

sind dort neun OecotrophologInnen beschäftigt. Sie arbeiten als Dozenten an der UGB-Akademie, in der Redaktion des UGB-Forum oder koordinieren in der Geschäftsführung die aktuellen Projekte wie gesunde Schule, UGB-Partnerschaften oder den Internetauftritt des Vereins. Hinzu kommen vier Mitarbeiter in Verlag und Sekretariat sowie eine Hand voll Aushilfen, darunter einige Oecotrophologie-Studentinnen. Die Seminararbeit wird darüber hinaus von etwa 20 HonorardozentInnen durchgeführt.

Auch bei den Geschäftsstellen der UGB-Vereine in Österreich und der Schweiz gab es im letzten Jahr Veränderungen. Die neuen Ansprechpartnerinnen sind Flavia Häufler Mair in Österreich und Noemi Koch-Cadosi in der Schweiz.

Es gibt noch viel zu tun

Jeder wünscht sich ein gesundes Leben ohne Krankheit. Wer dabei allein auf Krankenkassen und staatliche Hilfe baut, wird dieses Ziel kaum erreichen. Denn die individuelle Gesundheitsförderung bleibt aus Kostengründen ein Stiefkind der Gesundheitspolitik. Unser so genanntes Gesundheitswesen hat entgegen aller Verlautbarungen gar kein Interesse daran, Gesundheit zu erhalten und zu verbessern. Im Gegenteil: Geld wird vorwiegend über Krankheit verdient. Die Kostenexplosion im Gesundheitswesen wird dazu führen, dass jeder Versicherte tiefer in die eigene Tasche greifen muss. Die Ausgaben für Therapien aller Art nehmen ständig zu. Wer dagegen seine Gesundheit selbst aktiv fördert, kann viel Geld sparen und für die schönen Dinge im Leben nutzen. Insofern wird dem UGB die Arbeit nicht so schnell ausgehen.



Anschrift der Verfasserin:
Dipl. oec. troph. Elisabeth Klumpp
Stellvertretende
UGB-Geschäftsführerin
Sandusweg 3
D-35435 Wettenberg/Gießen

Gesundheitsförderung

Zukunft Gesundheitsförderung

Konzepte für gesunde Kinder



Foto: Ketchum

Thomas Männle

Übergewicht, Bewegungsmangel und Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen nehmen zu. Trotz dieser Alarmsignale gibt es für die Gesundheit der Heranwachsenden keine Lobby. Der UGB setzt sich deshalb verstärkt für die Gesundheitsförderung in Kindergärten und an Grundschulen ein.

Rund ein Drittel der Sechsbis Achtjährigen glaubt, dass Milchschnitte, Hamburger und Cola gesunde Lebensmittel seien. Noch schlechter als um das Wissen ist es aber um die Gesundheit unserer Kinder bestellt. Nach einem Forschungsbericht der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind bei vielen Kindern die motorische Entwicklung und die Koordination gestört. Viele zeigen Defizite beim Sprechen, Hören und Sehen. Weiter zählen die Experten

Übergewicht und ungünstiges Ernährungsverhalten, Unfälle, Konzentrationsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten und Aggressivität zu den unerwünschten Entwicklungen.

Für die Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen scheint es nur wenig Unterstützung zu geben. Am ehesten interessieren sich noch die Eltern für die Gesundheit des eigenen Nachwuchses und manche Stiftungen fördern Kindergesundheit. Das so genannte Gesundheitswesen in Deutschland ist allerdings ein Krankheits-Behandlungssystem. Das heißt, Geld wird mit Krankheit verdient, nicht durch den Erhalt der Gesundheit. Entsprechend sind die gesellschaftlichen Strukturen ausgerichtet.

Maßnahmen im Kindesalter am effektivsten

Das ideale Alter zum Erlernen von gesundheitlichem Verhalten liegt zwischen fünf und zehn Jahren. In diesem Lebensabschnitt erwirbt der Mensch seine prägenden Lebensgewohnheiten.

Mit fortschreitendem Alter fällt es immer schwerer, Neues zu lernen und Gewohntes zu verändern.



Dipl. oec. troph. Thomas Männle, Jg. 1953, ist Gründungs- und Präsidiumsmitglied des UGB e. V. Seit 1979 ist er als Dozent in der Erwachsenenbildung tätig, primär an der UGB-Akademie in den Bereichen Ernährung und Beratung einschließlich Motivation und Persönlichkeitstraining. Darüber hinaus koordiniert er als Hauptgeschäftsführer des UGB Projekte zur Gesundheitsförderung in Kooperation mit anderen Institutionen und Krankenkassen.

Obwohl Kinder sehr gut für gesundheitsförderliches Verhalten erreichbar sind, ergreift kaum jemand ernstlich die Initiative. Die Lehrpläne der Grundschulen schreiben zwar Gesundheit als Lernziel vor. Für die Lehrer gibt es aber derzeit keine ausreichenden Anreize, dieses anzugehen. Erzieher und Lehrer sehen es nicht unbedingt als eine ihrer Hauptaufgaben an, sich um die gesunde

Ernährung ihrer Schützlinge zu kümmern. Häufig argumentieren sie: „Dafür sind wir nicht ausgebildet.“ „Hierfür sind die Eltern zuständig.“ Erfahrungen in der Zusammenarbeit von Pädagogen und Eltern haben gezeigt, dass sich die Mitarbeit von Eltern äußerst motivierend auf das Engagement der Erzieher und Lehrer auswirken kann. Diese fühlen sich unterstützt

Kindergärten und Schulen ist aber nicht von einer Institution allein zu bewältigen. Was fehlt, sind Kooperationen verschiedener Institutionen mit langfristigen Konzepten, die auf 10 bis 20 Jahre angelegt sind. Denn nur durch den Austausch und das Vernetzen der einzelnen Beteiligten lassen sich die Stärken der jeweiligen Einrichtungen bündeln.

Fotos: G. Fritzen/S. Weigt



und in ihrem Bemühen anerkannt. Eltern wiederum ermutigt die Zusammenarbeit mit den Pädagogen. Sie bauen Hemmungen und Blockaden ab, wenn sie an Projekten mitwirken. Viele Eltern wünschen sich eine solche Mitarbeit, um ihren Teil zur Gesundheitserziehung in Kindergarten und Schule beitragen zu können.

Neue Ansätze sind erforderlich

Zur Zeit existieren nur wenig Strategien, um die Situation grundlegend zu verändern. Gute und evaluierte Kursprogramme fehlen oder werden nicht angenommen, weil sie die Zielgruppen verfehlen. Bisher wurden überwiegend Einzelaktionen zur Gesundheitsförderung in Kindergärten und Grundschulen durchgeführt. Eine umfassende, langfristige Strategie für



Nötig ist ein so genannter „Setting“-Ansatz für gesunde Kindergärten und Schulen. Hierunter ist eine strukturbildende Strategie zu verstehen, die das Schulleben als Ganzes in das Konzept mit einbe-

zieht. Ähnliche Ansätze gibt es z. B. in Betrieben, Krankenhäusern oder gar Städten und Kreisen, die Gesundheit zu ihrem Thema machen. Dabei sollten Eltern, Lehrer und Kinder mit einbezogen und die strukturellen Bedingungen selbst zu gesundheitsfördernden Bausteinen geformt werden. Räume und Zeit-Räume müssen gestaltet und eine offene Lern- und Kommunikationsstruktur nach innen und außen geschaffen werden. Die Maßnahmen sollen die aktive Aufmerksamkeit aller Beteiligten für Körper und Bewegung wecken und neue Möglichkeiten für den Umgang mit Kritik und Krisen aufzeigen.

Schatten zu springen, um sich der großen Herausforderung zu stellen.

Beitrag des UGB

Der UGB hat sich satzungsgemäß zur Aufgabe gemacht, nach den natürlichen und sozialen Grundlagen einer gesundheitsförderlichen Lebensweise zu forschen. Ziel ist es, diese Erkenntnisse allen Bevölkerungsschichten zu vermitteln. Auch für Kinder und Jugendliche hat der UGB bereits einiges getan. Erinnert sei hier beispielsweise an die Erlebniswelt „Freude am Gesundsein“ der UGB-Präsidentin Gisela Fritzen oder die beiden

tive Gesundheitsförderung an Grundschulen und in Kindergärten zu beteiligen (s. Kasten).



Anschrift des Verfassers:
Dipl. oec. troph. Thomas Männle
Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V.
Sandusweg 3
D-35435 Wettenberg/Gießen

Literaturangaben:

BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (Hrsg.): Gesundheit von Kindern – Epidemiologische Grundlagen. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung Band 3, Köln 2000

BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (Hrsg.): Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung Band 6, Köln 1999

SACKSOFSKY, S.; MÜLLER, F.: Starke Schüler – vergütete Lehrer. Prävention und Gesundheitsförderung für eine lebendige Schule. AOL-Verlag, Ludwigsburg 1998

STEEN, R.: Veränderte Kindheit – Herausforderungen für Familie und Schule. In: Ketschau, I.; Methfessel, B.; Piorkowsky, M.-B. (Hrsg.): Familie 2000. Schneider Verlag Hohengehren, S. 123-135, Baltmannsweiler 2000

STRAKA, D.: Schulische Gesundheitsförderung mit dem Schwerpunkt Ernährung. Methodische Aspekte einer Projektevaluation. Verlag Hans Jacobs, Lage 1997



Kinder erlernen gesundes Verhalten eher spielerisch. Doch gut gemeinte Einzelaktionen bringen wenig. Nötig ist ein Konzept, welches das Schulleben als Ganzes einbezieht.

Diese Forderungen sind leicht formuliert, aber derzeit noch schwer umsetzbar. Denn zwischen den Institutionen machen noch Berührungängste, Arroganz und Egoismus produktive Kooperationen schwierig, manchmal sogar unmöglich. Wenn wir die Krankheiten und Probleme im Kindesalter ernst nehmen und sie als Gesellschaft wirklich lösen wollen, dann sollten alle Fachinstitutionen in der Lage sein, über den eigenen

UGB-Tagungen zum Thema Schule und Gesundheitsförderung. In Zukunft wird sich der Verein als neutrale Institution stärker an Lösungsansätzen zur Gesundheitsförderung von Kindern beteiligen. Im Rahmen seiner Möglichkeiten wird der UGB an Kooperationen mitarbeiten, die neutral und ziel führend sind. Unter anderem wird der Verband praxisbezogene Veranstaltungen für Kinder, Eltern, Erzieher und Lehrer anbieten.

Damit diese Ideen konkret werden, brauchen wir Ihre Mitarbeit. Wir laden daher alle erfahrenen Praktiker ein, sich an der Diskussion um eine umfassende und effek-

Gesprächsforum

Der UGB lädt erfahrene Praktiker aus dem Kreis der Mitglieder, Abonnenten und Freunde des UGB zu einem Gesprächsforum „**Gesunder Kindergarten, Gesunde Grundschule**“ ein. Ziel des Forums ist es, bewährte Projekte zu ermitteln und zu diskutieren, wie eine nachhaltige Gesundheitsförderung im Bereich Ernährung erreicht werden kann. Die Teilnahme ist kostenlos. Der Tagungsort in Gießen wird allen Interessierten im November schriftlich mitgeteilt.

Termin: Samstag, 8.12.2001
10.00 bis 16.00 Uhr

Anmeldung:
bis spätestens 26.10.2001
UGB, Sandusweg 3,
D-35435 Wettenberg
Stichwort „Gesprächsforum“