmt die Sitzzeit zu. Mit der wachsenden Zahl an Ganztagschulen, die ihre Unterrichts- und Zeitgestaltung oft eigenverantwortlich erarbeiten, erhält die Schule eine Chance, die Rhythmisierung von Bewegungs- und Erholungszeiten zu verbessern. Der Wechsel von Anspannungs- und Lernzeiten im Wechsel mit Bewegungs- und Entspannungszeiten verbessert die Aufnahmebereitschaft der Kinder und wird zudem ihren Bewegungsbedürfnissen gerecht.

Schritt 1: zu Fuß zur Schule

Projekte wie der „Walking Bus“ ermöglichen auch Grundschulkindern einen sicheren Fußweg in die Schule. Begleitpersonen sorgen dafür, dass die Kinder bereits auf dem Schulweg Bewegung, frische Luft und soziale Kontakte erleben können. Statt die Umgebung nur am Autofenster „vorbeifliegen“ zu

sehen, nehmen gehende Schüler ihre Umwelt rechts und links des Schulwegs viel intensiver wahr. Die sichere Bewegung im Verkehr kann geübt und damit ein Stück Selbstständigkeit gewonnen werden. Ein weiteres Gesundheitsplus: Die Luft auf dem Schulweg zu Fuß ist gesünder: Messungen ergaben im Vergleich zum städtischen Bürgersteig um ca. 40 % bis 60 % höhere Kohlenmonoxid- und Stickstoffkonzentrationen im Innenraum eines Autos (vgl. www.zufusszur-schule.de).

Kinder und Jugendliche brauchen für einen selbstständigen Fußweg eine fehlertolerante Infrastruktur, damit sie sich auf dem Schulweg sowie am Nachmittag sicher fortbewegen können. Im Freizeitverkehr, auf Schul- und Kitawegen sollen sich auch ungeübte Radfahrer unbeschwert fortbewegen können. So können Kinder lernen, dass es Spaß macht, den eigenen Wohnort und die Umgebung zu Fuß oder per Fahrrad zu erkunden.

Um zu ermöglichen, dass der Fußweg in die Schule von den Kindern alleine bewältigt werden kann, sollten Schulen gemeinsam mit

Eltern, Polizei, Verkehrswacht, Verkehrs- und Schulamt Schulwegepläne erarbeiten: Sichere Strecken aus den Wohngebieten in die Schulen mit ausreichend Querungshilfen. Die Erstellung von Schulwegeplänen (SWP) ist eine seit etwa 1970 erprobte und bewährte Methode.

Vorrangiges Ziel der Erarbeitung von Schulwegeplänen ist die Erhöhung der Verkehrssicherheit: ein kleiner Umweg ist einem Weg mit zu vielen Straßen und Ausfahrten vorzuziehen. Darüber hinaus sind allerdings die allgemeine Unfallprävention (z. B. Sturz- und Rutschgefahren), die soziale Sicherheit (z. B. Tunnel, uneinsichtige Häuserecken, etc.) und auch die Annehmlichkeit der Wege (z. B. Wegebreiten, Grünanteil, etc.) für Kinder zu beachten. Mit Abschluss der Schulwegplanung geht es los: Die Analyse der erhobenen Daten zeigt Schwachstellen der Stadt aufgrund derer die Kommune Verbesserungen einleiten kann.

Schritt 2: bewegter Unterricht

Bewegtes Lernen, bewegtes Sitzen und Bewegungspausen sind die Gestaltungselemente einer bewegten Schule. Bewegung sollte neben



› Schulwege werden vermehrt zu Fuß zurückgelegt, wenn:

- › die Verkehrssicherheit für Kinder gewährleistet ist.
- › Sicherheit vor Übergriffen besteht.
- › die Wegstrecken interessante und abwechslungsreiche Erlebnisse bieten.
- › unter verschiedenen Routen gewählt werden kann.

Quelle: Daniel Grob et al., S. 30 (2009)



dem Hören und Sehen, Schreiben und Lesen als zusätzliche Lernebene berücksichtigt und angesprochen werden. Die drei Elemente des bewegten Unterrichts können von der Lehrkraft weitgehend unabhängig von den Gegebenheiten der Schule in die Unterrichtsplanung integriert werden.

- › **Bewegtes Lernen:** bewusste Rhythmisierung durch ausgewogenen Wechsel von Anspannungs- und Entspannungsphasen also von Konzentration und Entspannung, von Ruhe und Bewegung sowie von geistiger und körperlicher Aktivität.
- › **Bewegungspausen:** Unterbrechung des momentanen Unterrichtsstoffs zugunsten einer kurzen Bewegungszeit.
- › **Bewegtes Sitzen:** Unterbrechung einer monotonen Sitzphase durch Veränderung der Sitzposition hin zu alternativen Arbeitshaltungen. Vgl. www.bewegteschule.de und <http://sportfak.uni-leipzig.de>

Schritt 3: bewegte Klassenreise, bewegte Exkursionen

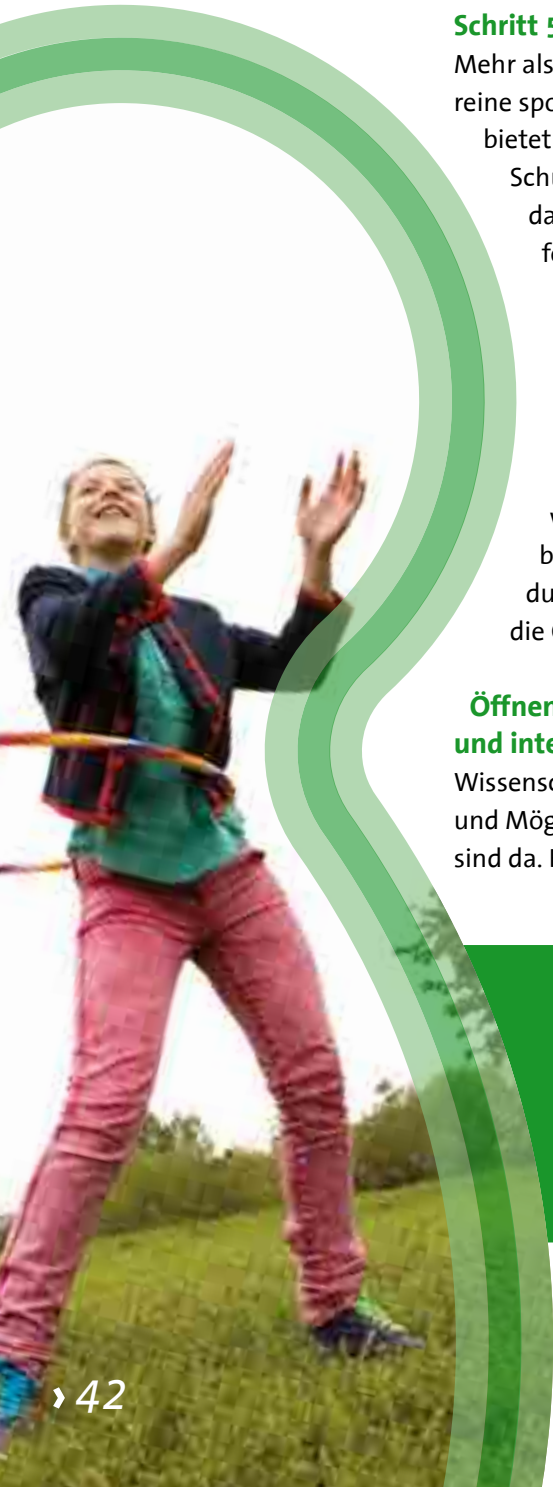
Auch für Klassenreisen, Exkursion und Ausflüge stehen mittlerweile unzählige Ideen und Angebote zur Verfügung, die Bewegung, ausgewogene Ernährung oder andere gesundheitsbezogene Angebote erlebnispädagogisch miteinander kombinieren: Jugendherbergen, Schullandheime und andere Beherbergungsbetriebe bieten zum Beispiel ganze Komplettpakete. Mit „Gut drauf“ besteht ein von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung entwickeltes und zertifiziertes Angebot zur Verfügung, das neben den Angebotsbausteinen für Gäste den gesamten Beherbergungsbetrieb gesundheitsförderlich ausrichtet.

Geht es um eintägige Unternehmungen, rückt die Schulwanderrung wieder in den Vordergrund. Sie ist nicht teuer, kann meist inhaltlich an verschiedene Lehrplaninhalte (z. B. Sachkunde, Geografie, Biologie) oder an erlebnispädagogische Elemente angebunden werden. Der Deutsche Wanderverband bietet Fortbildungen für Lehrkräfte an, die sicher und kompetent mit der Klasse durch die Natur streifen wollen. Aber auch ohne Qualifizierung ist viel Bewegung beim Ausflug möglich. Wandervereine, Naturparkranger und –führer, Sportvereine und viele weitere Institutionen bieten sich als sachkundige Partner für bewegte Klassenerlebnisse in der eigenen Region an.

Schritt 4: Bewegungsfreundlicher Pausenhof

Ein langweiliger oder verletzungsintensiver Schulhof verführt dazu, die Pause über zu sitzen oder zu stehen und zu schwatzen. Zwar ist der soziale Austausch über soeben Gelerntes oder die Unternehmung am Wochenende gewünscht und wichtig, aber fehlende Bewegungsmöglichkeiten und –anreize verhindern Rennen, Springen, Verstecken und sich gegenseitig Jagen. Um Kindern Bewegung als Ausgleich zum sitzenden Unterricht zu ermöglichen, ist die Umgestaltung des Schulhofs möglicherweise notwendig.

Neben den umsetzenden Bau-Dienstleistern, Planungsbüros und begleitenden Experten, die die notwendige Sachkunde zu Arbeitsschutz, Aufsichtspflicht und Haftung von Schulen bei Schulhofprojekten, dem Unfallgeschehen auf Schulhöfen oder DIN- und EU-Normen haben, können Kinder, Eltern, Sport, Gärtner oder Künstler an Planung und Umsetzung beteiligt



werden. Dazu stehen verschiedene Verfahren insbesondere in der Planungsphase – wie Zukunftswerkstatt, Planungszirkel oder Schülergutachten – zur Auswahl. Aber auch in der Umsetzungsphase kann durch die Organisation von Mitmachbaustellen Partizipation gelingen.

Schritt 5: die Bewegte Schule

Mehr als bewegten Unterricht oder eine reine sportpädagogische Ausrichtung bietet das Konzept der „Bewegten

Schule“ aus Niedersachsen. Es zielt darauf ganzheitliches Lernen zu fördern, Schulleben zu gestalten und Schulentwicklung zu unterstützen. Dabei geht es um eine grundlegende Veränderung von Schule durch eine kind-, lehrer- und lerngerechte Rhythmisierung des Unterrichts, durch bewegtes Lernen, bewegte Pausen, bewegte Organisationsstrukturen, durch bewegtes Denken und durch die Öffnung von Schule.

Öffnen für Kooperation, Vernetzung und integrative Konzepte

Wissenschaftlich fundierte Kenntnisse und Möglichkeiten zur Rhythmisierung sind da. Beratung gibt es z. B. über das

Schulentwicklungsprogramm „Lernen für den Ganztag“ bei den Serviceagenturen „ganztäglich lernen“. Diese sind in jedem Bundesland vertreten und beraten Schulen bei der Entwicklung integrativ angelegter Verknüpfungen von Unterricht und außerunterrichtlichen Angeboten. Gleichzeitig wird das Lehrpersonal qualifiziert und fortgebildet.

Die Serviceagenturen stellen fest, dass Ganztagschulen häufig nur additive Angebote in ihrem Schulalltag anbieten. Dies gilt laut **ganztaegig-lernen.org** auch für viele außerunterrichtliche Angebote, die im Rahmen der Öffnung von Schule durchgeführt worden sind. Schule und Jugendhilfe oder andere Anbieter organisieren sich eigenständig, ohne die Angebote inhaltlich aufeinander abzustimmen.

Insbesondere für die Gestaltung von Ganztagsangeboten an Schule ist jedoch eine zielgerichtete Vernetzung mit außerschulischen Partnern sinnvoll oder notwendig – denn hierüber lassen sich sehr gezielt bewegungsfördernde Angebote integrieren. Hier gilt es, Einsicht zu entwickeln und Kompetenzen für die gemeinsame Arbeit auf beiden Seiten aufzubauen. ■

Muuvit aus Finnland

Ein Element eines bewegten Schulalltags kann auch die Beteiligung an dem finnischen Programm Muuvit sein, das es seit 2010 auch in Deutschland, Österreich und der Schweiz gibt. Das Motivationsspiel mit Onlineanbindung vermittelt Kindern ohne großen Aufwand neue Freude an Bewegung und am Lernen.

www.muuvit.org

3.9 Starke Sportvereine – starke Kommunen

Neue Perspektiven für die Stadtentwicklung

Andreas Klages, stv. Direktor Sportentwicklung des Deutschen Olympischen Sportbundes

Soziodemographische Engpässe, sozialräumliche Polarisierungen, gesundheitspolitische Probleme durch Zunahme lebensstilbedingter Krankheiten, strukturelle kommunale Unterfinanzierung sowie weitere Herausforderungen prägen die Entwicklung der Städte und Gemeinden und begrenzen zunehmend ihre politische Handlungsfähigkeit. Dies erfordert eine aktivere Stadtentwicklungspolitik, um die Lebensqualität in den Kommunen zu sichern bzw. auszubauen. Die klassischen Formen der politischen Steuerung werden zukünftig nicht mehr ausreichen, um dieses Ziel zu erreichen. Staatliche Interventionen, die ausschließlich auf die bekannten Instrumente und Akteure der Stadtentwicklung und der Städtebauförderung setzen, greifen zu kurz. Stadtentwicklung in Deutschland benötigt neue Partner!

Der organisierte Sport – ein wichtiger zivilgesellschaftlicher Akteur für die Integration der Stadt

Aufgrund eines zunehmenden Staats- und Marktversagens werden die Akteure des sogenannten Dritten Sektors eine wichtigere Rolle vor Ort in der Stadtentwicklung spielen (müssen). Der gemeinwohlorientierte Sport ist hierbei der größte Akteur. Das flächendeckende System der Sportvereine leistet mit seinen vielfältigen Innovationspotenzialen angesichts eines beschleunigten sozialen Wandels einen zentralen Beitrag zum Gemeinwohl in Deutschland. Der organisierte Sport unter dem Dach

des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) hat sein Angebotspektrum stark ausgeweitet, seine Leitbilder modernisiert und auf eine differenzierte Gesellschaft hin ausgerichtet, die Qualifizierungskonzepte weiterentwickelt und an vielen Stellen Instrumente des Qualitätsmanagements eingeführt.

Sportvereine sind zunehmend Motoren kommunaler Kooperationen und arbeiten mit Gesundheitsämtern, Schulen, Kindergärten, Krankenkassen und Jugend- sowie Sozialämtern zusammen. Sie bieten nicht nur Sport an, sondern sind Orte von Ganztagsbetreuung und der größte nicht-staatliche Bildungsanbieter. Sportvereine erstellen Angebote für Ältere und Hochaltrige sowie Familien und bieten bundesweit über 18.000 qualitätsgesicherte Gesundheits-sportangebote an – die vielfältigen Angebote für Menschen mit Behinderung nicht eingerechnet. Spezielle Zielgruppenprogramme wenden sich an Frauen und Mädchen sowie an Menschen mit Migrationshintergrund. Eine zunehmende Anzahl von Vereinen engagiert sich für Natur- und Klimaschutz und keine andere Freiwilligenvereinigung in Deutschland erreicht so viele Kinder und Jugendliche in allen sozialen Gruppen wie die deutschen Sportvereine.

Stadtentwicklung und Städtebauförderung sollten die Potenziale des Sports und der Vereine besser nutzen

Sportvereine machen Städte und Gemeinden zu Orten mit hoher Lebensqualität und wirken den Spaltungstendenzen in den Städten entgegen. Angesichts dieser Befunde ist es mehr als verwunderlich, dass die Förderprogramme, Projekte und Interventionen der Stadtentwicklung und der Kommunalpolitik die deutschen Sportvereine und ihre Potenziale nicht schon längst umfassender berücksichtigen und sich noch zu häufig in isolierten Einzelvorhaben verlieren. Stattdessen sollten Bund, Länder und Kommunen sowie die nationale Stadtentwicklungspolitik die Strukturen des organisierten Sports systematischer nutzen. Zur erfolgreichen Gestaltung der Herausforderungen der Stadtentwicklung sind viele kleine dezentrale Fortschritte vorhandener Akteure meist wahrscheinlicher und nachhaltiger



als ein politisch oft gewünschtes „Leuchtturmprojekt“. Die Förderung der Sportvereine durch die öffentlichen Hände ist nicht nur politisch sinnvoll; Bund, Länder und Gemeinden sollten darüber hinaus die Sportvereine noch umfassender in ihre politischen Handlungsstrategien einbeziehen.

Neben dieser angebotsorientierten und gesellschaftspolitischen Perspektive des Vereinssports ist eine weitere Dimension des Sports von Bedeutung: die Sportinfrastruktur. Zum einen sind die Sportstätten des Leistungs- und Profisports häufig Kristallisationspunkte und Iden-

tifikationsorte der Städte und Symbole zeitgemäßer Stadtgestaltung. Die Sportanlagen des Breiten-, Gesundheits- und Vereinssports vor Ort und in den Stadtteilen sind zum anderen nicht nur räumlich-funktionale Voraussetzung für Sportaktivität, sondern darüber hinaus auch Plattformen der örtlichen Gemeinschaft und unterstützen die Wertigkeit von Stadtteilen. Drittens treten die Sporträume des Natursports als Sport- und Naturorte gleichermaßen zunehmend in den Fokus.

Erfolgsfaktor Kooperation

Um die Potenziale der Sportvereine bei der Gestaltung des gesellschaftspolitischen Wandels umfassender nutzen zu können, bedarf es neben der skizzierten modernen Sicht auf den Sport als zukunftsorientiertes und gesellschaftlich wirksames Politikfeld auch entsprechender Unterstützungsstrukturen auf Bundes- und Landesebene (z. B. bei der substantiellen Integration von Sport und Sportstätten in die Städtebauförderung). Darüber hinaus gehören eine phantasievolle und mit anderen politischen Handlungsfeldern vernetztere kommunale Sportförderpolitik und die Überwindung einer stark „versäulten“ Kommunalverwaltung ebenso zu den Zukunftsfaktoren wie eine thematisch breite und strategisch ausgerichtete Kooperation zwischen außenorientierten Sportvereinen und einem breiten Akteursspektrum vor Ort.

Der Sport ist ein wichtiger Partner für eine moderne und ausgewo-

gene Stadtentwicklung. Der DOSB und seine Vereine können die städtischen Herausforderungen vor Ort mit gestalten und Kommunen zu Orten mit hoher Lebensqualität machen. ■

Literaturhinweise:

- ▶ Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.): *Sport im Verein – ein Handbuch*. Hamburg 2011.
- ▶ Deutscher Olympischer Sportbund (Hrsg.): *Dokumentation des Kongresses „Starker Sport – starke Kommunen“*. Wege für eine zukunftsfähige Partnerschaft. München, 5. und 6. März 2010. Frankfurt/M. 2010.
- ▶ Andreas Klages: *Politikfeld Sport*. In: Thomas von Winter und Volker Mittendorf (Hrsg.): *Perspektiven der politischen Soziologie im Wandel von Gesellschaft und Staatlichkeit*, S. 185-202.

Kontakt und weitere Informationen:

Deutscher Olympischer Sportbund
Andreas Klages
stv. Direktor Sportentwicklung
Ressortleiter Breitensport, Sporträume
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt
klages@dosb.de

www.dosb.de
www.dsj.de



3.10 Spiel, Platz und ...?

Leitplanung Spiel- und Bewegungsräume in Mülheim (Ruhr)
Beigeordneter Prof. Peter Vermeulen, Stadt Mülheim (Ruhr)

Mülheim an der Ruhr ist eine der kleinen Großstädte im Ruhrgebiet, im Westen zwischen Duisburg, Essen und Düsseldorf gelegen. Mittlerweile leben weniger als 170.000 Einwohner auf dem rund 9.000 ha großen Stadtgebiet. Die Stadt ist geprägt von der Ruhrgebietsrandlage. Der grüne, ländlich geprägte Südteil Mülheims bietet Grün und Freiraum. Große Teile des Ruhrtales stehen unter Landschafts- oder Naturschutz. Forstflächen und landwirtschaftliche Gebiete grenzen an. Im industriellen und dicht besiedelten Nordteil sind Freiflächen vergleichsweise rar und beschränken sich auf landwirtschaftliche Restflächen im Randbereich zu Essen und Oberhausen sowie auf angelegte Parkanlagen aus verschiedenen Entwicklungsphasen der Stadt. Die letzte große Entwicklung einer innerstädtischen Freifläche Mülheims war die Herstellung des Landesgartenschau-geländes Anfang der 90er Jahre auf dem Westufer der Ruhr und vis-à-vis der Innenstadt. Das heutige Gelände der Mülheimer Gartenschau (MÜGA).

Bachtäler wie z. B. das Horbachtal und das Hexbachtal bilden natürliche, unverbaute Grünanlagen. Als einzige Ruhrgebietstadt wird Mülheim an der Ruhr zentral von Südosten nach Nordwesten von der Ruhr durchflossen. Waldflächen, als Teil des Freiraumes befinden sich überwiegend im Westen des Stadtgebietes und machen mit 1.700 Hektar rund 19 Prozent der Stadtfläche aus.

Die Teilung in verdichteten Norden und grünen Süden spiegelt sich auch sozialräumlich wider: armer Norden, reicher Süden. Großflächige Industrieareale im Norden, ehemalige Arbeitersiedlungen aus dem 19. Jahrhundert und Siedlungen von großen Wohnungsbaunternehmen

aus den 50-er und 60-er Jahren im Nordosten, dagegen Einfamilienhäuser und Eigentumswohnungen aus allen Epochen im Süden und Südwesten.

Trotz deutlich mehr Zuzügen als Wegzügen fällt die Gesamtbevölkerungsbilanz Mülheims negativ aus. Die geringe Geburtenrate und die gesamtgesellschaftliche Verlängerung des Lebensalters machen Mülheim zu der Stadt mit dem höchsten Durchschnittsalter im Ruhrgebiet. Die Wanderungsgewinne kompensieren auch nicht den sogenannten „Sterbeüberschuss“, so dass Mülheims Einwohnerzahlen, wenn auch langsam, so doch noch kontinuierlich sinken.

Warum eine Leitplanung für Spiel- und Bewegungsräume?

Die demografische Entwicklung bietet Herausforderungen und Veränderungschancen im Städtebau. Schlechtem Wohnungsbau droht soziale Stigmatisierung, Wegzug und Leerstand. Hochhäuser werden zurückgebaut, architektonisch wenig ansprechende Mehrfamilienhäuser werden mit Balkonen aufgewertet, Innenhöfe begrünt, Dachterrassen entstehen. Altem Wohnungsbestand wird mit Abbruch und Neubau begegnet.

Das Mobilitätsverhalten ändert sich. Der Autoverkehr soll gelenkt werden, Spielstraßen entstehen, das Bedürfnis nach Ruhe in der Stadt wächst und damit die Forderung nach grünen Rad- und Fußwegen abseits der Straße. Der Schrumpfungsprozess kann zur Chance werden, mit Grünanlagen dem Klimawandel zu begegnen, ein Stadtklima zu verändern, Verdichtung aufzuheben und Grüntrassen in die Innenstadt zu schlagen.



Das Altern der Stadtgesellschaft zeigt daneben noch andere Erscheinungen. Neubauviertel, für junge Familien in den 70er, 80er und 90er Jahren errichtet, die geprägt waren von Kinderlärm und jugendlicher Randalen, werden zu Vorstadtsiedlungen mit alternden Menschen in kinderlosen Haushalten. Spielplätze verweisen und werden von gelegentlich zu Besuch kommenden Enkelkindern wiederentdeckt. Die Spiellandschaft Stadt verändert sich. Der Ruf nach Mehr-Generationen-Spielplätzen wird laut. Spiel und Bewegung werden Themen in einer gesundheitsbewussteren Lebensgestaltung. Das Bedürfnis nach Spiel und Bewegung verlangt nach mehr als einem isolierten Spielplatz. Und es ist auch nicht der organisierte Sport, der dieses Bedürfnis allein abdecken kann. Die Sportplätze sind ebenfalls in die Jahre gekommen. Einige zeigen deutlich Spuren der Unternutzung und spätestens bei der Frage, wo Kunstrasenplätze eingerichtet werden, wird klar, dass es nicht mehr um alle Sportplätze geht, sondern dass auch hier eine Konzentration nötig wird.

Im Rahmen der Flächennutzungsplanaufstellung wurden 2005 in Mülheim insgesamt 31 ha Spielfläche ausgewiesen. Darin sind Bolzplätze und Spielplätze enthalten. Nachdem die Standortsicherung von Spielflächen schon bei der Aufstellung des Flächennutzungsplanes 2002 bis 2005 eine Rolle spielte, die Spielplatzgestaltung und die behindertengerechte Ausstattung von Spielplätzen immer wieder Thema

war, wurde im Jahr 2011 die Entwicklung einer Spielleitplanung im Jugendhilfeausschuss beschlossen.

Eine Leitplanung, die der Jugendhilfeausschuss beschließt, hätte für die Stadtplanung empfehlenden Charakter. Eine Spielleitplanung, die in der Stadtplanung verortet ist, kann mittels eines Ratsbeschlusses verbindliche Planungsgrundlage werden. Daher wurde die Verbindung einer Grün- und Spielflächenplanung in Mülheim an der Ruhr zum Anlass genommen, den Prozess einer verbindlichen Leitplanung für Spiel- und Bewegungsräume anzustoßen. Hierbei arbeiten die Jugend- und Planungsdezernate eng zusammen.

Wie wird die Leitplanung gestaltet?

Bei der Spielleitplanung handelt es sich um ein zeitgemäßes Instrument der städtebaulichen Weiterentwicklung, mit intensiver Bürgerbeteiligung, zur nachhaltigen Flächenbewirtschaftung und effektivem Finanzmanagement. Mit Hilfe eines einheitlichen und transparenten Konzeptes wird die bestehende Planungsgrundlage, die auf mittlerweile 30 Jahre alten statistischen Daten und der Grundannahme einer wachsenden Einwohnerzahl basiert, ersetzt.

Für die Bedarfsfeststellung im Rahmen der Spielleitplanung sind Mitwirkung und Beteiligung ein wesentlicher Ansatz. Deswegen ist, neben der quantitativen und qualitativen Analyse, die Beteiligung von

Kindern und Jugendlichen ein zentrales Element der Spielleitplanung. Neue Spielplätze in der Stadt Mülheim, wie Markscheiderhof, Hoffmannsweg und Steinkuhle, werden schon seit den neunziger Jahren mit Kinderbeteiligung geplant.

Partizipation von Kindern und Jugendlichen ist auch ein Grundprinzip der Mülheimer Kinder- und Jugendarbeit. Sie fand in Form von Beteiligungsprojekten z. B. im Jahr 2005/2006 bei der Teilraumentwicklungsplanung Broich/Speldorf sowie im Jahr 2009 in Zusammenarbeit mit dem Stadtteilmanagement Eppinghofen statt. Auch für die Entwicklung einer Spielleitplanung für die Stadt Mülheim an der Ruhr ist es daher ein Ziel, Kinder und Jugendliche aller Stadtbezirke bzw. Stadtteile zu beteiligen.

Erst in der Zusammenschau kann eine Leitlinie entwickelt werden, die alle öffentlichen Freiräume erfasst, bewertet und berücksichtigt, in denen sich Kinder und Jugendliche aufhalten und aktiv werden. Das können Grünanlagen oder Plätze sein, aber eben auch Brachen, Siedlungsränder, Straßenräume, Baulücken. Durch Einbezug aller Betroffenen werden eine fachgerechte und objektivierte Beurteilung des bestehenden Angebotes sowie ein daraus resultierendes Flächenmanagement ermöglicht.

Partner der Leitplanung

Darüber hinaus ist für die Leitplanung Spiel- und Bewegungsräume die fachliche Beteiligung und

Zusammenarbeit folgender Ämter der Verwaltung zwingend notwendig und wichtig:

- › Amt für Kinder, Jugend und Schule,
- › Amt für Stadtplanung, Bauaufsicht und Stadtentwicklung,
- › Amt für Umweltschutz,
- › Amt für Geodatenmanagement, Vermessung, Kataster und Wohnungsförderung,
- › Amt für Grünflächenmanagement und Friedhofswesen.

Zusätzlich gilt es, die ehrenamtlichen Spielplatzpaten und die Träger von Einrichtungen der Kinder- und Jugendarbeit einzubeziehen. Da große Teile des Dezernates Umwelt, Planen und Bauen beteiligt sind und eine verbindliche Planung aufgestellt werden soll, wurde zwischen den Dezernaten V (Soziales, Sport, Jugend, Schule, Kultur) und VI (Umwelt, Planen, Bauen) vereinbart, die Federführung im Dezernat VI zu verankern. Erst auf dieser Grundlage sollen in einem nächsten Schritt konkrete Überarbeitungsvorschläge für bestehende Anlagen abgeleitet werden. Das Hauptaugenmerk gilt dabei zunächst einer objektiven Analyse. Aufgrund der veränderten Rahmenbedingungen sind dafür u. a. statistische Daten neu zu erheben, zu analysieren und kartografisch darzustellen. Da diese Art der Zusammenstellung von Daten und Fakten, sowie deren Aufbereitung nicht zum Tagesgeschäft der Behörde zählen, und weil der Blick von außen wichtig ist, wird ein Planungs- und Gutachtenauftrag an ein fachlich versiertes Planungsbüro vergeben. Dieses Fachgutachten wird die Grundlage für eine am Bedarf orientierte stadtweite Planung städtischer Spielflächen bilden, ggf. mögliche Einsparpotenziale aufzeigen und eine zielgerichtete

Verwendung der verfügbaren konsumtiven Haushaltsmittel ermöglichen.

Die beteiligten Fachämter übernehmen durch Bildung eines internen Arbeitskreises die Zusammenführung des vorhandenen Datenmaterials, legen Ziele und Inhalte des zu entwickelnden Konzeptes fest, sowie Standards für die weitere Vorgehensweise und führen die erforderlichen Genehmigungsverfahren durch. Darüber hinaus liegt die Vertretung der Thematik in den politischen Gremien und in der Bürgerschaft bei den beteiligten Fachämtern.

Als sogenannte Nothaushalt-Kommune ist die Stadt Mülheim an der Ruhr über die Gemeindeordnung angehalten, keine zusätzlichen freiwilligen Aufgaben zu finanzieren. Eine Leitplanung für Spiel- und Bewegungsräume ist kein pflichtiges Planungsinstrument. Die in Mülheim an der Ruhr ansässige Leonhard-Stinnes-Stiftung finanziert große Teile der Planungskosten. Zusätzlich wurde mit der Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb) ein Partner gewonnen, der zusätzliches Knowhow liefert, die Grundlagenarbeit unterstützt und die Auftaktveranstaltung mitgestaltet. Als weiteren Partner bringt peb das Institut für Stadtplanung und Städtebau (ISS) an der Universität Duisburg-Essen mit Prof. Dr. Alexander Schmidt und Dr.-Ing. Minh-Chau Tran für die wissenschaftliche Begleitung mit.

Die Leitplanung Spiel- und Bewegungsräume soll im Herbst 2012 beginnen und 2013 im Rat der Stadt Mülheim an der Ruhr verbindlich beschlossen werden. ■



3.11 Anhang: Quellen, Fachliteratur und Links

Literatur- und Linkdatenbank Ernährung, Bewegung, kommunale Gesundheitsförderung

Literatur zu Ernährung, Verpflegung, Bewegung

- › www.regionen-mit-peb.de
- › www.in-form.de/profiportal
- › www.dge-medianservice.de
- › www.aid-medienshop.de

Ernährung, Bewegung, Gesundheit in der Kita

- › Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg., 2011): **DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder**. 3. Auflage. Bestellung via www.dge-medianservice.de, Download via www.fitkid-aktion.de
- › Dimopoulos, Bianca et al. (2012): **Ganzheitliche Gesundheitsbildung in Kindertageseinrichtungen**. Münchner Werkbuch. Hrsg.: Landeshauptstadt München, Referat für Bildung und Sport. Verlag Heinrich Vogel. ISBN: 978-3-574-39300-6.
- › Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (Hrsg., 2007): **gesunde kitas – starke kinder, Arbeitshilfe für pädagogische Fachkräfte**. Download via www.pebonline.de
- › Grünewald-Funk, Dorle et al. (2011): **Esspedition Kindergarten. Ernährungserziehung für die Praxis**. Hrsg.: aid infodienst. 7. veränd. Neuauflage. Bestellung via www.aid-medienshop.de
- › Krawietz, Annette et al. (2009): **Heut' bin ich Pirat. Konzepte und Praxisideen für Bewegungsangebote im Kindergarten**. 7. Auflage, Hrsg.: Sportjugend Hessen, ISBN: 978-3-89280-024-3. Bestellung via www.sportjugend-hessen.de

- › Miedzinski, Klaus et al. (2009): **Die Neue Bewegungsbaustelle: Lernen mit Kopf, Herz, Hand und Fuß – Modell bewegungsorientierter Entwicklungsförderung**. Hrsg.: Verlag Modernes Lernen, 2. Auflage, ISBN: 978-3-938-18709-8.
- › Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (Hrsg., 2011): **gesunde Kita – starke Kinder! Methoden, Alltagshilfen und Praxistipps für die Gesundheitsförderung in Kindertageseinrichtungen**. Cornelsen Verlag Scriptor, ISBN: 978-3-589-24708-0.
- › www.bewegungsbaustelle.de – eine ältere, aber nach wie vor gute Seite zu Bewegungsbaustellen.
- › www.fitkid-aktion.de – FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas. Teilprojekt der Kampagne „Besser essen. Mehr bewegen. Kinderleicht“. Mit der „FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas“ im Rahmen des Aktionsplans IN FORM sollen Verantwortliche für die Kita-Verpflegung dabei unterstützt werden, ein vollwertiges Verpflegungsangebot bereitzustellen.
- › www.vernetzungsstellen-schulverpflegung.de – Im Rahmen von IN FORM bieten die Vernetzungsstellen Schulverpflegung (VNS) einen bundesweiten Service rund um die Ernährung in Kitas und Schulen.
- › www.zufusszumkindergarten.de
- › Schulte, Karola (2012): **Essen und Trinken in der guten gesunden Kita – Ein Leitfaden zur Qualitätsentwicklung**. Hrsg.: AOK

Nordost / Bertelsmann Stiftung / Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin. Bestellung via www.vernetzungsstelle-berlin.de, weitere Informationen www.gute-gesunde-kita.de

Ernährung, Bewegung, Gesundheit in der Schule

- › Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg., 2011): **DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung**. 3. Auflage. Bestellung via www.dge-medianservice.de, Download via www.schuleplusessen.de
- › Leicht-Eckardt, Elisabeth; Straka, Dorothee (2011): **Ernährungsbildung und Schulverpflegung (Band 1+2)**. Hrsg.: Ernährungs Umschau – Forschung und Praxis, Umschau Zeitschriftenverlag, ISBN: 978-3-930007-30-1.
- › Enderlein, Oggi et al. (2008): **Die Schule gesund machen! Eine Einladung zum Umdenken**. Themenheft 11 der „Werkstatt Schule wird Lebenswelt“. Hrsg.: Deutsche Kinder- und Jugendstiftung gemeinnützige GmbH (DKJS). ISBN: 978-3-940898-02-9. Download & Bestellung via www.ganztaegig-lernen.de
- › Marquardt, Reinhard et al. (2012): **Lernort Schulgarten – Projektideen aus der Praxis**. Hrsg.: aid infodienst, 2., veränd. Neuauflage. ISBN: 978-3-8308-1022-3. Bestellung via www.aid-medienshop.de
- › Paulus, Peter (2010): **Die gute gesunde Schule. Mit Gesundheit gute Schule machen**. Hrsg. Verein Anschub.de – Programm

- für die gute gesunde Schule e. V. & Barmer GEK. Download via www.anschub.de
- › Wehmöller, Dörte (2010): [Pause mit Genuss. Praktische Anregungen für Schulkiosk und Cafeteria](#). Hrsg.: Verbraucherzentrale NRW. Download via www.schulverpflegung.vz-nrw.de
 - › www.ganztaegig-lernen.org – Die in allen Bundesländern existierenden Serviceagenturen beraten und begleiten Ganztagschulen in nahezu fast allen Fragen der Schulentwicklung.
 - › www.ganztag-blk.de – Der Projektverbund „Lernen für den GanzTag“ setzt sich zum Ziel, gemeinsame Qualifikationsprofile für Ganztagspersonal durch Fortbildungsmodule (u.a. zur Bau- und Schulflächengestaltung) nutzbar zu machen.
 - › www.bewegteschule.de – das niedersächsische Konzept umfasst den gesamten Lern- und Lebensraum einer Schule und deren Organisation.
 - › www.geschmackstage.de – Die "Geschmackstage" sind eine Mitmachaktion, um jährlich eine Woche ganz dem Genuss, der Esskultur und der Ernährungsbildung in der Region zu widmen.
 - › www.gutdrauf.net – gesundheitsbezogene BZgA-Jugendaktion mit regionalen Partnern wie Schulen, Einrichtungen der Jugendarbeit, Jugendunterkünfte, Kommunen, Anbieter von Jugendreisen oder pädagogischen Programmen.
 - › www.mehr-bewegung-in-die-schule.de – Informationen rund um das Thema der Bewegten Schule.
 - › www.schuleplusesessen.de – Schule+Essen=1: IN FORM-Teilprojekt der DGE-Kampagne „Besser essen. Mehr bewegen. Kinderleicht“ – eine Themenfundgrube rund ums Essen in der Schule.
 - › www.schulwandern.de – mit dem Projekt „Schulwandern – Stark machen für mehr Bewegung und nachhaltige Naturerlebnisse“ befähigt der Dt. Wanderverband in Kooperation mit der Deutschen Wanderjugend Lehrer und Multiplikatoren kind- und jugendgerechte Schulwanderungen zu initiieren.
 - › www.sichere-schule.de – eine interaktive Seite der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen zu den Themen sichere und gesunde Schuleinrichtung, Schulbau und Ausstattung.
 - › www.take54you.de – Das Take 5 for you-Konzept ist im Rahmen eines BMBF-Forschungsprojektes entwickelt worden. Im Zentrum steht die professionelle Organisation aller mit der Schülersverpflegung in Verbindung stehenden Prozesse – bis hinein ins Klassenzimmer.
 - › www.vz-nrw.de – Die Verbraucherzentrale NRW bietet auf ihren Seiten einen kompakten, aber ausführlichen Überblick über das Thema Schulkiosk und Pausenverpflegung an.
 - › www.zufusszurschule.de – Informationsseite des FUSS e. V.



Fachverband Fußverkehr mit Hintergrundinformationen, Aktionstipps, weiterführenden Links, Materialien zum Schulweg zu Fuß.

Kommune, Bewegung, Gesundheit, Spiel

- › Apel, Peter et al. (2010): [Freiräume für Kinder](#). Reihe: Werkstatt: Praxis, Heft 70. Hrsg.: Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung. ISBN: 9-78-3-87994-970-0. Download via www.bbsr.bund.de
- › Deutsches Kinderhilfswerk e. V. (Hrsg., 2005): [Naturerfahrungsräume – neue Chancen für Kinder und Natur in der Stadt](#). Bestellung via www.dkhw.de
- › Engel, M. (2009): [Spielräume – Tipps zur Planung und Gestaltung von sicheren, attraktiven Lebens- und Spielräumen](#). Bern: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung; 2009. bfu-Dokumentation 2.025. Download via www.bfu.ch
- › Gesundheit Berlin-Brandenburg (Hrsg., 2010): [Aktiv werden für Gesundheit – Arbeitshilfen für Prävention und Gesundheitsförderung im Quartier](#). Teil 1-7. 2. aktualisierte & erweiterte Auflage. Bestellung & Download via www.gesundheitliche-chancengleichheit.de
- › Grob, Daniel et al. (2009): [Strukturelle Bewegungsförderung in der Gemeinde](#). Synthese

des aktuellen Wissensstandes, Grundlagen für Handlungsempfehlungen. Hrsg.: Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz (AefU).

Download via www.public-health-services.ch

- › Institut für Landes- und Stadtentwicklungsforschung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg., 2001): **Bewegung in der Stadt. Bewegung, Spiel und Sport im Wohnungsnahbereich.** ISBN: 3-8176-6179-1. Informationen via www.ils-forschung.de
- › Lichtenecker, Andrea (2009): **Natur / Erlebnis / Region. Ein Leitfaden zur Etablierung von nachhaltigen Naturerlebnisanisange-**

boten für Gemeinden und Regionen. Hrsg.: Naturfreunde Internationale. Download via www.nfi.at

- › peb (Hrsg., 2008): **Bewegungs(räume. Macht Platz! Mehr Bewegungsräume für Kinder im kommunalen Umfeld.** Download via www.pebonline.de
- › Schemel, Wolfgang et al. (2010): **Bewegungsräume im Wohnumfeld zur Förderung der Gesundheit von älteren Kindern. Ein Leitfaden für Kommunen und Bürgergruppen.** Hrsg.: Büro Dr. Schemel für Umweltforschung und Stadtentwicklung. Download via www.kinderfreundliche-stadtgestaltung.de
- › Utermark, Kerstin et al. (2009): **Naturspielräume. Mit Kindern gesund Lebenswelten gestalten.** Hrsg.: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. Download via www.gesundheit-nds.de
- › www.haltungsbewegung.de – die Bundesarbeitsgemeinschaft für Bewegungsförderung hat zum Ziel, die Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen bewegungsfreundlicher zu gestalten.
- › www.kinderfreundliche-stadtgestaltung.de – Das Dt. Kinderhilfswerk begleitet Spielraumplanungsprozesse.
- › www.mundraub.org – den süßen Kick von herrenlosen Obstbäumen etc. selber pflücken: Die Website zeigt, wo man sie deutschlandweit findet. Jeder kann weitere Bäume und Büsche

mit wildem Obst und Nüssen eintragen.

- › www.naturerfahrungsraum.de – Naturerfahrungsräume im besiedelten Bereich sind Grünflächen, auf denen sich die Natur frei entwickeln kann und die sich prima als wilde Spielräume nutzen lassen. Wie das geht, kann man auf der Website lernen.
- › www.radschlag-info.de – Infoseite zum Thema Radfahren in Schule, Kita, Familie und Verein
- › www.schulwegplaene.de – Online-Leitfaden zur Verbesserung der Schulwegsicherheit und Schulwegannehmlichkeit mit Hilfe des Schulwegplan-Verfahrens von FUSS e. V.
- › www.schulwegplaner.de – Online-Planer mit Tool zum Erstellen von grafischen Schulwegplänen.
- › www.spielleitplanung.de – ein Weg zur Kinderfreundlichen Gemeinde und Stadt.
- › www.udv.de/kinder – Seite der Unfallforscher der Versicherer zu Kinder als Verkehrsteilnehmern sowie zu Kinderverkehrsthemen (z. B. Schulwegsicherung, Radverkehrsanlagen).
- › www.strukturelle-bewegungsfoerderung.ch – Synthese des aktuellen Wissensstandes, Grundlagen für Handlungsempfehlungen.



Kapitel 4:

In Netzwerken arbeiten

Netzwerkarbeit als strategisches Instrument bei Regionen mit peb

Viele Akteure bezeichnen sich in ihrer beruflichen Einbindung als vernetzt. Sie kennen ihre aufgabenbezogenen Mitbewerber, ihre Fachdienste in der Kommune und sporadische Kooperationspartner. Immer mehr Menschen vernetzen sich auf virtuellen Plattformen wie facebook, StudiVZ, Wer-kennt-wen oder beruflichen Kontaktbörsen wie XING. Wer Vernetzung jedoch als Strategie zur Zielerreichung nutzen möchte, kommt mit den virtuellen oder unkonkreten Netzwerkarten und -definitionen nicht weiter. Mehr noch: Sie sind aufgrund ihrer abrechnungs- und konkurrenzorientierten Zusammenhänge oder der möglichen Anonymität und Vermischung mit Privatem teilweise sogar hinderlich, zielgerichtet Themen im Querschnitt zu behandeln.

Vernetzung ist mehr als ein Zauberwort in einer komplexen Welt. Vernetzung ist bezogen auf Ernährung und Bewegung ein Vehikel, um in den Kommunen und Regionen Prävention und Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe zu etablieren. Insbesondere für Themen wie Ernährung und (Alltags-)Bewegung sind Vernetzung und Kooperation Methoden, professionelles Wissen in Einrichtungen anzusiedeln, die einen anderen (Bildungs-)Auftrag haben, aber innerhalb ihrer Angebote über viele Anknüpfungspunkte verfügen.

Dem strategischen Vernetzungsgedanken kommen im kommunalen Gesundheitsbereich Zusammenschlüsse wie Gesundheitskon-

ferenzen, Runde Tische der Gesundheit, Netzwerke Frühe Hilfen, Aktionsbündnisse für Familie oder Arbeitsgruppen der Lokalen Agenda am nächsten. Sie verbinden verschiedene Akteure und Organisationen zielorientiert und mit einer gemeinsamen Aufgabe. Was sie jedoch streng genommen von der eigentlichen Netzwerkdefinition unterscheidet, ist ihr teilweise hoher Organisationsgrad bis hin zu eingetragenen Vereinen.

Einordnung von Vernetzung bei „Regionen mit peb“

Das Projekt „Regionen mit peb“ versteht sich als In-Gang-Setzer und Unterstützer von Vernetzung für einen gesunden Lebensstil von Kindern mit ausgewogener Ernährung und viel Bewegung. „Regionen mit peb“ wirkt in alle Lebensbereiche und verfolgt dafür einen kommunalen Ansatz der Verhältnisprävention, der nicht direkt in den klassischen Settings von Kindern ansetzt.

Das Projekt beruht vor allem auf folgenden Annahmen:

- › Lebenslang wirksame Gesundheitsförderung und Prävention finden insbesondere in kommunalen Settings – in den Lebenswelten – statt.
- › Die praktische Vermittlung und Entwicklung von gesundheitsförderlichen Angeboten für und mit der Bevölkerung kann insbesondere lokal wirken.
- › Auf lokaler Ebene können verhaltenspräventive Ansätze sowie Verhältnisänderungen kombiniert werden.

- › In der Kommune/Region finden sich alle wichtigen Akteure für Gesundheit und Daseinsfürsorge zusammen.
- › Es gibt ausreichend Know-how und Expertenwissen auf lokaler Ebene sowie viele sehr gute Beispiele, Modelle und Konzepte für Einrichtungen, Träger und Initiativen, die übertragen werden können.
- › Einrichtungen, Politik, Verwaltung und Experten müssen auch vor Ort an einem Strang ziehen. Sie brauchen Unterstützung bei der gemeinsamen Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebenswelten.
- › Ressortübergreifende Arbeit und Vernetzung sind keine Alltags-techniken: Kommunen und Fachkräfte vor Ort brauchen vor allem für eine zielgerichtete Vernetzung und Kooperation neue Kompetenzen, Strukturen und Mittel.
- › Vernetzung ist ein Instrument zur Lösung von lebensstilbezogenen Gesundheitsfragen in der Kommune. ■



4.1 Voraussetzungen für den Netzwerkaufbau

Wer Vernetzung nicht als überstrapazierte Modeerscheinung oder lästige Pflichtaufgabe wahrnimmt, sondern strategisch nutzen möchte, benötigt einige Vorkenntnisse und Kompetenzen bei der komplexen Aufgabe, unterschiedliche Berufsgruppen und Einrichtungen zum gemeinsamen Arbeiten zu bewegen. Dazu gehören der Wille zu Transparenz und zur Zusammenarbeit sowie ein hoher Organisationsgrad und Kommunikationsgeschick. Vor allem aber muss jedem, der sich vernetzen will, klar sein: Strategische Vernetzung ist nicht zum Nulltarif zu haben! Personelle und zeitliche Ressourcen sind von allen Beteiligten unbedingt einzukalkulieren.

Merkmale von strategisch arbeitenden Netzwerken

Netzwerke sind im Idealfall als dynamische, lernende Zusammenschlüsse angelegt. Den „one best way“, sie zu organisieren und zu strukturieren, gibt es nicht. Sie sind kein Selbstzweck oder Verein, sondern ein Werkzeug, um gemeinsam ein Ziel zu erreichen. Das Bundesfamilienministerium nutzt in seinem „Handbuch Alleinerziehende“ dafür den Begriff „Produktionsnetzwerke“. „Regionen mit peb“ verwendet die Bezeichnung „strategische Netzwer-

ke“, die durch folgende grundlegende Merkmale der Zielorientierung gekennzeichnet sind:

- › einen In-Gang-Setzer mit Anliegen, Auftrag, Wunsch, Problem o.ä.,
- › einen Kümmerner/Netzwerkkordinator,
- › gemeinsame settingorientierte und kommunalstrukturbezogene Ziele/Zielorientierung,
- › im Idealfall keine Hierarchien innerhalb des Netzwerks – auch wenn die Netzwerkpartner außerhalb des Netzwerks hierarchisch gegliedert arbeiten (z. B. Kommune als Förderer),
- › Kommune und/oder Landkreis als Netzwerkpartner,
- › Partner und Mitstreiter mit Entscheidungskompetenz für das Netzwerk,
- › konkrete, gemeinsame Ziele,
- › regelmäßige Kommunikation und Öffentlichkeit (Transparenz),
- › Offenheit für neue Themen und Fragestellungen,
- › Selbstkontrolle/(Selbst-) Evaluation,
- › politische Unabhängigkeit.

› **Finanzielle Entlastung für den Kommunalhaushalt**

Als gute Beispiele in der Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit gelten Ansätze, die die Kommune als Gesamtsetting betrachten sowie die Zusammenarbeit der Verwaltungsressorts und der Verwaltung mit anderen Partnern in den Mittelpunkt stellen. Das Netzwerk Frühe Förderung in Dormagen ist eines dieser positiven Beispiele. Durch die Zusammenarbeit von Gesundheitsamt, Schulen, Kindergärten, Jugendhilfe, Ärzteschaft und Ärzten wurde ein breites Netzwerk aufgebaut, das durch einen Präventionsbeauftragten der Stadt Dormagen gemanagt wird. Durch die Netzwerkarbeit konnten in Dormagen die Kosten für stationäre Hilfen zur Erziehung deutlich gesenkt werden und in ambulante Hilfen und Präventionsprogramme investiert werden. Dieses Beispiel zeigt, dass gute Präventionsarbeit durch Netzwerkarbeit direkte finanzielle Entlastung bringt. Dabei ist immer die treibende Kraft oder eine Person, die die Zusammenarbeit koordiniert, Dreh- und Angelpunkt für das Geschehen. Grundsätzlich erscheint es in allen Bereichen der Prävention (Gewalt, sicheres Internet für Kinder etc.) erforderlich, dass sich unterschiedliche Experten beteiligen und gemeinsam an einem Thema arbeiten.
Quelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg, S. 2-3 (2011)

Die drei Phasen des Netzwerkaufbaus

Für die zielorientierte Arbeit verschiedener Akteure und Berufsgruppen lassen sich im Sinne einer professionellen Projektplanung mehrere Phasen unterscheiden, die wiederum in mehrere Schritte unterteilbar sind.

Phase 1: Vorbereitung für die strategische Netzwerkarbeit

Schritt 1 – Selbstreflexion:

Problem oder Bedarf erkennen und definieren

- › Welches Problem, welchen Bedarf sehe ich? (z. B. hohe Zahl Einschüler mit Übergewicht/motorischen Defiziten)
- › Warum ist das wichtig? (z. B. langfristige gesundheitliche Folgen belasten Individuum und Gesundheitssystem)
- › Welche Vorteile ergeben sich durch Problemlösung/Bedarfsdeckung
 - › für die Zielgruppe? (z. B. gesundes Aufwachsen, Gewichtsnormalisierung, höhere Bildungsfähigkeit)
 - › für die eigene Institution? (z. B. Qualifizierung eigener Angebote/Personal, Erschließung neuer Aufgabenfelder und Förderquellen)
 - › für die Kommune/Quartier/Stadtteil/Region etc.? (z. B. besser kommunizierbare Familienfreundlichkeit, gute Vereinbarkeit mit Aufgaben, die sich aus dem demografischem Wandel ergeben)

Schritt 2 – Problemdefinition im fachlichen Kontext

- › Welche sind meine Ziele, um den Bedarf zu decken/das Problem zu lösen? (z. B. Zertifizierung von Bewegungskitas in Stadtteilen mit schwierigen sozialen Lagen, mehr Elternberatungsangebote zu Ernährung und Bewegung durch Familienzentren, Gesundheitsamt, Frühe Hilfen, Hebammen)
- › Was will ich erreichen? Was ist das wichtigste Ziel innerhalb der Kommune? (z. B. Halbierung des Anteils übergewichtiger Einschüler innerhalb von fünf Jahren)
- › Was kann ich selber einbringen? (z. B. als Gesundheitsamt: Vorlage und Vorhabenplanung für Landtag, neue Beratungsangebote für Eltern, Fachkräfte in den Einrichtungen)

Schritt 3 – Partner suchen und finden

- › Welche Einrichtungen, Freiberufler und kommerziellen Partner gibt es?
- › Wo liegen die Zuständigkeiten der Partner?
- › Welches Know-how können sie einbringen?
- › Was können sie vermutlich leisten?
- › Wo kann ich noch fachliche Hilfe erhalten? (z. B. bei „Regionen mit peb“)

Hierbei geht es um sorgsames Recherchieren und Zusammentragen von Angeboten über Institutionen, Angebote, Organisationen, Fachdienste etc.: Adressen, Ansprechpartner und Kontaktdaten sind

dabei genauso wichtig, wie die Kenntnis über Zielgruppen und Regelangebote. (Ideen zu potenziellen Partnern siehe Seite 26: mögliche Akteure/Partner.)

Wichtig: Denken Sie nicht nur an ihre Partner im Berufsalltag. Schauen Sie bei der Recherche unbedingt auch über den eigenen fachlichen Tellerrand. Neue – auch für Sie ungewöhnlichere Partner, mit denen Sie beruflich noch nie etwas zu tun hatten, können mit kleinen oder großen Bausteinen zu einer Lösung beitragen (vgl. Abb. auf S. 26).

Schritt 4 – Bedarfsargumentation anpassen

Wenn Sie erste mögliche Partner ausgewählt haben, diese ansprechen und für die gemeinsame Aufgabe gewinnen möchten, müssen sie Ihr Anliegen verstehen und teilen. Nun geht es darum, Erklärungen für das Problem und Argumente für die Netzwerkgründung herauszuarbeiten.

Phase 2: Start in die Vernetzung

Schritt 5 – Partner ansprechen und begeistern

Dazu gehört ein bisschen „Klinkenputzen“ – per E-Mail, Brief oder mit Fachveranstaltungen alleine ist Vernetzung nicht zu bewältigen. Ergänzende Telefonate und ein erstes gemeinsames Treffen sind die nächsten Arbeitsschritte.

- › Erste Partner zur Ansprache auswählen – es müssen nicht gleich alle sein!
- › Partner für den Bedarf bzw. das Problem sensibilisieren.

- › Dann erst die Akteure an einen Tisch einladen.
- › Wenn nicht die Kommune oder der Landkreis der Initiator des Netzwerks ist: Kommunalvertreter unbedingt mit ins Boot holen!

Schritt 6 – Netzwerkauftakt: gemeinsam Ziele diskutieren und anpassen

- › Bedarfslage und Ziele des Netzwerks werden gemeinsam festgelegt.
- › Weitere Partner finden und einladen.
- › Kooperationsvereinbarung oder Leitbild erstellen.

- › Bei einer großen Anzahl an Netzwerkpartnern sollten Arbeitsgruppen gebildet werden, die besondere Problemlagen oder Themen eigenständig bearbeiten und die Ergebnisse in das Gesamtnetzwerk zurückspeigeln.
- › Schnittmengen/gemeinsame Nenner der Partner herausarbeiten:
 - › Wo liegen Überschneidungen?
 - › Was können die Akteure damit gemeinsam machen: gemeinsame Angebote entwickeln, vergleichbare Maßnahmen verknüpfen, neue erarbeiten?
 - › Aufgaben und Verantwortlichkeiten verteilen (Kümmerer/Netzwerkkoordinator, Lenkungsgremium, Öffentlichkeitsarbeit, Protokolle).
- › Zeitleiste entwerfen: Bis wann wollen wir als Netzwerk was umgesetzt haben?

Phase 3 – Netzwerkarbeit: Umsetzen, kommunizieren, reflektieren

Schritt 7 – Zusammen als Netzwerk arbeiten (Projekte, Angebote, etc.):

- › Die Partner entwickeln ihre eigenen Angebote entlang der gemeinsamen Ziele.
- › Gemeinsame (Kooperations-) Angebote oder Maßnahmen werden entwickelt und gestartet.
- › Finanzierungsbedarf ist kalkuliert und gedeckt.
 - › Auf eine einheitliche Kommunikationsstrategie einigen. Das Leitbild enthält hierfür die Inhalte und Formulierung

gen bereit. Benötigte Texte:

- › Ein Name für das Netzwerk,
- › Ein kurzer Textbaustein, der das Netzwerk und seine Ziele beschreibt, kann als Standardbaustein an alle Pressemeldungen des Netzwerks angehängt werden und auch auf den Internetseiten und Medien zur Öffentlichkeitsarbeit der Netzwerkpartner seinen Platz finden.
- › Begleitende (Fach-)Öffentlichkeitsarbeit nicht vergessen!

Schritt 8 – Kontakt halten, Netzwerk mit Leben füllen

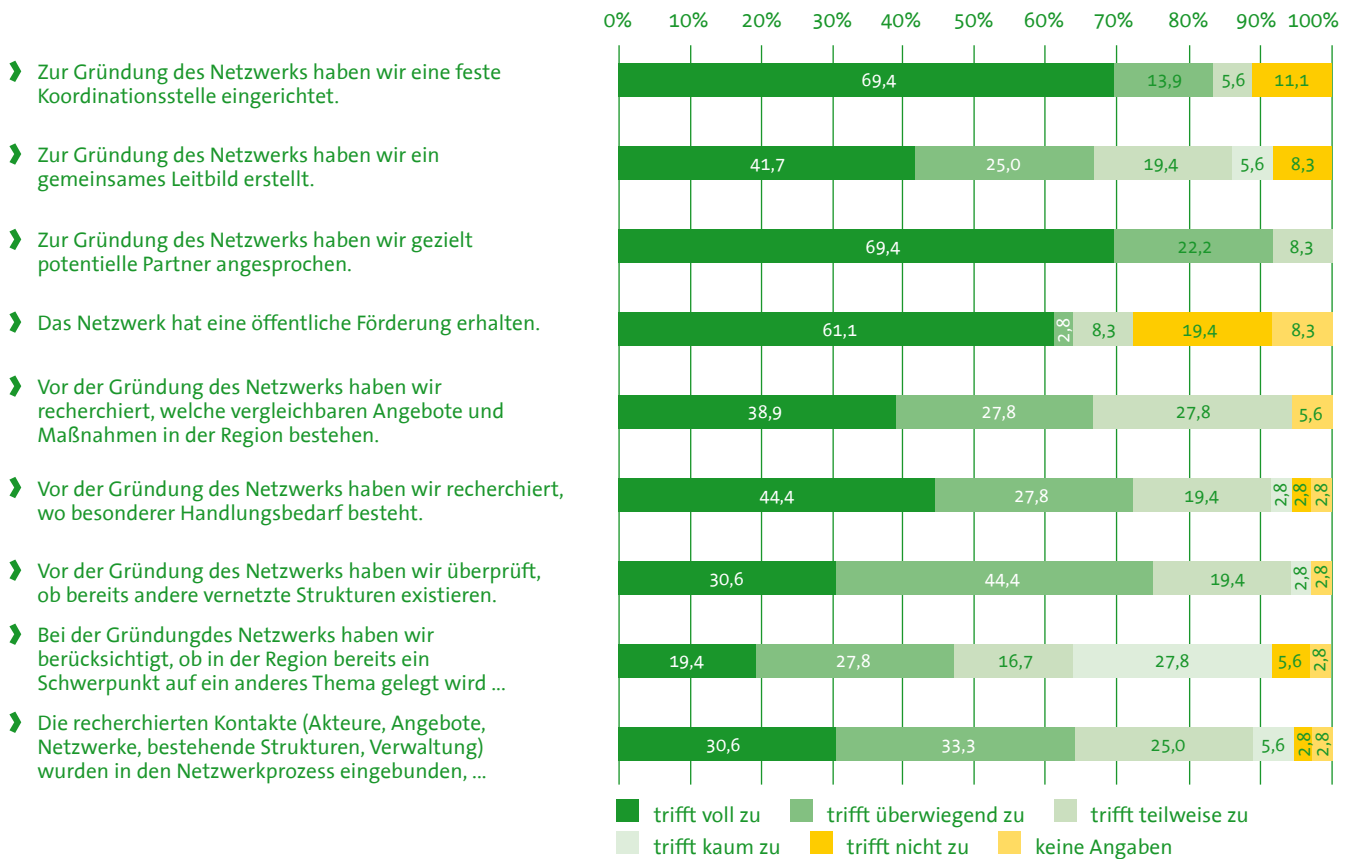
- › Regelmäßige Netzwerktreffen dienen dem Austausch zu fachlichen Fragen, großer und kleiner Erfolge.
- › Relevante Informationen der Netzwerkpartner weiterleiten, einholen und verbreiten (z. B. Newsletter abonnieren, Partner in den Presseverteiler aufnehmen)
- › Gegenseitig zu Veranstaltungen und Anlässen einladen etc.

Schritt 9 – Zielanpassung, Reflexion der Netzwerkarbeit

- › Regelmäßig sollte ein Netzwerktreffen (z. B. 1x pro Jahr) der Reflexion gewidmet werden: die formulierten Ziele, das Leitbild und die Zeitleiste dienen dabei als Prüfsteine.
- › Eventuell ergeben sich Änderungen bei den Bedarfen, Zielen, Partnern oder dem Leitbild.
- › Alle Änderungen und Erfolge, die sich aus diesem Reflexionsschritt ergeben, sind ein Anlass für Öffentlichkeitsarbeit! ■



› Wie sind die Netzwerke in ihre gemeinsame Arbeit gestartet?



Quelle: Scheerer, 2011 – Abb. 19, S. 66

Hemmende und fördernde Faktoren beim Netzwerkaufbau Sina Scheerer, Münster

Im Rahmen einer Masterarbeit wurden fördernde und hemmende Voraussetzungen von Netzwerken herausgearbeitet und in einer Expertenbefragung überprüft. Untersucht wurden dabei verschiedene „Regionen mit peb“, die im Rahmen des gleichnamigen Projekts von peb betreut worden waren. Zur Überprüfung der erarbeiteten Voraussetzungen wurden Experten aus den regionalen Netzwerken schriftlich befragt. Die Befragung umfasste drei verschiedene Themenbereiche:

- › die Erfolge auf Mikro- und Makroebene,
- › die Herausforderungen und Probleme der Netzwerke,
- › die Gestaltung der Phase des Netzwerkaufbaus,
- › die Schaffung von günstigen oder hemmenden Voraussetzungen.

Zusammenfassung der Ergebnisse: Regionale Netzwerke erweisen sich als sinnvoll zur Übergewichtsprävention bei Kindern, um die Aktivitäten aller beteiligten Akteure in der Region zu bündeln. Trotz der Vorteile, die die Organisationsform Netzwerk mit sich bringt, können Planungs- und Orientierungspro-

bleme entstehen. Eine Untersuchung zeigt nun, dass es fördernde Faktoren gibt (siehe Abbildung), die in der Phase des Netzwerkaufbaus berücksichtigt und geschaffen werden können. Hemmende Voraussetzungen entstehen, wenn die günstigen Voraussetzungen nicht oder nur unzureichend geschaffen wurden. Lediglich die Heterogenität kann zu einer hemmenden Voraussetzung werden, wenn zu viele verschiedene Akteure aufeinander treffen.

Die Ergebnisse der Befragung zeigen, dass die dargestellten Voraussetzungen in der Praxis tatsächlich



geschaffen werden. Dennoch ließ sich nicht verhindern, dass die Netzwerke in der aktiven Phase teilweise mit Problemen, wie einem hohem Zeitaufwand und zusätzlich anfallender Arbeit, konfrontiert waren. Es empfiehlt sich daher in der Phase des Netzwerkaufbaus auch darauf zu achten, dass Regeln und Verantwortlichkeiten festgelegt werden, um die Arbeit möglichst effektiv gestalten zu können. ■

Die Masterarbeit:

„Regionale Netzwerkbildung zur Übergewichtsprävention von Kindern – Studie zur Untersuchung günstiger und hemmender Voraussetzungen in der Phase des Netzwerkaufbaus.“

Masterthesis zur Erlangung des akademischen Grads Master of Arts (M.A.) im Studiengang Sport & Ernährung
Hochschule: Martin Luther-Universität Halle-Wittenberg,
Department Sportwissenschaft
(Prof. Dr. Kuno Hottenrott)

Download unter:

www.regionenmitpeb.de/arbeitshilfen.html

Gemeinsame Ziele festhalten: Leitbilder & Co.

Leitbilder helfen dabei, sich auf die gemeinsame Aufgabe zu fokussieren und zielorientiert zu arbeiten. Das Leitbild enthält die Eckpunkte und Ziele der gemeinsamen Arbeit und gegebenenfalls auch Informa-

tionen zur Arbeitsweise. Es ist die Grundlage, die als „Kodex“ oder auch als „Netzwerkvertrag“ für alle netzwerkbezogenen Aufgaben gilt.

Grundregeln für ein Leitbild

- › Gemeinsame Erarbeitung – gemeinsame Änderungen: der Initiator des Netzwerks kann Textbausteine liefern und vorschlagen, muss aber Diskussion und Veränderungen zulassen.
- › Über die Ziele und Aufgaben herrscht bei den Beteiligten Konsens.
- › Die Partner finden sich im Leitbild wieder. (Konsensuspapier!)
- › Satzungen/eigene Leitbilder der Netzwerkmitglieder können weitergehende oder enger gefasste Bestimmungen enthalten. Das Leitbild des Netzwerks darf jedoch den Leitbildern/Satzungen

etc. der Netzwerkpartner nicht widersprechen.

- › Das Leitbild kann und darf bei veränderten Bedingungen angepasst werden.
- › Die formale Unterzeichnung des Leitbilds trägt zur Verbindlichkeit bei. Das Leitbild ist eine Selbstverpflichtung.
- › Demokratische und auf Konsens ausgerichtete Prozesse bestimmen die Netzwerkentscheidungen.
- › Das Netzwerk ist offen für neue Partner.
- › Die Transparenz aller Beteiligten und der Netzwerkprozesse ist wichtig.
- › Die gemeinsamen Netzwerkmaßnahmen verfolgen unabhängig von den originären Aufgaben der Netzwerkpartner keine gewinnorientierten Ziele. ■

› Aus dem Leitbild „Saarpfalz mit peb – ein Landkreis macht sich fit“

Das Netzwerk „Saarpfalz mit peb – ein Landkreis macht sich fit“ will sich zukünftig gemeinsam für die Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen mit dem Schwerpunkt der Übergewichtsprävention einsetzen. Die Themen Ernährung und Bewegung sollen dabei gleichwertig behandelt werden und in gemeinsamen Projekten und Aktionen bearbeitet sowie in die Konzepte und Angebote unserer Einrichtungen Eingang finden. Wir verfolgen dabei das Ziel einer umfassenden Ernährungs- und Bewegungsbildung für Kinder und Jugendliche, die auch die Aspekte der Entspannung, der psychosozialen und motorischen Entwicklung sowie der Ökologie berücksichtigen. Wir wollen hierfür unsere Angebote für die Kinder und Jugendlichen verbessern sowie alle Aspekte und wichtigen Personengruppen für das Aufwachsen in einem gesundheitsfördernden Umfeld ansprechen. Es sollen alle Kinder und Familien angesprochen werden. Ein besonderes Augenmerk wollen wir auf die Ansprache von Menschen legen, die bisher weniger an gesundheitsfördernden Maßnahmen teilhaben konnten.

Um unsere Ziele zu erreichen, wollen wir... (...)

4.2 Netzwerke und Kommune

Netzwerke brauchen die Verankerung in Politik und Verwaltung

Kommunale Netzwerke mit gemeinsamen Zielen, Aufgaben oder Projekten brauchen politische Rückendeckung und die Verwaltung mit im Boot. Warum? Diese Frage hat die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V. – AGETHUR – treffend zusammengefasst: „Städte und Gemeinden haben elementare Bedeutung für das Leben ihrer Bewohner.

Durch die Art, wie sie ihren eigenen Anforderungen gerecht werden, beeinflussen sie u.a. die sozialen und gesundheitlichen Entwicklungen in der Kommune. Der Strukturwandel, eine rückläufige und alternde Bevölkerung sowie knappe Kassen stellen die Kommunalpolitik vor große Herausforderungen. (...) Um diesen Herausforderungen gerecht zu werden, bedarf es einer gesundheitsförderlichen Kommunalentwicklung. (...) Aufgrund der Komplexität und starken Verwebung von Kommunalverwaltung und -politik können Veränderungen im Sinne einer engeren Vernetzung und Kooperation aller Beteiligten auch nur systemisch angegangen werden.“

Gesundheit bedarf somit der Förderung durch eine Vielzahl Verantwortlicher in der Kommune. Oft stellt sich dabei jedoch die Frage, wie Politik und Verwaltung in Netzwerke eingebunden oder angesprochen werden können und wer für welchen Bereich zuständig ist.

Mittels „Lobbyarbeit“ in Politik und Verwaltung kann das Netzwerk fachliche Impulse für kommunale Steuerungs- und politische Entscheidungsprozesse geben. Insbesondere können gute Kontakte in Politik und Verwaltung bzw. ihre Beteiligung an der Netzwerkarbeit Unterstützung durch finanzielle Mittel, Sachleistungen oder einen öffentlichkeitswirksamen Schirmherren bewirken. Darüber hinaus sind auch die strategische Ausrichtung und die Haushaltsplanung in Landkreis und Kommune von entscheidender Bedeutung.

Politik, Verwaltung und Gremien können nicht immer schnell sein – viele konkurrierende Anliegen, Wünsche sowie Pflichtaufgaben,

Verpflichtungen und Termine können in Konkurrenz zum Netzwerk anliegen treten.

Wofür Politik und Verwaltung noch hilfreich sind

- › um z. B. Verwaltungsmitarbeiter in das Netzwerk zu integrieren (Freistellung für Netzwerkaufgaben, Änderung von Aufgaben).
- › zur Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit des Netzwerks über Pressestelle und oder Internetseite.
- › als Träger von Einrichtungen (z. B. KITAS) und als Fachaufsicht können sie inhaltlich mitgestalten.
- › um Daten aus ihrem Einzugsbereich (z. B. Schuleingangsuntersuchung) zur Verfügung zu stellen, die eventuell für die Ausrichtung der Netzwerkziele oder die Begründung von Vorhaben relevant sind.

Weitere Informationen zur Zusammenarbeit mit Politik und Verwaltung finden Sie in der ersten Arbeitshilfe „Regionen mit peb: gemeinsam für einen gesunden Lebensstil von Kindern“. Download oder Bestellung unter www.regionen-mit-peb.de

Ressortübergreifende Arbeit in der Verwaltung – ein Beispiel

Die aufgabenbedingte Zusammenarbeit wie etwa zwischen Gesundheitsämtern und Schulen zur Einschulungsuntersuchung oder zur Organisation der Jugendzahnpflege sind bereits strukturell verankert und originäre, gesetzlich

› Ebenen/Ansprechpartner in Politik und Verwaltung

- › *Kommunal- u. Kreisebene: Stadtrat/Stadtverordnete/Gemeinderatsmitglieder, Landrat, Kreistagsmitglieder, Bürgermeister/Bürgermeisterkonferenz, Regierungspräsident*
- › *Ausschüsse: Schule, Jugendhilfe, Gesundheit, Soziales, Stadtplanung, Sport, Landwirtschaft, Tourismus etc.*
- › *Beauftragte: Ausländer-/Migrationsbeauftragte etc.*
- › *Verwaltungsspitzen der Ämter/Ressorts/Fachbereiche: Gesundheitsamt, Jugendamt etc.*
- › *Auf Landesebene: MdL/MdA/MdHB, Landkreistag, Städtetag, Landesjugendhilfeausschuss etc.*



› Der Fachplan Gesundheit

Das Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen hat mit seinen Vorarbeiten zum lokalen Fachplan Gesundheit die kommunale Gesundheitsförderung in den Fokus gerückt. Diskutiert wird in dem Papier die Verknüpfung eines Gesundheitsplans mit den Plänen anderer Ressorts, da der Auftrag Prävention und Gesundheitsförderung in vergleichbarer Form auch andere Sektoren und deren behördliche Strukturen betrifft, z. B. Planungs- und Bauämter, Ämter für Statistik, Umwelt sowie Stadtentwicklung, Verkehrsplanung und Denkmalschutz. Zusammenfassend heißt es hier, dass das Umfeld für Gesundheitspolitik, -versorgung, -schutz und -förderung sich laufend verändere und der Gesundheitssektor auch als Wirtschaftssektor zu betrachten sei. Die Idee eines integrierten Fachplans Gesundheit stoße auf großes Interesse und zeige den „Bedarf an Bündelung und prägnanter Darstellung“. Dennoch sehen die Autoren auch einen großen Bedarf an lokaler Handlungsfreiheit bei der Ausgestaltung solcher Pläne. Darauf solle bei der Konzeption von Gesundheitsfachplänen durch „modulare Ausdifferenzierung und Standardisierungsprozesse“ geachtet werden (vgl. LIGA.Praxis 9, S. 69).

geregelter Aufgaben der Kommunalverwaltung. Erfahrungen aus „Regionen mit peb“ zeigen, dass abseits festgelegter Kommunalaufgaben die Kooperation zwischen Ressorts nicht alltäglich ist. Die einfache Zusammenarbeit auf dem kleinen Dienstweg zur Bewältigung neuer Aufgaben, für die es noch keine kommunale Finanzplanung gibt, scheitert häufig an der Unwissenheit über Zuständigkeiten und Struktur der eigenen Verwaltung.

Das folgende Beispiel aus einer „Region mit peb“ zeigt, wie einfach und schnell sich auf dem „kleinen Dienstweg“ zwischen verschiedenen Abteilungen, die bisher noch nicht miteinander gearbeitet haben, Erfolge für das Gesamtnetzwerk erzielen lassen: Es handelt sich dabei um ein

Netzwerk in einer ländlichen Region, die unter anderem durch Obstanbau geprägt ist. Neben vielen Bewegungs- und Ernährungsinitiativen in den Einrichtungen der Netzwerkpartner gab es den Plan der Netzwerk-AG Bewegungsförderung, einen öffentlichen Familienwandertag zu initiieren, der auch Ernährungsbildungsangebote sowie Verpflegung während der Wanderung und der begleitenden Sportangebote berücksichtigte. Die Finanzierungsfragen zu dem Wandertag beinhalteten gleichzeitig Beschaffungsfragen: Wo können Obst und Gemüse in größerer Menge zu günstigen Preisen und ohne größere Zwischenlagerung bezogen werden? Das Gesundheitsamt mit koordinierender Rolle in dem Netzwerk nahm Kontakt in das Landwirtschaftsamt auf. Beide Ämter bieten Ernährungsberatung

an, hatten jedoch bis dahin keinen Kontakt fachlicher Art zueinander. Die Kontakte der dortigen Kollegen in das Biosphärenreservat und zu den Obstbauern brachten zum einen kostenloses Obst und Gemüse für die Verpflegung der Teilnehmer an diesem Tag sowie eine erste Anbindung des Biosphärenreservats an das Netzwerk zur Übergewichtsprävention. Bei der nächsten Fachveranstaltung des Netzwerks zum Thema Schulverpflegung konnte sich das Biosphärenreservat mit Erzeugnissen aus der Region und Informationen zu eigenen Ernährungs- und Ernährungsbildungsangeboten für Schulen und Kitas den teilnehmenden Lehrkräften präsentieren.

Solange es keine großen Planungen mit Relevanz für Kommunalhaushalt oder Fachplanungen gibt, ist diese Art der Öffnung innerhalb der Ressorts und Abteilungen eine sinnvolle und arbeitserleichternde Art, Informationen, Partner und Kontakte innerhalb der eigenen Region zu gewinnen und zu entwickeln.

Da, wo Amtsleitungen offen sind für Neues oder kreative Lösungen für übergeordnete Problemstellungen suchen, ist auch eine tiefergehende Zusammenarbeit zwischen Ressorts leichter. Das oben beschriebene Beispiel und die dezentratsübergreifende Spielzeitplanung der Stadt Mülheim an der Ruhr auf den Seiten 45ff. beschreibt aus Sicht des verantwortlichen Beigeordneten die fachbereichsübergreifende Arbeit.

Für die weniger intensive und punktuelle Zusammenarbeit zwischen den Ressorts und Fachbereichen einer Verwaltung ist die Unterstützung durch die Verwaltungsspitze (z. B. Landrat/Bürgermeister) für die Netzwerkarbeit hilfreich und notwendig. Ein Landrat/Bürgermeister als Dienstherr und/oder als Schirmherr kann bereits durch die öffentlich kommunizierte Unterstützung helfen, die Zusammenarbeit mit anderen Ressorts zu verbessern. Wichtig ist dabei immer, dass die Verwaltungsspitze regelmäßig informiert und beteiligt wird. Zum Beispiel durch kurze Berichte über den Stand der Netzwerkarbeit, eine Präsentation zu Erfolgen im Rahmen einer Dienstbesprechung, oder die Beteiligung an der Öffentlichkeitsarbeit etwa durch Zitate in einer Pressemeldung.

Fehlende Information und Kommunikation kann im ungünstigsten Fall dazu führen, dass das Netzwerk von der politischen Agenda fällt. So ist es einmal einer „Region mit pep“ passiert, deren Schirmherr, der Landrat, eines Tages in etwa sagte: „Was, Euch gibt es noch? Solange ich von dem Netzwerk nichts mitkriege, kann ich mich, wenn es um die finanzielle Unterstützung geht, auch nicht in besonderem Maß einsetzen.“

Die Kommunalverwaltung ins Boot holen: Viele Wege führen zum Ziel

Eine andere Möglichkeit, sich als Netzwerk das Wohlwollen der Kommunalpolitik zu sichern ist, die

Ausrichtung der Netzwerkaktivitäten entlang des Schwerpunkts der kommunalen Entwicklungen.

Richten sich für einen bestimmten Zeitraum beispielsweise alle Aktivitäten der Kommune auf den Ausbau der touristischen Infrastruktur und der touristischen Angebote, um die strukturschwache Region zu beleben, sind in einem ersten Schritt eventuell nicht der Umbau von Kitas oder die kostenintensive Verbesserung der Gemeinschaftsverpflegung für Kinder angeraten. Möglicherweise fährt ein Netzwerk dann besser damit, über freizeitbezogene Angebote die Themen Ernährung und Bewegung vor Ort voranzutreiben. Ernährungsberatung, Verbraucherschutz, Sport-, Wander- und andere Freizeitvereine, Förster und weitere Partner könnten dann gemeinsam Angebote entwickeln, die sowohl der Bevölkerung und ihren Einrichtungen als auch Touristen zu Gute kommen: Von der pilz- und kräuterkundlichen Führung über Outdoorerlebnisse und Sportfeste, öffentliche Wettkämpfe, Familiensportevents (z. B. Mission Olympic) oder Streuobstaktionen lassen sich Ernährungsbildung und Bewegung intensiv im lokalen Alltag etablieren. Und sie flankieren in diesem Beispiel die kommunale Tourismusentwicklung.

Wichtig ist es, sich die Planungen der Stadt, Gemeinde oder des Landkreises anzuschauen. Wo kann thematisch eingehakt werden? Wo kann sich das Netz-

werk beteiligen? Welche Planungen stehen für Kitas, Schulen und andere Einrichtungen, die mit kommunalen Mitteln gefördert werden, auf der Agenda? Wie können Netzwerkanliegen umformuliert werden, ohne ihr Ziel aus den Augen zu verlieren.

Eventuell ist das Problem des demografischen Wandels und des Wegzugs in die städtischen Ballungsräume geeignet, die Qualifikation der Kitas und Schulen hinsichtlich Ernährung und Bewegung in den Kontext von Familienfreundlichkeit zu stellen. Eventuell lassen sich Fachkräftemangel und ein durchschnittlich niedriger Bildungsstand eines Stadtteils in den Kontext von Bildung und Gesundheit (z. B. Sprachkurse mit dem Schwerpunkt Gesundheit für Migrantinnen) oder eine Qualifizierungsinitiative für Kitafachkräfte einordnen. Stadtklima und Nachhaltigkeit sind ebenfalls mögliche Argumente, um Konzepte der Alltagsbewegung (Fahrradwege, sichere Fußrouten) mit städtebaulichen Planungen zu kombinieren. Dies alles geht nicht ohne entsprechende Recherche und gesicherte Daten. Vorgeschobene Formulierungen verkommen sonst zu durchschaubarer Taktik. Aber es kann zur Zufriedenheit aller funktionieren. Das Plädoyer lautet: Machen Sie sich vorher schlau! ■



4.3 Gute Beispiele aus der Praxis

Ein Einblick in die Angebote von „Regionen mit peb“

„Saarpfalz mit peb – ein Landkreis macht sich fit“

In über 50 Regionen, Kommunen oder Landkreisen war oder ist „Regionen mit peb“ bundesweit unterschiedlich intensiv aktiv. Hinzu kommen Träger und Initiativen, die für ihre lokalen Vernetzungsanliegen zu Ernährung und Bewegung Know-how und Beratung bei peb abgefragt haben. Mit dem Saar-

pfalzkreis beispielsweise kam der erste Kontakt 2010 über das Adipositas-Netzwerk Saar zustande. Bis dahin gab es im Landkreis und seinen Kommunen kaum erkennbare Präventionsangebote mit Bezug zu Übergewicht.

Das Gesundheitsamt sah jedoch aufgrund der Ergebnisse der Schuleingangsuntersuchungen im

Jahr 2008/2009 großen Handlungsbedarf und übernahm daher die Projektverantwortung für das neue Netzwerk „Saarpfalz mit peb – ein Landkreis macht sich fit“. Ziel war es von Anfang an, die Kommunen des Landkreises zu integrieren. Nahezu alle Städte und Gemeinden des Landkreises sind Mitglied des Netzwerks, bringen ihre Erfahrungen mit ein und nehmen Ideen und

› Netzwerkerfolge

Gesamtnetzwerk

- › März 2010: Auftaktveranstaltung
- › November 2010: Gründungsveranstaltung der Arbeitsgruppen
- › Mindestens 4x jährlich Lenkungsgruppe

1. AG Bewegung:

- › August 2011: großer Familien-Wandertag
- › Just Fair-Fußballturniere
- › In Planung: Der Bewegte Schulbus (Walking Bus) aus Illingen soll auf weitere Schulen ausgeweitet werden.

2. AG Ernährung:

- › Umfrage zur Schulverpflegung
- › Erste Kooperation mit Landwirtschaftsamt und Biosphäre: Verpflegung auf dem Familienwandertag.
- › Projekt Power Ernährung wird jetzt kreisweit umgesetzt und der Bewegungsaspekt (Inline-Skating) wurde mit aufgenommen.
- › Umstellung der Pausenverpflegung eines Gymnasiums
- › DGE-Zertifizierung von zwei Caterern im Landkreis
- › Januar 2012: Fachtagung mit Vernetzungsstelle Schulverpflegung
- › In Planung:
 - › aid-Ernährungsführerschein in 14 neuen Klassen
 - › Mai 2012: Fortbildung zu pädagogischen Konzepten in der Ernährungsbildung

3. AG Gesundheitschancen:

- › November 2011: erstmals Bewegungs- und Ernährungsinfos für Migrantinnen im Gesundheitsamt (Fortsetzung folgt)
- › 2011: Schwimmkurse für Migrantinnen
- › Fahrradkurse für Mütter mit Migrationshintergrund
- › Juli 2012: Adipositasforum I in Kooperation mit BZgA und dem Sportwissenschaftlichen Institut der Uni Saarbrücken
- › November 2012: Adipositasforum II
- › In Planung:
 - › Kochkurse für Eltern mit der Homburger Tafel

› Unterstützung durch Regionen mit peb

- › Adressrecherche möglicher Akteure
- › Organisation, Einladung und Moderation der Auftaktveranstaltung
- › Moderation und Unterstützung der Leitbildentwicklung
- › Organisation der AG-Gründungsveranstaltung
- › Moderation von Lenkungsgruppensitzungen, Protokolle
- › Regelmäßige Fachimpulse für die inhaltliche Arbeit der Netzwerkpartner und angeschlossener Institutionen
- › Angebot von Referenten u.a. zum Thema „sicherer Schulweg zu Fuß“
- › Peb & Pebber-Walking Acts auf dem Familienwandertag
- › Frisbee-Scheiben: Give Aways zur Aktivierung von Familien
- › Netzwerk-Flyergestaltung und -druck
- › Finanzielle Unterstützung der Fachveranstaltung von Vernetzungsstelle Schulverpflegung und Saarpfalz-Kreis
- › Fortbildungen: Moderationsworkshop, Teilnahme an einer Fachtagung zu kommunaler Gesundheitsförderung der Netzwerkkoordinatorin
- › Dokumentation des Netzwerks unter www.regionen-mit-peb.de/region/saarpfalz

Fachwissen mit auf die kommunale Ebene zurück. Nach zweieinhalb Jahren Netzwerkarbeit kann der Landkreis mit seinen Kommunen auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit zurückblicken, die in vielen Institutionen das Bewusstsein für die Themen Ernährung und Bewegung geweckt, neue Angebote initiiert und Verbesserungen bewirkt hat. Viele Impulse und Unterstützung gab es von „Regionen mit peb“ – vieles ist zwischenzeitlich aus eigener Kraft und mit neuen Partnern wie der Vernetzungsstelle Schulpflege des Saarlandes entwickelt und umgesetzt worden. Ein Netzwerk aus Landkreis, Kommunen und freien Trägern, das sich selbst auch nach zweieinhalb Jahren noch am Anfang der Arbeit begreift. Ähnliches lässt sich auch mit Städten und kleineren Kommunen und Gemeinden – je nach örtlichen Gegebenheiten, Problemlagen und Bedürfnissen umsetzen. Manchmal wird nur ein Impuls, eine Idee oder ein Referent benötigt, um Bewegung in die Kommune zu bringen.

Beispiel Landkreis Tübingen (Baden-Württemberg)

Parallel zu den Planungen der Initiierung einer Gesundheitskonferenz des Landkreises, wollte das Gesundheitsamt die Themen Ernährung und Bewegung über eine „Fachstelle Kitagesundheit“ in den Kitas des Landkreises etablieren. Auf Anfrage bei „Regionen mit peb“ und einem vor-Ort-Gespräch im Gesundheitsamt, wurde vom Projektteam in Berlin ein Konzept erarbeitet, das die „Fachstelle Kitagesundheit“

näher an die Gesundheitskonferenz heranrückt. Darüber hinaus wird die Arbeit von verschiedenen Begleitprojekten inhaltlich flankiert, die nicht direkt im Gesundheitsamt angesiedelt sein müssen. Inzwischen hat die erste Gesundheitskonferenz mit dem Schwerpunkt Ernährung, Bewegung, Kindergesundheit stattgefunden und die Fachstelle Kitagesundheit in Personalunion die Arbeit aufgenommen. Ziel der Fachstelle ist es nun, als Netzwerk-AG und in Kooperation mit weiteren Ämtern, Kita-Fachberaterinnen und Dienstleistern die Ernährungsbildung und Bewegungsförderung voranzutreiben.

Für folgende Aufgaben leistete „Regionen mit peb“ Unterstützung:

- › Konzeptionelle Beratung seit August 2010: Ausführliches Gesamtkonzept „Fachstelle Kitagesundheit“ im Landratsamt inklusive Personalanforderungen und Anbindung an die baden-württembergischen Landeskampagnen.
- › Erarbeitung von Fragebögen Ernährung und Bewegung zur Bestands- und Bedarfserhebung in Kitas über die landkreiseigene Statistik hinaus.
- › Beratung zur strukturierten Einarbeitung und Einordnung der Fachstelle in die Struktur der neuen Gesundheitskonferenz.
- › Recherchearbeiten für den Landkreis (Ansprechpartner und Initiativen).

- › Unterstützung bei der Planung von Veranstaltungen.
- › Inhaltlich-finanzielle Beteiligung an erster Gesundheitskonferenz aus Projektmitteln (Referentin).
- › Kontakte zu weiteren Initiativen, Projekten bundesweit.
- › Moderationsworkshop und Teilnahme an einer Fachveranstaltung zur kommunalen Gesundheitsförderung.
- › Vernetzt vor Ort-Datenbank (in Arbeit).

Kleinere Unterstützungsleistungen für Netzwerke

- › Der Landkreis Alzey-Worms (Rheinland-Pfalz) hat im Nachgang zu einer „Regionen mit peb“-Fachveranstaltung im Jahr 2011 eine ausführliche Fragebogenaktion Ernährung und Bewegung in der Kita durchgeführt. Das kleine Netzwerk aus Gesundheitsamt, Kita-Fachberaterinnen mehrerer Träger und einer Krankenkasse setzte einen Informationstag für Erzieherinnen um.





- › Ein Team aus Ernährungsberaterinnen in Senden (Bayern) hat die Netzwerkberatung von „Regionen mit peb“ in Anspruch genommen. Im Anschluss haben die Freiberuflerinnen an einer Qualifizierungsmaßnahme der bayerischen Vernetzungsstelle Schulverpflegung teilgenommen. Neben dem

ersten Coaching zur Schulverpflegung sollen nun auch weitere Kooperations- und Vernetzungsaktivitäten im Landkreis anlaufen.

- › In Ludwigsfelde (Brandenburg) hat das bereits bestehende „Netzwerk gesunde Kinder Teltow-Fläming“ sich mit Unterstützung von „Regionen mit peb“ qualifiziert: Die Familienpaten des Projekts konnten daraufhin eine Fortbildung Ernährung und Bewegung in Anspruch

nehmen, die inhaltlich auf den gemeinsamen Handlungsempfehlungen zur Säuglingsernährung basieren.

- › Weitere Vernetzungshilfen werden bei „Regionen mit peb“ zunehmend in Form von individuell recherchierten Fachinformationen, Kontakten zu Vernetzungspartnern, Referenten, Fachvorträgen, Projektentwicklungs- und Finanzierungsberatung abgerufen. ■

4.4 Methoden für die Netzwerkarbeit

Kerngeschäft: Alle unter einen Hut bringen – wie gelingt das?

Wer als Netzwerkkoordinator die Vielzahl unterschiedlicher Akteure mit Bezug zu Ernährung und Bewegung bei der Stange halten muss, braucht eine Reihe von Kompetenzen sowie ein breites Wissen über Grundprinzipien der Gesundheitsförderung, kommunale Strukturen und einrichtungsbezogene Aufgaben. Moderationsmethoden wie auch partizipative Methoden sollten beherrscht werden. Darüber hinaus ist eine große kommunikative Kompetenz der entscheidende Faktor, der einen guten Koordinator ausmacht. Viele dieser Kompetenzen können selbstverständlich im

Entwicklungsprozess aufgebaut werden und müssen nicht von Anfang an vorhanden sein.

Der Koordinator muss im besten Sinne alle Partner unter einen Hut bringen. Einen Netzwerkkoordinator kann man daher auch als Moderator bezeichnen, da die kommunikative und zielorientierte Steuerung den größten Teil der Arbeit ausmacht. Anders als ein Veranstaltungsmoderator, der sich nicht selbst inhaltlich beteiligen sollte, muss ein Netzwerkmoderator die Rolle und Interessen der eigenen Institution gleichrangig mit den anderen Netzwerkpartnern berücksichtigen und behandeln. Bei dem Netzwerkkoordinator/-moderator laufen die Fäden des Netzwerks zusammen. Trotz der notwendigen Neutralität gegenüber den Netzwerkpartnern, hat der Koordinator oder Moderator in Netzwerken ein einflussreiches Amt, aber keine Allmacht. Wichtig ist daher die gemeinsame Auftragsklärung zur Rolle des Moderators und seinen Aufgaben als Netzwerkkoordinator. Seine Funktion bedarf der Anerkennung und des Vertrauens durch die Netzwerkmitglieder. Allerdings bewerben sich selten mehrere Institutionen für diese vergleichsweise arbeitsintensive Funktion.

› Die Vermittlerfunktion braucht Fortbildung

Auch das „Nationale Zentrum Frühe Hilfen“ bietet erste positive Erkenntnisse aus der ressortübergreifenden Zusammenarbeit zur Prävention von Kindesmisshandlung. In der zusammenfassenden Ergebnisdarstellung der Modellprojekte „Frühe Hilfen“ wird die Bedeutung der Netzwerkarbeit hervorgehoben. Damit Akteure unterschiedlicher Disziplinen und Arbeitszusammenhänge zusammenarbeiten können, müssen die lokalen Koordinatoren Vermittlungsfunktionen übernehmen. Damit diese ihre Leitungs- und Vermittlungsfunktion „optimal erfüllen können, sind Fortbildungsangebote für Koordinatoren dringend notwendig“, heißt es hier weiter.

Quelle: Nationales Zentrum Frühe Hilfen, S. 28-30 (2010).

Netzwerkarbeit ist Zusatzarbeit. Sinnvoll ist es daher, diese verantwortungsvolle Zusatzaufgabe an Mitarbeiter größerer Institutionen wie der Kommunalverwaltung zu übertragen. In Verwaltungen besteht eher die Chance, dass Aufgaben aus dem eigentlichen Arbeitsauftrag auf andere Kollegen übertragen werden können. Darüber hinaus können die institutionellen Infrastrukturen – von Kopierer über Telekommunikation bis Presseabteilung – einfacher mitgenutzt werden. Kleinere Institutionen, Einrichtungen oder freiberuflich Arbeitende, die sich mit einer vollständigen Netzwerkkoordination zusätzlich belasten, kommen schnell an ihre zeitlichen und finan-

ziellen Grenzen. Denn zumindest in der Anfangsphase eines Netzwerks stehen zumeist kaum Mittel zur Entlastung bereit. Arbeitsgruppen innerhalb des Netzwerks können den Koordinator ebenfalls unterstützen, da sie sich weitgehend selbst organisieren.

Vertrauen als Basis der Netzwerkarbeit

Vertrauen wird in der Literatur über Netzwerkarbeit mehrfach als eine wesentliche Qualität und als Koordinationsmittel der Netzwerkarbeit herausgestellt. Es entsteht jedoch erst

im Laufe der Zeit wenn die Netzwerkpartner sich persönlich und vor den jeweiligen beruflichen Hintergründen kennengelernt haben. Das Vertrauen wächst mit positiven gemeinsamen Erfahrungen, kleinen und großen Netzwerkerfolgen. „Ein allzu hohes Maß an Vertrautheit kann jedoch bei gut laufenden Netzwerken dazu führen, dass sich Ingroups und Cliques bilden. Die Netzwerke verlieren damit ihre Offenheit für neue Mitglieder, die sich nicht willkommen und gleichberechtigt fühlen, sofern sie an Netzwerkveranstaltungen teilnehmen“ (Projekt KomNetz, 2006). Die Aufgabe des Netzwerkkoordinators besteht u.a. darin, über geeignete Methoden und Kommunikationsmittel, eine vertrauensvolle Basis zwischen den Netzwerkpartnern zu schaffen. Dazu gehört auch, dass Meinungsverschiedenheiten zu einzelnen Sachfragen erlaubt sind und nicht zur Ausgrenzung führen. ■

Eine Checkliste mit den Aufgaben eines Netzwerkkoordinators steht in der Arbeitshilfe I „Regionen mit peb: gemeinsam für die Gesundheit von Kindern“ als Download unter www.regionen-mit-peb.de sowie auch als Einzeldokument zur Verfügung.



4.5 Das Portal www.vernetzt-vor-ort.de

Akteurslandschaften sichtbar machen, Partnerauswahl erleichtern
Susanne Brand, Plattform Ernährung und Bewegung e. V.

Wie bereits in vorherigen Kapiteln beschrieben, besteht derzeit in Deutschland in der Präventionsarbeit und Gesundheitsförderung eine bunte Projektlandschaft, die selbst engagierten Akteuren den Überblick über bestehende Angebote erschwert. So gehen wichtige Ressourcen verloren, ein Austausch findet meist nur punktuell statt und Expertise bleibt ungenutzt. Diese unzureichende Transparenz wurde von Partnernetzwerken von „Regionen mit peb“ immer häufiger als problematisch, zeitaufwendig und hinderlich gesehen und zieht sich durch alle Akteursebenen. Deshalb hat das Projekt mit der Entwicklung der Online-Plattform **www.vernetzt-vor-ort.de** eine erste zentrale Datenbank geschaffen, die Übersicht schaffen soll. Vernetzt vor Ort ist ein ergänzendes Angebot für Regionen, die sich dem Thema gesundes Aufwachsen widmen möchten.

Bundesweite Initiativen und Programme

Ein hoher Bekanntheitsgrad bundesweiter Initiativen und Ansprechpartner ist erste Voraussetzung, damit solche Ansätze lokal aufgegriffen werden können. Bisher gab es keine zentrale Seite, die Initiativen im Bereich Bewegung und Ernährung abbildet. Dabei spielt gerade die Bekanntheit überregionaler Angebote und Inhalte eine entscheidende Rolle bei der Umsetzung von politisch gewollten Veränderungen. Vernetzt vor Ort bietet als Plattform die Möglichkeit, auf bestehende Initiativen aufmerksam zu machen, auf diese zu verlinken

und so den überregionalen Austausch zu erleichtern. Denn in den Bundesländern sind unterschiedliche Institutionen für die Umsetzung von Präventionsmaßnahmen und Programmen der Gesundheitsförderung verantwortlich.

Regionale Netzwerkseiten

Neben den überregionalen Informationen und Kontaktdaten bietet Vernetzt vor Ort Landkreisen, Städten und Kommunen die Möglichkeit, regionale Unterseiten als neutrale Netzwerkpräsentation mit eigener Datenbank auf kommunaler Ebene zu nutzen. Damit steht ein kostenloses Angebot für die Präsentation der Netzwerkarbeit zur Verfügung. Denn häufig fehlt es hierfür an Geld und Ressourcen oder der Internetauftritt geht in den zahlreichen Rubriken der Landkreis- oder die Städte-seiten verloren. Teil der regionalen Seiten ist eine auf die Kommune zugeschnittene Datenbank, in der möglichst alle Vertreter der verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen, Institutionen und Organisationen abgebildet werden, die sich für ein gesundes Aufwachsen einsetzen oder hierfür mit in der Verantwortung stehen. Durch die gesammelte Darstellung dieser verschiedenen Berufsgruppen und Einrichtungen wird die Kontaktaufnahme erleichtert und gleichzeitig der Blick geöffnet, wer vor Ort in einem Netzwerk mitarbeiten könnte (vgl. Kap. 2.6, S. 25). Da neben den einschlägigen Gesundheitsakteuren auch solche abgebildet werden, die man nicht sofort mit dem Aufgabengebiet der Gesundheitsförderung verbindet,

erleichtert Vernetzt vor Ort die Ansprache neuer Partner, um innovative Ansätze zu entwickeln (vgl. Kap. 2.2, S. 18). Für die praktische Netzwerkarbeit vor Ort, können über den regionalen Auftritt Inhalte und Veranstaltungen gezielt an potenzielle Partner kommuniziert werden. Voraussetzung ist, dass die potenziellen Partner das Angebot kennen und wahrnehmen. Hierfür braucht es eine gute Kommunikation und einen Ansprechpartner vor Ort, der Anfragen an die Netzwerkarbeit aufgreifen und verarbeiten kann.

Vorteile für regionale Netzwerke:

- › Eine eigene Online-Plattform zur Darstellung der **lokalen Akteure** und deren Angebote.
- › **Individuell gestaltbare Unterseiten** mit regionalspezifischer Kontaktdatenbank und eigenen Redaktionsrechten.
- › **Beratung** beim Aufbau Ihrer regionalen Datenbank.
- › **Individuelle Verschlagwortung** und strukturierte Suchmöglichkeiten.
- › **Internes Mailsystem** für die Netzwerkarbeit.

Vernetzt vor Ort – „Gelbe Seiten“ für Netzwerke

Die Plattform **www.vernetzt-vor-ort.de** schafft Übersicht und einfache Kontaktmöglichkeiten für die Akteure untereinander. Sie verbindet bundesweite Programme mit länderspezifischen Initiativen und bietet schließlich regionalen Netzwerken eigene Netzwerkpräsenzen. Je mehr Regionen sich

daran beteiligen, umso höher wird der Nutzen für alle. Denn um sich mit anderen vernetzen zu können, müssen diese Akteure zunächst einmal bekannt sein. Was bisher aber fehlt, ist eine strukturierte Darstellung möglichst vieler Akteure. Vernetzt vor Ort bietet hier praktische Abhilfe. Das Angebot erhebt nicht den Anspruch, alle Daten selbst darzustellen. Da Vernetzung auf

Kooperationswillen beruht, ist es ausdrücklich gewünscht, auf bestehende Datenbanken hinzuweisen und zu verlinken. Vernetzt vor Ort befindet sich im Aufbau und wird stetig in der Entwicklung sein. Ziel ist es, allen Beteiligten in der Prävention und Gesundheitsförderung die Möglichkeit zu geben, sich zu präsentieren, mehr Übersicht über die regionalen Gesundheitsförde-

rungslandschaft zu bieten und die Verbindung der Ebenen Bund, Länder und Kommune zu erleichtern.

www.vernetzt-vor-ort.de ist ein Angebot von „Regionen mit peb“, das durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz im Rahmen von IN FORM gefördert wird. ■

4.6 Sitzung, Tagung, Arbeitsgruppe

Veranstaltungsformate in der Netzwerkarbeit

Ein Netzwerk ist niemals ein Selbstläufer – auch nicht nach einer erfolgreichen Gründung. Für die laufende Arbeit sind Treffen und Anlässe, an denen die Netzwerkpartner real aufeinandertreffen unverzichtbar. Wichtig für den Erfolg ist, dass die Ergebnisse der Netzwerkarbeit für die Teilnehmer hilfreich sind und einen professionellen und persönlichen Zugewinn bringen. Ein Wechsel der Veranstaltungsformate hält dabei Spannung und Aufmerksamkeit der Netzwerkpartner am Leben. Sie machen auf unterschiedliche Art auf Erfolge des Netzwerks aufmerksam oder sind selbst Teil des Erfolgs, bieten Platz zum Austausch und zum Lernen. Die Freiräume, die diese neue Art der Zusammenarbeit ermöglichen, eröffnen den Netzwerkvertretern zudem neue Wege des Denkens abseits gewohnter Gremienzu-

sammenhänge: zum Beispiel neue Sichtweisen anderer Berufsgruppen auf eine Sachlage, das Kennenlernen weiterer lokaler Fachkräfte, den Abbau von Vorurteilen gegenüber anderen Einrichtungen, Methoden der Problemlösung, ohne Zwang zum Konsens in allen Fragen.

- › **Regelmäßige Treffen aller Netzwerkpartner:** Die Sitzungen schaffen einen Rahmen für den Austausch von Wissen und Erfahrungen. Ein Moderator sollte durch die Gestaltung der Treffen dafür sorgen, dass jeder zu Wort kommen kann, um seine Erfahrungen, Ideen und Wissen einzubringen.
- › **Lenkungsgruppensitzung:** Viele organisatorische und planerische Aufgaben können in kleinem Kreis unter den Institutionen abgesprochen werden, die

sich für eine Zusatzaufgabe zur Unterstützung des Netzwerkkoordinators bereit erklärt haben. Alle Ergebnisse sollten an alle Netzwerkpartner zurückgespiegelt werden. Sofern die Mitglieder der Lenkungsgruppe technisch dafür ausgerichtet und geübt sind, können Video- und Telefonkonferenzen reale Treffen teilweise ersetzen.

- › **Arbeitsgruppentreffen:** Thematische Zirkel, die für eine Einrichtung oder ein bestimmtes Problem besonders qualifizierte Mitglieder zielgerichtet zusammenbringen.
- › **Seminare und Workshops:** Ein Netzwerk kann bei Bedarf qualifizierende Fachveranstaltungen für einzelne Berufsgruppen oder die Netzwerkmitglieder organisieren. Alle Tagungen, Seminare und Workshops sind damit



Ergebnis und Erfolg der gemeinsamen Arbeit zugleich und wichtiger Anlass, das Netzwerk in der Öffentlichkeit professionell zu bewerben.

- › **Feste, Tage der offenen Tür, Feiern:** Gesellige Veranstaltungen eines Netzwerkmitglieds können auch für die anderen Netzwerkpartner geöffnet werden. Neben einem Einblick in die Institution kann das gesellige Aufeinandertreffen auch für den Netzwerkaustausch genutzt werden.
- › **Kaffeepausen, gemeinsame Abende:** Das „Lernen“ in den Kaffeepausen und bei gemeinsamen Netzwerkabenden in der Kneipe kann als zusätzlicher, informeller Austauschprozess bezeichnet werden und ist nicht Teil der strategischen Netzwerkarbeit. Trotzdem sind dies wichtige Lernkanäle für die Netzwerkpartner.

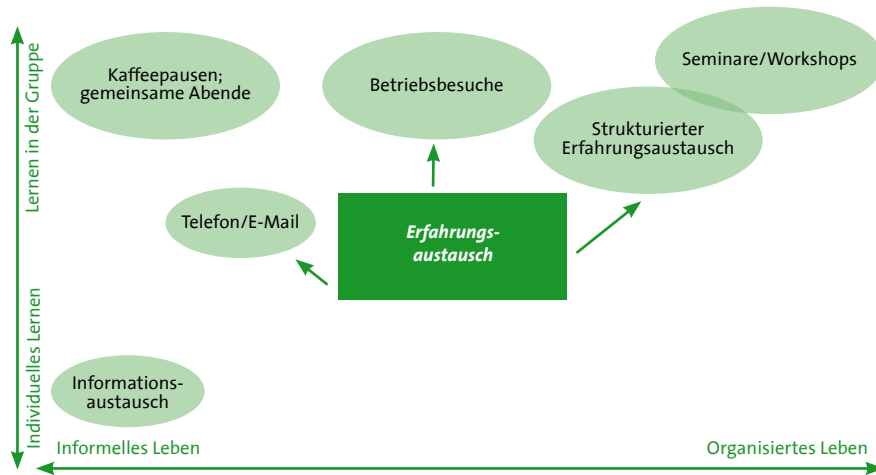
Im Unterschied zu den einzelnen Veranstaltungen, mit denen ein Thema bearbeitet wird, ist Netzwerkarbeit prozessorientiert. Die notwendige Orientierung hierauf darf jedoch nicht zu einer Vernachlässigung der Ergebnisse führen. Der Dokumentation von Ergebnissen und Leistungen der Netzwerkarbeit kommt daher eine Schlüsselfunktion zu.

Die folgende Liste ist der Broschüre „Gewerkschaftliche Netzwerke“ des Projekts KomNetz entlehnt und versteht sich nicht nur als Prüfinstrument, sondern soll auch Anregungen für die Moderation von Netzwerken bieten.

› Erfolgsfaktor	erfüllt Ja/Nein	Ideen/Lösungsvorschläge
Engagierte Teilnehmer		
Personen mit ausgeprägtem Kontaktnetz beteiligen sich		
Die Partner vertrauen sich gegenseitig		
Die Partner stehen hinter Zielen und Leitbild des Netzwerks		
Persönliche Ansprache und verstärkte Einbindung wichtiger potenzieller Teilnehmer in das Netzwerk		
Vielfalt der Akteure ist gewährleistet		
Gezielte Ansprache von Akteuren aus Ernährung/Bewegung über die klassischen Partner für Kindergesundheit hinaus		
Rückhalt der Netzwerkpartner durch die entsendenden Institutionen		
Einbindung von Entscheidungsträgern		
Einbindung von/Ansiedlung bei Kommune/Landkreis		
Finanzielle Ressourcen		
Personelle Ressourcen für die Netzwerkkoordination		
Praxisorientierung		
Motivation für den Alltag		
Das Netzwerk bietet positive Erfahrungen		
Hierarchiefreiheit und Diskussionen ohne Tabus, auch über heikle Themen möglich		
Atmosphäre des gegenseitigen Gebens und Nehmens		
Externe Referenten stehen für Input und Wissenszuwachs zur Verfügung		
Dokumentation & Informationsfluss		

Der folgende Überblick zeigt Arbeits- und Lernformen in Netzwerken, deren Wechsel zugleich

Anforderungen an Steuerung und Moderation von Netzwerken andeutet:



Quelle: Elsholz, Uwe et al., S. 36

Voneinander Lernen – gemeinsam Ziele verwirklichen

Der Erfahrungsaustausch bei allen Veranstaltungsformaten spielt in fachlich-zielorientierten Netzwerken eine entscheidende Rolle. Er dient der Vertrauensbildung und dem gegenseitigen Wissenszuwachs. Als Einzelkriterium reicht er jedoch nicht für Veränderungsprozesse aus. Neue Informationen, Lösungsansätze aus anderen Kommunen, wissenschaftliches Know-how und frische Ideen von Partnern abseits der eigenen ausgetretenen Pfade bringen Ergebnisse und Projektansätze, die der Zielerreichung dienlich sind. ■

4.7 Miteinander und gemeinsam kommunizieren

Informationen verteilen: eine Hauptaufgabe des Netzwerkkoordinators

Zuallererst intern – Netzwerkpartner beteiligen und informieren

Verschiedene Veranstaltungsformate und regelmäßige Treffen sind die wichtigsten Mittel, den Mitgliedern Austausch zu ermöglichen. Weitere Kommunikationsformen sind dennoch unerlässlich für eine umfassende Kommunikation und einen transparenten Informationsfluss innerhalb des Netzwerks.

Die Dokumentation:

Nicht jeder Netzwerker muss an

allen Veranstaltungen teilnehmen – nicht immer passen Terminlagen oder Schwerpunktthemen zu beruflichem Hintergrund, betriebsbedingten Rahmen oder auch privaten Planungen. Die Dokumentation von Netzwerktreffen, Veranstaltungen oder Arbeitsgruppen dient damit insbesondere der transparenten Information der Mitglieder. Weitere Zwecke sind die Legitimation vor der entscheidenden Institution und vor Förderern sowie auszugsweise auch die Öffentlichkeitsarbeit. Die Dokumentation ist darüber hin-

aus das kollektive Gedächtnis des Netzwerks. Sie gibt Sicherheit über getroffene Entscheidungen und hält Erfolge, Schwierigkeiten und ihre Lösungen fest.

Klassische Mittel sind Protokolle, Fotos/Fotoprotokolle, Zitatsammlungen von Teilnehmenden sowie Ton- oder Videomitschnitte von besonderen Netzwerkanlässen.

Absprachen und Abfragen:

Terminkoordination, Abfragen zu Veranstaltungsplanungen oder



Was funktioniert nach bisherigen Erfahrungen gut über das Internet?

- › Kommunikation über E-Mail
- › Einladungen und Ankündigungen zu Netzwerktreffen
- › Ergebnisdokumentation der Netzwerktreffen
- › Außendarstellung des Netzwerks

Was funktioniert nach bisherigen Erfahrungen nicht gut über das Internet?

- › Diskussionen und Chats
- › E-Learning

Quelle: Elsholz, Uwe et al., S. 38 (2006)

fachliche Fragen als Schwarze-Brett-Methode (Suche/Biete), Empfehlungen zu neuer Literatur oder anderen fachlichen Dingen sind notwendige Kommunikationsbestandteile in Netzwerken. Sie lassen sich am besten per Telefon oder E-Mail abwickeln, da sie häufig auch zu Zeiten umgesetzt werden müssen, an denen kein Netzwerktreffen ansteht. Teilweise sind sie notwendig, um nur mit einem Teil des Netzwerks oder nur einer Arbeitsgruppe zu kommunizieren oder weil die Inhalte enorme Zeitfresser auf Netzwerktreffen sind.

Eine intakte soziale Basis und persönliches Vertrauen zwischen den Netzwerkpartnern sind die Grundlage dafür, dass auch die elektronische Kommunikation funktionieren kann.

E-Mail, Online, Foren, Chat & Co.

Ob Facebook oder XING, Doodle-Abfragen oder Chatzeiten – selten funktioniert über die Onlinetechnologie die gleichberechtigte und zufriedenstellende Kommunikation und die gemeinsame inhaltliche Arbeit. Zu unterschiedlich sind die technischen und persönlichen Voraussetzungen zur Teilnahme. Foren und Chats oder auch soziale Netzwerke sind daher nur ergänzend und hauptsächlich für die Öffentlichkeitsarbeit, aber niemals als Hauptkommunikationskanal zu empfehlen.

Der Austausch per E-Mail dagegen dient nicht nur der Bewältigung des Netzwerkalltags und seiner Bürokratie (Terminkoordination, Organisationsfragen, Abstimmungsprozesse, Protokollversand), sondern unterstützt auch die Vertiefung des Austauschs in der Gesamtgruppe oder zwischen einzelnen Akteuren.

Bei allen elektronischen Kommunikationsformen muss natürlich auch bedacht werden, dass sie die zeitlichen Ressourcen der Netzwerkmitglieder berücksichtigen sollten. Eine Erzieherin würde beispielsweise ihre Aufsichtspflicht verletzen, wenn sie permanent online kommuniziert oder zeitnah E-Mails beantworten würde. Ein Lehrer käme kaum noch zum Unterrichten und eine freiberufliche Ernährungsberaterin wäre gezwungen, viel Zeit für eine unbezahlte Aufgabe zu verwenden.

Andererseits bietet das Internet eine zeitunabhängige und kostengünstige Kommunikationsform. Onlinekommunikation und Technik sind damit gute Instrumente zur Öffentlichkeitsarbeit. Sie ersetzen jedoch nicht die soziale Basis, d. h. reale Netzwerktreffen oder Telefongespräche.

Netzwerke öffentlich präsentieren

Öffentlichkeitsarbeit ist für Netzwerke eine wichtige Aufgabe. Durch eine gute Vorbereitung gelingt mit relativ wenig Aufwand viel Wirkung und ein guter Start. Der erste Auftritt ist daher für die Imagebildung von entscheidender Bedeutung: Die öffentliche Präsentation zeigt, wie professionell und fachlich seriös das Netzwerk ist. Da sehr unterschiedliche Zielgruppen angesprochen werden müssen, ist auch bei der Öffentlichkeitsarbeit ein gut geplantes Vorgehen ratsam.

Das Netzwerk und seine Arbeit in der jeweiligen Kommune muss bei nicht beteiligten Institutionen aber auch in der Fachöffentlichkeit sowie bei Akteuren aus der Politik bekannt gemacht werden. Dazu braucht das Netzwerk eine Strategie für die Öffentlichkeitsarbeit sowie geeignete Kommunikationsmedien:

- › Ein Netzwerk-Logo dient nicht nur der Wiedererkennung auf Medien, sondern vermeidet auch die sogenannte Briefmarkenkleberei, wenn statt dessen die Logos aller Netzwerkpartner immer wieder mit abgebildet werden müssen.

- › Pressemitteilungen sind anlassgebunden (z. B. Netzwerkgründung, Fachtag, Event, neue Netzwerkpartner) und eines der wichtigsten Methoden für die Öffentlichkeitsarbeit.
- › Fachtage selbst sind wichtige Wege, die Fachöffentlichkeit zu informieren und zu qualifizieren.
- › Broschüren und Flyer sind längerlebige Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit. Ein Netzwerk kann eine eigene Fachbroschüre entwickeln, oder als Bestandteil einer Methodenbox von Drittanbietern mit dem eigenen Logo (z. B. DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung) versehen.
- › Onlinepräsenz: Ohne eine Homepage mit wichtigen Informationen zum Netzwerk, seinen Zielen und Mitgliedern, ist heute kaum Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben. Vorzugsweise mit eigener Internetadresse, aber strukturell auch als Teil beispielsweise der Kommunalwebsite, dient die Homepage der ergänzenden Information und als Nachschlagewerk über das Netzwerk.
- › Onlineservice: Eine eigene Homepage stärkt die Netzwerkidentität, ist in gewünschter Ausführlichkeit aber selten realisierbar. Um eine unkomplizierte Möglichkeit der Onlinekommunikation zu bieten, hat „Regionen mit peb“ ein Datenbankangebot für lokale Netzwerke entwickelt, das zum einen die notwendige Transparenz über Einrichtungen und Institutionen auf kommunaler Ebene vorhält und zum anderen Neuigkeiten aus der Region

abbilden kann (siehe Seite 64).

www.vernetzt-vor-ort.de

- › Wichtiger als die Gründung von virtuellen Netzwerkgruppen auf facebook, Google+ oder bei XING ist neben der Homepage eine stets verfügbare Übersicht für Netzwerkpartner und Einwohner über die gesundheitsbezogenen Angebote und Partner der Einrichtungen und Institutionen vor Ort.

Weitere Mittel zur Öffentlichkeitsarbeit wie Newsletter/E-Mailings, Infostände etc. sind zusammen mit den klassischen Methoden unter **www.regionen-mit-peb.de/oeffentlichkeitsarbeit.html** erläutert.

Wer kommuniziert das Netzwerk öffentlich?

Als freiwillige Organisationsform sind die Verantwortlichkeiten der Netzwerkmitglieder auch bei den Kommunikationsaufgaben stärker verteilt, als beispielsweise in Vereinen mit einem Vorstand und eventueller hauptamtlicher Unterstützung. Zwar hat auch bei der Öffentlichkeitsarbeit der Netzwerkkoordinator die Hauptlast zu tragen, indem er die Informationen aufbereitet und verteilt, aber ganz ohne Netzwerkmitglieder geht es nicht:

- › Die Themen, Ziele und Anlässe für die öffentliche Kommunikation werden gemeinsam festgelegt. Damit ist jedoch nicht die Vorgabe jedes Wortes einer Pressemitteilung, sondern der Rahmen, innerhalb dessen das Netzwerk öffentlich kommuniziert werden soll, abgesteckt. Sofern fachlich notwendig können

die Netzwerkmitglieder hierfür Zuarbeiten liefern.

- › Netzwerkmitglieder können in Pressemeldungen als Zitatgeber berücksichtigt werden – diese Rolle ist nicht alleine der Institution vorbehalten, die den Netzwerkkoordinator stellt. Bei Pressekonferenzen sollten darüber hinaus ebenfalls verschiedene Netzwerkmitglieder mit am Tisch sitzen, um den Journalisten mehrere Ansprechpersonen anzubieten. Grundsätzlich jedoch ist ein Sprecher hilfreich, um das Netzwerk in der Öffentlichkeit zu positionieren.
- › Netzwerkmitglieder verteilen darüber hinaus die Netzwerkmedien (Pressemitteilungen, Flyer, Broschüren etc.) über ihre eigenen externen und internen Kommunikationskanäle und zu geeigneten Anlässen.
- › Nicht zuletzt sollten sich alle beteiligten Institutionen als Netzwerkmitglieder zu erkennen geben: Das Netzwerklogo auf der Homepage und ein kurzer erklärender Text zu Anliegen, Mitgliedschaft und Zielen wird mit dem Logo und einer Verlinkung auf der eigenen Homepage und falls möglich in Broschüren und Flyern platziert. Auch Aufkleber an der Bürotür o.ä. fördern die Wiedererkennbarkeit und Bekanntheit des Netzwerks. Zum Beispiel „Regionen mit peb“ ist ein Projekt des Nationalen Aktionsplans INFORM – Deutschlands Initiative für mehr Bewegung und gesunde Ernährung! ■

4.8 Anhang: Quellen, Fachliteratur und Links

- › Bauer-Wolf, Stefan et al. (Hrsg., 2007): **Erfolgreich durch Netzwerkkompetenz. Handbuch für Regionalentwicklung.** Verlag: Springer Vienna. ISBN: 978-3-211-73126-0.
 - › BIBB (Hrsg.): **Ausbildungsnetzwerke und Netzwerkmoderation. JOBSTARTER PRAXIS – Band 1.** Programmstelle beim Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB) für das Programm JOBSTARTER des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF). Download via **www.bmbf.de**
 - › Brückers, Rainer (2004): **Qualitätsentwicklung für soziale Netzwerke.** Hrsg.: Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e. V. Download via **www.nakos.de**
 - › Elsholz, Uwe et al. (2006): **Gewerkschaftliche Netzwerke. Aufbau, Moderation und Verstärkung.** Hrsg.: Projekt KomNetz, Hamburg. Download via **www.netzwerk-chancengleichheit.org**
 - › Emminghaus, Christoph et al. (2009): **Lebenslanges Lernen in regionalen Netzwerken verwirklichen.** Hrsg.: Bertelsmann Verlag. ISBN-13: 978-3763938889
 - › Fehr, Rainer et al. (2011): **Vorarbeiten zum lokalen Fachplan Gesundheit,** LIGA.Praxis 9. Hrsg.: Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen. Download via **www.lzg.gc.nrw.de**
 - › Gold, Carola et al. (2011): **Gesundes Aufwachsen für alle!** Anregungen und Handlungshinweise für die Gesundheitsförderung bei sozial benachteiligten Kindern, Jugendlichen und Familien. Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Bestellung & Download via **www.bzga.de**
 - › Göpel, Eberhard et al. (2012): **Systemische Gesundheitsförderung: Gesundheit gemeinsam gestalten** Bd. 3. Hrsg.: GesundheitsAkademie, 2. unveränderte Auflage. ISBN: 978-3-940-52907-7 2012.
 - › Langness, Anja et al. (2008): **Kommunale Netzwerke für Kinder.** Ein Handbuch zur Governance frühkindlicher Bildung. Hrsg.: Bertelsmann Stiftung. ISBN: 978-3-89204-978-4. Bestellung via **www.bertelsmannstiftung.de**
 - › Neumann, Ingo et al. (2008): **Das Ganze im Blick: Prozesse ressortübergreifend gestalten.** Hrsg.: Bertelsmann Stiftung. Download via **www.wegweiser-kommune.de**
 - › Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (2011): **Regionen mit peb. Gemeinsam für einen gesunden Lebensstil von Kindern.** Arbeitshilfe für Netzwerkkoordinatoren in der Übergewichtsprävention. Weitere Informationen & Download: **www.regionenmit-peb.de/peb-arbeitshilfen.html**
 - › Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (Hrsg., 2012): **Tagungsunterlagen „Stadt – Land – gesund. Partner und Strategien für gesundes Aufwachsen in der Kommune“** (Abstractsammlung zur Fachtagung am 27.02.2012 in Weimar). Weitere Informationen & Download: **www.regionenmit-peb.de/stadtlandgesund.html**
 - › Scheerer, Sina (2011): **Regionale Netzwerkbildung zur Übergewichtsprävention von Kindern – Studie zur Untersuchung günstiger und hemmender Voraussetzungen in der Phase des Netzwerkaufbaus.** Masterthesis zur Erlangung des akademischen Grads Master of Arts (M.A.) im Studiengang Sport & Ernährung an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut Medien, Kommunikation & Sport, Department Sportwissenschaft. Weitere Informationen & Download: **www.regionenmit-peb.de/peb-arbeitshilfen.html**
 - › Tippelt, Rudolf et al. (Hrsg., 2008): **Lernende Regionen – Netzwerke gestalten: Teilergebnisse zur Evaluation des Programms "Lernende Regionen – Förderung von Netzwerken".** Bertelsmann Verlag. ISBN: 978-3-763-93690-8.
- Weiterführende Links:**
- › **www.regionenmit-peb.de/netzwerkarbeit.html**
 - › **www.vernetzt-vor-ort.de**

4.9 peb: print & online

Regionen mit peb

- › Arbeitshilfe I „Regionen mit peb: Gemeinsam für einen gesunden Lebensstil von Kindern“
- › Arbeitshilfe II „Stadt – Land – gesund: Arbeitshilfe zur vernetzten Gesundheitsförderung für Kinder in der Kommune“
- › www.regionen-mit-peb.de
- › www.vernetzt-vor-ort.de
- › www.facebook.com/regionenmitpeb
- › www.twitter.com/Regionen_peb

Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)

- › „Gesunde Kita – starke Kinder! Methoden, Alltagshilfen und Praxistipps für die Gesundheitsförderung in Kindertageseinrichtungen“. Das Buch gibt Anregungen für die Einbettung dieser drei Säulen der "Gesunden Kita" in die pädagogische Arbeit und zeigt den Weg zu einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung im Kindergarten: 176 Seiten, kartoniert, Cornelsen Verlag Scriptor, 1. Auflage 2011, ISBN: 978-3-589-24708-0, mit Beiträgen von: Klaus Bös, Mirko Eichner, Dorle Grünewald-Funk, Ruth Hammerbacher, Andrea Lambeck, Ursula Rabe-Kleberg, Wolfgang Tietze, Ulrike Ungerer-Röhrich

- › www.pebonline.de
- › www.pebundpebber.de
- › Facebook Peb & Pebber: www.facebook.com/PebundPebber
- › 9+12-Videos: Acht Kurzfilme zu den Themen Ernährung und Bewegung während der Schwangerschaft und des ersten Lebensjahres informieren die jungen Eltern alltagsnah und verständ-

lich und sensibilisieren sie für einen gesunden Lebensstil

- › Facebook 9+12 www.facebook.com/9plus12
- › Youtube 9+12 www.youtube.com/Gemeinsamgesund





plattform
ernährung und
bewegung e.v.

Gefördert durch:



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages