

Reinhard Mann und Benita Schulz

## **Gesund aufwachsen in Deutschland**

### **Potentiale erkennen – Chancen nutzen – Entwicklung fördern**

**GUT DRAUF – eine Jugendaktion der BZgA zur Gesundheitsförderung**

#### **1. Die Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA – ein Überblick**

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet mit der Jugendaktion GUT DRAUF Einrichtungen der Jugendarbeit und Jugendbildung ein gesundheitsbezogenes Zertifizierungsverfahren, das Mitarbeiterschulungen, fachbezogene Beratung und Begleitung im Qualitätsentwicklungsprozess umfasst.

Inhaltlich folgt GUT DRAUF einer ganzheitlichen Zielsetzung mit den in ihrer Wirkung sich gegenseitig beeinflussenden Elementen Ernährung, Bewegung und Stressregulation. Endzielgruppe sind Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren. Primäre Ansprechpartner der BZgA sind Multiplikatoren in den fünf Handlungsfeldern Schule, Sport, Jugendreise, Jugendeinrichtungen und (Ausbildungs-)Betriebe.

Die BZgA verfolgt mit der Jugendaktion eine Kombination aus Verhaltens- und Verhältnisprävention und fördert die Vernetzung der Partner aus unterschiedlichen Handlungsfeldern im Sozialraum Jugendlicher, um Mädchen und Jungen größere Chancen für gesundheitsgerechtes Verhalten zu sichern.

Fachkräfte werden darin geschult, Jugendlichen Anreize zu gesundheitsbewusstem Verhalten zu bieten, indem in Aktionen aktuelle Jugendkulturen aufgegriffen und die Themen Ernährung, Bewegung und Stressregulation unter aktiver Beteiligung der Zielgruppe so inszeniert werden, dass sie mit Spaß verbunden sind und bei den Jugendlichen ankommen.

Durch die inhaltliche und methodische Einflussnahme auf Angebote und Strukturen gewährleistet die BZgA die Nachhaltigkeit.

In der Umsetzung der Jugendaktion GUT DRAUF orientiert sich die BZgA an den zirkulär sich wiederholenden Schritten des *Public Health Action Cycle*:

- Analyse
- Planung
- Durchführung
- Evaluation

#### **2. Analyse zur Jugendaktion GUT DRAUF**

In der Bedarfsanalyse für das Gesundheitsförderungsangebot werden sowohl Erhebungen über Gesundheitsprobleme als auch über Gesundheitsressourcen von Kindern und Jugendlichen berücksichtigt. Dabei bezieht die BZgA wissenschaftliche Expertisen wie die KiGGS-Studie oder den 13. Kinder- und Jugendbericht der Bundesregierung ebenso mit ein wie die

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

regionale Gesundheitsberichterstattung. So ergaben sich etwa aus der KiGGS-Studie wichtige Hinweise zur Alters- und Geschlechterverteilung von gesundheitlichen Auffälligkeiten sowie zu Abhängigkeiten von Sozialstatus und Migrationshintergrund. Die Expertise belegt auch, dass sich in den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychosoziale Gesundheit die Befunde mit zunehmendem Alter häufen und Handlungsbedarf weiter besteht.

Darüber hinaus bilden Erfahrungen und Beobachtungen der Fachkräfte und Bedarfsäußerungen von Jugendlichen vor Ort eine wichtige Triebfeder zur kontinuierlichen Aktualisierung der Analysen.

### 3. Planung der Jugendaktion GUT DRAUF

Die Jugendaktion GUT DRAUF wurde von Anfang an als interdisziplinärer Ansatz konzipiert. Vertreter/innen der Gesundheitswissenschaft, Ernährungswissenschaft, Sportwissenschaft und Psychologie sind an der Entwicklung ebenso beteiligt wie Pädagog/innen, Sozial- und Theaterwissenschaftler/innen.

Gemeinsam wurde das GUT DRAUF-Leitbild entwickelt aus dem sich sämtliche Schritte des Qualitätsentwicklungsprozesses hin zur Zertifizierung ableiten: Die für alle Handlungsfelder gültigen GUT DRAUF-Qualitätskriterien

- Ganzheitliche Zielsetzung
- Nachhaltige Wirkung im Alltag
- Aufgreifen aktueller Jugendkulturen
- Gesundheit in Szene setzen
- Partizipation & Teamorientierung
- Qualifiziertes Personal
- Qualitätssicherung & Evaluation
- Vernetzung

bilden die Basis für die Multiplikatoren-Schulungen und die Handlungsfeld-spezifischen Qualitätsstandards, die den Zertifizierungsaudits zugrunde liegen.

Tragende inhaltliche Säule der Jugendaktion GUT DRAUF ist das Wechselspiel zwischen Ernährung, Bewegung und Stress. Wissenschaftlich nachgewiesen sind gegenseitige Einflüsse, deren Dynamik bei GUT DRAUF zur Stabilisierung der Gesundheit Jugendlicher genutzt werden. Die drei Elemente bilden somit auch die Kernbereiche der Aktivitäten bei der Planung und Umsetzung in den GUT DRAUF-Einrichtungen.

### 4. Durchführung/Umsetzung der Jugendaktion GUT DRAUF

Die Jugendaktion GUT DRAUF wird derzeit in sieben regionalen Netzwerken Deutschlands umgesetzt:

- Baden-Württemberg
- Bayern
- Bremen/Niedersachsen

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

- Mecklenburg-Vorpommern
- Rheinland
- Rhein-Sieg-Kreis
- Sachsen-Anhalt

Dabei werden im Rhein-Sieg-Kreis als Modellregion einzelne Projektschritte und Innovationen exemplarisch vorab getestet.

Innerhalb dieser Netzwerke bilden sich zunehmend sozialräumliche Einheiten, die sich z.B. als GUT DRAUF-Kommunen einer gesundheitsförderlichen Regionalentwicklung verschreiben.

Um die Jugendlichen in ihrem Sozialraum mit gesundheitsförderlichen Botschaften zu erreichen, konzentriert sich die Jugendaktion auf die Handlungsfelder Schule, Sportvereine, Jugendarbeit, Jugendreise und -unterkünfte sowie Ausbildungsbetriebe. Mädchen und Jungen erhalten damit die Chance, sich zunehmend an gesundheitsförderlich ausgerichteten Orten ihres Alltags zu bewegen und entsprechende Angebote zu erhalten, die gesundheitsgerechtes Verhalten attraktiv machen.

Die dezentralisierte und verzweigte Jugendaktion wird in den Netzwerken über Netzwerkkoordinationen mit regionalen Steuerkreisen gebündelt. Die BZgA steuert und koordiniert mit Unterstützung spezialisierter Agenturen die Gesamtaktion auf Bundesebene. Ein interdisziplinär ausgerichteter Fachbeirat garantiert die wissenschaftliche Weiterentwicklung des Ansatzes.

#### 5. Der Evaluationsansatz von GUT DRAUF

Die Evaluation der Jugendaktion umfasst eine Struktur- und Prozessevaluation sowie eine Wirkungsevaluation. Die Projektumsetzung, die zertifizierten Einrichtungen sowie die Schulungen der Multiplikatoren werden jährlich dokumentiert und analysiert.

In den letzten Jahren wurde in Schulen und auf Jugendreisen beispielhaft die Wirkung bei den Jugendlichen evaluiert. Darüber hinaus sind die Partner durch das Zertifikat verpflichtet, selbst GUT DRAUF-Aktionen mit ihren Jugendlichen zu evaluieren; hierfür wurde ein Befragungsinstrument bereitgestellt.

Die Evaluation belegt, dass über GUT DRAUF nachhaltig gesundheitsförderliche Strukturen gefestigt werden können. Die Anzahl der zertifizierten Einrichtungen steigt kontinuierlich: Seit 2003 konnten 182 von derzeit insgesamt 650 GUT DRAUF-Partnereinrichtungen zur Zertifizierung begleitet werden; hiervon wurden etliche bereits nachzertifiziert.

Die Evaluation verdeutlicht, dass das Konzept der Sozialraumorientierung von den Partnern unterstützt und mitgetragen wird. Etwa zwei Drittel der GUT DRAUF-Partner teilten im Rahmen der Jahresevaluation 2009 mit, dass sie mit mindestens einer weiteren GUT DRAUF-Einrichtung zusammenarbeiten.

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

GUT DRAUF erreicht die Jugendlichen, die besonders von gesundheitsförderlichen Angeboten profitieren: Sozial benachteiligte Mädchen und Jungen. Etwa zwei Drittel der Jugendlichen, die in 2009 erreicht wurden, besuchen Hauptschulen, Realschulen und Gesamtschulen. Und die Multiplikatoren in diesen Einrichtungen bestätigen, dass die Umsetzung von GUT DRAUF dazu beiträgt, dass Jugendliche aktiv Entscheidungen treffen können, um sich gesünder zu verhalten. 148 von 171 Befragten bestätigen diese Aussage zur gesundheitsbezogenen Selbstwirksamkeit mit „trifft zu“ und „trifft eher zu“.

Die Ergebnisse der jährlichen Evaluation ebenso wie die der exemplarischen Befragungen fließen in die Weiterentwicklung der Jugendaktion GUT DRAUF systematisch mit ein. Das externe Evaluationsinstitut ist in die Steuerung der Jugendaktion kontinuierlich eingebunden und lässt die gewonnenen Erkenntnisse in die jeweils nächsten Planungsschritte einfließen.

#### 6. Ausblick

Nach einem Agenturwechsel Ende 2009 hat sich die Jugendaktion in 2010 stabilisiert und erreicht derzeit mit ca. 650 Partnerorganisationen, 182 zertifizierten Einrichtungen und 3.500 geschulten Fachkräften ca. 800.000 Jugendliche jährlich.

Die Konzentration auf den Sozialraum hat sich als erfolgreich erwiesen und die nächsten Entwicklungsschritte vorbereitet:

Weitere drei bis vier Landesnetzwerke sollen in 2011 aufgebaut werden. Damit stabilisieren sich die bereits vereinzelt vorhandenen Strukturen in diesen Bundesländern und können zu kleinräumlichen Netzwerken ausgebaut werden.

Die Jugendaktion GUT DRAUF wird durch einen Arbeitsschwerpunkt zur Kindergesundheit ergänzt: Unter dem Slogan „Unterwegs nach Tutmirgut“ wird Grundschulen ein gesundheitsbezogenes Zertifizierungsverfahren mit Mitarbeiterschulung und fachbezogener Beratung angeboten. Partner weiterer Handlungsfelder werden für die gesundheitsbezogene Arbeit mit Kindern von fünf bis zwölf Jahren fortgebildet.

Das Handlungsfeld Ausbildungsbetriebe wird aufgebaut, um die Verbindung zur betrieblichen Gesundheitsförderung zu schließen und für die spezifischen Bedürfnisse und Interessen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu sensibilisieren.

# 16. Kongress Armut und Gesundheit

## VERWIRKLICHUNGSCHANCEN FÜR GESUNDHEIT

### 3. und 4. Dezember 2010

**Reinhard Mann und Benita Schulz**

**Kontakt:**

Projektleitung:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung,

Referat 1-14: Prävention ernährungsbedingter Krankheiten/Gesundheitsförderung

Referatsleiter: Reinhard Mann

Ostmerheimer Str. 220

51109 Köln

E-Mail: [gutdrauf@bzga.de](mailto:gutdrauf@bzga.de)

[www.gutdrauf.de](http://www.gutdrauf.de)

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Poster und Text:

projecta köln

Benita Schulz

(zuständig für Kommunikation & Veranstaltung bei GUT DRAUF)

Venloer Str. 241-245

59823 Köln

E-Mail: [gutdrauf@projecta-koeln.de](mailto:gutdrauf@projecta-koeln.de)