

GUT DRAUF-Jugendreisen

– wirkungsvoll und nachhaltig

»Einen Euro pro Jugendlichen kostet die Jugendaktion GUT DRAUF!«, so knüpfte Prof. Harald Michels von der Fachhochschule Düsseldorf an den Vortrag von Cornelia Goldapp (BZgA) beim PolitTalk Kinder- und Jugendreisen an. Dieser 7. PolitTalk am 24. Februar 2011 in Berlin, moderiert durch Christiane Brandenburg von der BAG KiEZ Deutschland e. V., befasste sich mit dem Schwerpunktthema Gesundheit und gab der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Gelegenheit, das Engagement und den Erfolg von GUT DRAUF in diesem Handlungsfeld den anwesenden VertreterInnen von Politik, Verwaltung und Verbänden darzulegen. Mit einem Jahresbudget von lediglich 800.000 Euro erreichte die Jugendaktion in den fünf Handlungsfeldern Schule, Jugendeinrichtungen, Sport, Betriebe und Jugendreisen im Jahr 2010 etwa 800.000 Jugendliche.

Der PolitTalk war gleichzeitig auch Gelegenheit für die Dachverbände im Jugendreisebereich wie für einzelne Anbieter, Wünsche, Anregungen und Kritik zu äußern – gegenüber den Parteien, den Ministerien, aber auch gegenüber der BZgA als wichtiger Protagonistin im Bereich gesundheitsförderliche Kinder- und Jugendreisen. »Die Jugendaktion hat den Reisebereich aus dem Blick verloren«, »die Sozialraumorientierung berücksichtigt die Anbieter von Jugendreisen nicht«, »in den Jahren gewachsene Kooperationsstrukturen werden brüchig« – so oder so ähnlich lauteten die Äuße-

rungen und gingen doch einher mit dem übereinstimmenden Wunsch nach Intensivierung der Zusammenarbeit zwischen den Akteuren im Jugendreisebereich und der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA.

Für die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist diese Gemengelage willkommener Anlass, um die Position und Funktion des Arbeitsfeldes Jugendreisen im Rahmen der Jugendaktion GUT DRAUF zu überdenken und neu zu definieren. Die hier formulierten Gedanken verstehen sich dabei nicht als abschließendes Konzept, sondern als Denkanstoß für einen gemeinsamen Entwicklungsprozess.

Pädagogisches Potenzial von Jugendreisen

Kinder- und Jugendreisen spielen in der Vereins- und Verbandsarbeit seit jeher eine zentrale Rolle. Ferienfreizeiten sind die Höhepunkte des Jahres, ermöglichen sie doch den Jugendlichen Urlaubswochen unter Gleichaltrigen und den Verbänden inhaltliche Arbeit „am Stück“. Schon seit vielen Jahren bieten nicht nur konfessionelle und verbandliche Träger Jugendreisen an, sondern auch Sportvereine, Jugendeinrichtungen, Jugendgästehäuser und immer häufiger kommerzielle Anbieter. Dabei hat sich eine Vielzahl von Kooperationen zwischen diesen Akteuren entwickelt. Neben den klassischen Ferienfreizeiten bieten sie Klassenfahrten aber auch Jugendaustauschprogramme im In- und im Ausland an.

Was macht Jugendreisen so attraktiv, dass Veranstalter, Pädagogen

und Lehrkräfte diese aufwändigen, oft kräftezehrenden und nächteraubenden Unternehmungen auf sich nehmen?

Jugendreisen bieten Gelegenheiten, um Themen zu positionieren! Kirchliche Verbände nutzen Freizeiten, um Jugendliche auf die Konfirmation oder Firmung vorzubereiten oder Fragen von Glauben und Gemeinschaft zu thematisieren. Naturfreunde und Falken sehen in Freizeiten eine Möglichkeit, Solidarität zu erleben und zu üben oder Erlebnisse in der Natur zu platzieren. Lehrkräfte gehen mit ihren Schülerinnen und Schülern auf Klassenfahrten, um die Klassengemeinschaft zu stärken oder eine andere Herangehensweise z. B. an eine Sprache zu erproben.

» INHALT

- » GUT DRAUF-Jugendreisen . . . 1-5
- » 7. PolitTalk
Kinder- und Jugendreisen 6
- » GUT DRAUF – Helden on Tour . . 7
Im Canadier durch Brandenburg
- » GUT DRAUF für Familien 8
- » BodyTalk – Aktion für mehr
Selbstwertgefühl 9-10
- » Masken, Menschen, Manipulation
– BodyTalk Workshop der
Sportjugend Berlin 11
- » DJH Innovationspreis – JH Lindlar
ausgezeichnet 12

Eröffnet wird dieses Potenzial durch die aus dem Alltag herausgehobene Situation, neue Ansprechpartner und veränderte Anspracheformen, durch die Dauer des gemeinschaftlichen Aufenthalts und eine damit verbundene Offenheit der Jugendlichen. Sie haben den Alltag mit Eltern und Schule hinter sich gelassen und sind vielen Zwän-

»Einen Euro pro Jugendlichen kostet die Jugendaktion

GUT DRAUF!« Prof. Harald Michels

gen und Regeln enthoben. Diese Zeit jenseits alltäglicher Pflichten öffnet Türen: Plötzlich werden Gespräche zwischen Lehrer und Schüler möglich, die im Klassenraum undenkbar waren. Hier werden Anregungen aufgenommen, weil sie in einen neuen Kontext gesetzt sind und mit anderen Personen verbunden werden.

Selbstverständlich dürfen wir nicht die Augen davor verschließen, dass Jugendreisen immer auch Orte des Ausprobierens von Verbotenem und des Überschreitens von Tabus sind: Rauchen und Alkohol sind häufige Themen bei Jugendreisen; Drogen, Diebstahl, gewalttätige und sexuelle Übergriffe seltene, aber doch gelegentliche Probleme, denen sich Reiseveranstalter stellen müssen. Dennoch wiegen die positiven Potenziale von Jugendreisen bei Weitem schwerer als die Gefahren – insbesondere dann, wenn Veranstalter sich einer fachlichen Qualität verschreiben, die die Ausbildung der Reisebegleiter, die inhaltliche Vorbereitung und Durchführung des Programms und die umsichtige Auswahl des Ortes und der Rahmenbedingungen umfasst.

Jugendreisen zeigen Effekte!^{1,2}

Die Effekte von Jugendreisen werden seit einigen Jahren durch Evaluationen von Klassenfahrten, betreuten Jugendreisen, Jugendaus-

tauschen und anderen Jugendreiseformen erhoben. Jugendliche, die an diesen mehrtägigen bis mehrwöchigen Reisen teilnehmen, äußern sich über das Erlebte überwiegend positiv und berichten von wichtigen Lernerfahrungen; dies gilt insbesondere auch für die – leider bei Jugendreisen noch zu wenig vertretene – Gruppe der Hauptschüler.

Jugendliche machen, so stellen die Evaluationen fest, in Gruppenangeboten wichtige soziale Erfahrungen: Freundschaften werden geschlossen und bleiben auch nach diesen punktuellen Ereignissen über Monate bestehen. Der Großteil der Jugendlichen nimmt – nach eigenen Aussagen – »wichtige Anstöße zum Nachdenken« mit.

Die Anstöße, die ein junger Mensch – beispielsweise von einer Jugendfreizeit – mit nach Hause nimmt, beziehen sich auf zentrale Lebensbereiche, zu denen man in der Gemeinschaft neue Eindrücke gewinnen kann:

- » Sozialverhalten in der Gruppe,
- » Umgang mit dem anderen Geschlecht,
- » Konsum von Alkohol,
- » Fragen der Lebensgestaltung, die auch gesundheitsrelevantes Verhalten mit einschließen.

Es sind solche Impulse, die den Eigenwert des Bildungscharakters von Jugendarbeit gegenüber der Schule kennzeichnen.

Dabei handelt es sich nicht nur um kurzfristige Effekte. Nachbefragungen von Jugendlichen belegen in einigen Themenbereichen eine erstaunlich deutliche Nachwirkung von Gruppenreisefahrungen auf den sich der Reise anschließenden Lebensalltag. Damit konnte empirisch nachgewiesen werden, wie nachhaltig Erfahrungen aus der Jugendarbeit auch in den Alltag übergehen, und es konnte die Annahme bestätigt werden, dass durch die Teilnahme

an Jugendreisen im Bereich der Persönlichkeitsbildung und Lebensgestaltung bedeutende Impulse der Gruppenerfahrung ins Alltagsleben ausstrahlen.

GUT DRAUF-Reisen erzeugen nachhaltige Effekte!

Ein konkreter Bereich, in dem Freizeiten konzeptionell zur Änderung von Lebensgewohnheiten genutzt werden können, ist nach Wolfgang Ilg der Themenbereich Ernährung, Bewegung, Entspannung. In einer vergleichenden Evaluation konnte nachgewiesen werden, dass veränderte Gewohnheiten bei Bewegung, Entspannung und Ernährung während der Freizeit in einem signifikanten Zusammenhang mit neuen Lebensgewohnheiten nach der Freizeit stehen. Dabei weisen die drei Bereiche eine hohe gegenseitige Beeinflussung auf, so dass die These Bestätigung findet, dass die drei Erfahrungsbereiche in ihrer Wirkung empirisch nachweisbar zusammenhängen.

Die deutlichsten Effekte ergaben sich im Bereich Bewegung, in dem ein nahezu linearer Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität bei der Freizeit und verändertem Aktivitätsniveau im anschließenden Alltag deutlich wurde. Die Freizeiten mit den höchsten Werten, die in dieser vergleichenden Erhebung aus dem Jahre 2005 Berücksichtigung fanden, waren Freizeiten, die unter der Qualitätsmarke GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung angeboten wurden.

Neben den Evaluationsergebnissen des Projektes *Freizeitenevaluation* von Wolfgang Ilg belegt auch die Evaluation vom Projekt *Body-Talk* (siehe Artikel in diesem Heft), dass Jugendreisen Anlässe sind, bei denen gesundheitsförderliche Impulse hervorragend gesetzt werden können, die nicht nur von kurzfristiger Relevanz sind.

ERLEBEN MIT GUT DRAUF-JUGENDREISEN

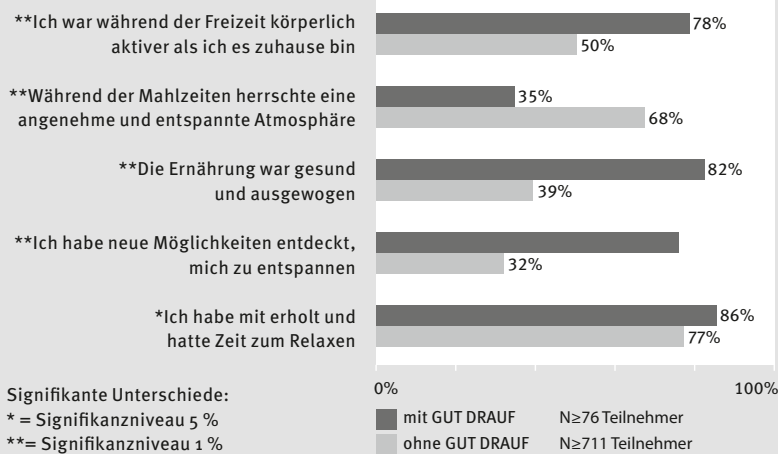


Abb. 1: Auswertung der GUT DRAUF-Items „Bewegung/Aktivität“, „gesunde Ernährung“ und „Entdecken neuer Entspannungsmöglichkeiten“ sowie der erweiterten Aspekte „Erholung und Relaxen“ und „Atmosphäre während der Mahlzeiten“. Fragezeitpunkt: vorletzter Tag der Freizeit.

EFFEKTE FÜR DEN ALLTAG NACH GUT DRAUF-REISEN

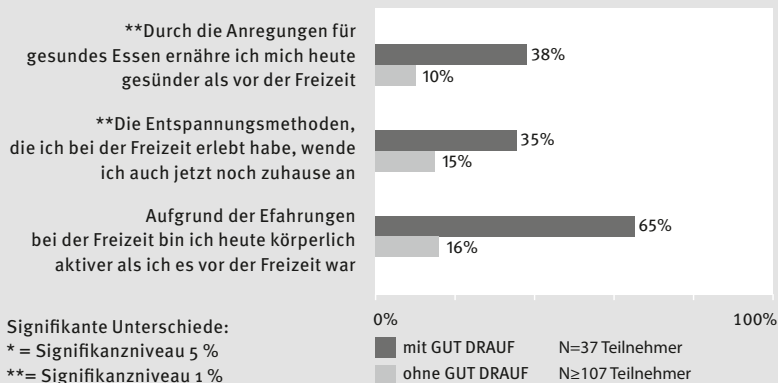


Abb. 2: Auswertung der GUT DRAUF-Items „gesunde Ernährung“, „Entspannungsmethoden“ und „körperliche Aktivität“. Fragezeitpunkt: Nachbefragung ein Vierteljahr nach Freizeiteende.

Jugendreisen im Konzept der Sozialraumorientierung

Die Jugendaktion GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung initiiert und fördert seit 18 Jahren Freizeitmaßnahmen für und mit Jugendlichen, in denen die gesundheitsrelevanten Themen Ernährung, Bewegung und Stressregulation einen herausragenden Stellenwert einnehmen.

GUT DRAUF ist das einzige Angebot in Deutschland, das sich konsequent einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung mit dem wissenschaftlich belegten Wirkungsdreieck Ernährung, Bewegung und

Stressregulation verschrieben hat. GUT DRAUF zeichnet sich darüber hinaus durch wesentliche Eckpunkte aus, welche die Nachhaltigkeit und Wirksamkeit der Angebote erhöhen:

» **Angebote, die bei den Jugendlichen ankommen!** GUT DRAUF nutzt die pädagogische Methode der Inszenierung, um Türen für neue Erfahrungen zu öffnen. In der Ansprache der Jugendlichen räumt GUT DRAUF der Partizipation mit konsequenter Beteiligung der Jugendlichen an der Entwicklung und Umsetzung von Programmelementen eine maß-

gebliche Stellung ein. Mit dem Aufgreifen aktueller Jugendkulturen setzt die Jugendaktion an ihren Bedürfnissen und Interessen an.

» **Qualitätsmanagement nach definierten und wissenschaftlich abgesicherten Qualitätsstandards!**

Durch die strukturierte Partnerbegleitung mit Weiterbildung von Fachkräften der Partnerinstitutionen, Beratung sowie Zertifizierung von Einrichtung oder Labelung von Maßnahmen und Angeboten ermöglicht GUT DRAUF einen Qualitätsentwicklungsprozess der – anders als bei den meisten Zertifizierungsprogrammen – kostenfrei ist. Verbunden mit der Rückkopplung und Beratung durch einen wissenschaftlichen Fachbeirat und einer kontinuierlichen Evaluation garantiert GUT DRAUF den Partnern und ihren Nutzern eine Qualität auf höchstem Niveau.

» **Sozialraumorientierung durch Vernetzung der Partner aus unterschiedlichen Handlungsfeldern!**

Jugendliche finden in Schule, Jugendarbeit, Jugendreise, Sport und Betrieben, die nach GUT DRAUF zertifiziert sind, gesundheitsgerechte Rahmenbedingungen vor und erhalten gesundheitsförderliche Impulse. Dabei definiert sich der Sozialraum nicht als statisches, räumliches Territorium, sondern als Lebens- und Aktionsraum der Jugendlichen (siehe JID 2/2010, Seiten 11-15).

Das Handlungsfeld Jugendreisen erhält in diesem Zusammenhang sein eigenes und auch bedeutendes Profil und Gewicht:

Die aus dem Alltag herausgehobenen Erlebnissituationen bei Jugendreisen lassen neue Erfahrungen in besonderer Weise zu. Auf diesen besonderen pädagogischen und bildungsrelevanten Aspekt wurde bereits mehrfach hingewiesen; er ist in Literatur und Wissenschaft unumstritten. Auch die Jugendaktion

GUT DRAUF hat über fast zwei Jahrzehnte hinweg erfolgreich diesen Weg beschritten.

GUT DRAUF bietet darüber hinaus ein Zusammenspiel, welches das Potenzial hat, die Effekte von gesundheitsförderlichen Jugendreisen zu erhöhen: Das GUT DRAUF-gelabelte Reiseangebot eines Partners lässt sich mit den förderlichen Rahmenbedingungen einer GUT DRAUF-zertifizierten Unterkunft verbinden. Reiseveranstalter finden in diesen Jugendherbergen, KiEZen und Jugendunterkünften Bedingungen und Offenheit für die Thematik vor, die ihnen kaum eine andere Einrichtung bieten kann.

Die „hohe Kunst“ und auch Herausforderung für die Zukunft wird es sein, Schulen, Jugendeinrichtungen und deren Träger, Sportvereine und vielleicht auch Ausbildungsbetriebe mit den Angeboten an Jugendreisen und -unterkünften zu vernetzen, um die besondere Situation der Jugendreise mit der nachhaltigen Arbeit in den Einrichtungen zu verknüpfen und so Erleb-

Nachhaltigkeit der Effekte als verbindendes Interesse

Die wesentliche Motivation für die Hinwendung der Jugendaktion GUT DRAUF zur Sozialraumorientierung lag in dem Ziel begründet, nachhaltige Effekte bei den Jugendlichen zu bewirken. Je häufiger und selbstverständlicher Jugendliche mit gesundheitsgerechten Rahmenbedingungen Kontakt haben – so der zugrunde liegende Gedanke – desto einfacher ist es für sie, sich gesundheitsgerecht zu verhalten. Und je häufiger sie entsprechende Impulse erhalten, desto größer ist die Chance, dass sich diese auf ihr Alltagsverhalten auswirken. Es ist daher nicht ausschließliches Interesse der Jugendaktion, z.B. alle Schulen in einer Stadt zu zertifizieren, sondern auch eine zertifizierte Schule zur Kooperation mit einem zertifizierten Jugendzentrum zu bewegen und den mit der Schule zusammenarbeitenden Sportverein zur Veränderung seiner Angebote im Sinne von GUT DRAUF zu überzeugen. Im Mittelpunkt stehen deshalb die Jugendlichen mit ihren Interaktionsorten; es gilt ihren Sozialraum gesundheitsförderlich zu gestalten. Dennoch bleibt es auch richtig, wenn GUT DRAUF die Krönung eines regionalen Prozesses darin sieht, Kommunen nach GUT DRAUF zu zertifizieren.

Nachhaltige Effekte sind aber auch das, was sich – zumindest inhaltlich und pädagogisch motivierte – Jugendreiseanbieter wünschen. Die von ihnen gesetzten Impulse sollen gerade nicht mit dem Ausstieg aus dem Bus oder Zug verpuffen. Sie wollen die Erlebniswelt der Jugendlichen bereichern und damit letztendlich auf ihre Fähigkeit zur Alltagsbewältigung positiven Einfluss nehmen. Eben weil ihr Einflussbereich in der Regel auf 2 bis 3 Wochen Freizeit im Jahr beschränkt ist, zeigen viele ein deutliches Interesse an der Wirksamkeit über die Reise hinaus. Diesem Ziel kommt GUT DRAUF entgegen mit Partnern, die sich in den Handlungsfeldern ansiedeln, in denen sich Jugendliche bewegen.

In der Wirtschaft spricht man von Kundenbindung, in der Gesundheitsförderung und Pädagogik sind es gemeinsame Interessen und Ziele, die Anlass für Kooperationen und Synergien sind. Diese Verbindungen herzustellen zwischen den eher stationären Handlungsfeldern Schule, Jugendeinrichtungen, Sport und Betriebe und dem „fahrenden“ Handlungsfeld Jugendreisen mit Anbietern und Unterkünften, ist noch nicht wirklich gelungen.

Schritte zu mehr Kooperation und Synergie

Um diese Lücke zu schließen, sind verschiedene Maßnahmen in Vorbereitung, andere im Planungs- oder auch Ideenstadium. Kooperationen und Synergien sind Ergebnisse wechselseitigen Austauschs. Die hier vorgestellten Initiativen sollen daher Gegenstand von Zustimmung und Widerspruch werden, Ausgangspunkte für weitere Anregungen und eine in den nächsten Monaten zu führende Debatte.

Ein zentrales Ziel wird es sein, mit den Partnern im Jugendreisebereich zu einem **gemeinsamen und verbesserten Marketing** zu kommen. Vorstellbar sind hier Kooperationsstände auf Messen und Veranstaltungen, mit denen die Stärken und das Profil der GUT DRAUF-Reiseanbieter und -Unterkünfte Vertretern anderer Handlungsfelder vorgestellt werden. In früheren Jahren wurden in diesem Werbesegment mit hohem finanziellen Aufwand relativ geringe Effekte erzeugt. Es gilt also neue, gemeinsame Wege zu gehen, die Kosten und Nutzen berücksichtigen und verteilen.

Bislang als Werbemedium zu wenig und unzureichend genutzt wurde die Internet-Präsenz der Jugendaktion www.gutdrauf.net. Im Rahmen einer strukturellen und gestalterischen Überarbeitung werden künftig Minisites eingerichtet, auf denen sich einerseits zertifizierte Partner präsentieren können und andererseits auf gelabelte Angebote hingewiesen wird. Damit wird der In-

» LINKTIPPS

www.bzga.de
www.gutdrauf.net
www.tut-mir-gut.net

nishighlights für die Jugendlichen zu entwickeln.

Definiert man den für Gesundheitsförderung relevanten Sozialraum von den Jugendlichen aus – wie GUT DRAUF es tut –, finden Klassenfahrten, Urlaubsreisen und Jugendaustauschfahrten nicht außerhalb des Sozialraums statt, sondern mittendrin im Sozialraum der Zielgruppe, die sich eben altersgemäß nicht an räumlichen Grenzen orientiert, sondern sich auf Inseln bewegt, die zeitweise auch fernab ihres Wohn- und Schulortes sein können.

ternetauftritt zu einer Kontaktbörse zwischen Anbietenden und Nachfragenden weiterentwickelt.

Wünsche und Meinungen Jugendlicher bei der Auswahl einer Ferienreise oder Klassenfahrt spielen eine immer größere Rolle. Es ist daher nicht nur wichtig, GUT DRAUF als Marke bei Multiplikatoren stärker zu verankern, sondern auch bei Jugendlichen bekannt zu machen. Mit einem Eintrag in Facebook beschreibt GUT DRAUF hier neue Wege, die sowohl Jugendlichen als auch Partnern die Möglichkeit geben, Aktionen, Angebote, Ideen und Meinungen zu posten und in den social communities zu platzieren.

Jugendliche, die an einer Maßnahme oder Reise mit GUT DRAUF teilgenommen haben, kommen mit spannenden, bewegenden, aufregenden und nachdenklich machenden Anregungen nach Hause und konfrontieren die Eltern mit neuen Ideen und Wünschen. Mütter

und Väter sollten die Möglichkeiten haben, nicht nur das Erlebte ihrer Töchter und Söhne nachzuvollziehen, sondern auch zu fördern. Zu diesem Zweck plant die BZgA eine GUT DRAUF-Broschüre für Eltern, die diese „mit auf die Reise nimmt“ und ihnen Hinweise und Tipps zur Unterstützung der gesundheitlichen Impulse ihrer Kinder gibt.

Ein wesentliches Qualitätsmerkmal von GUT DRAUF ist es, seit Beginn der Jugendaktion, an der kontinuierlichen und wissenschaftlich abgesicherten **Weiterentwicklung von Inhalten und Angeboten** zu arbeiten. Vor allem mit der Planung und Durchführung der GUT DRAUF-Jahrestagung im November 2011³ bietet die BZgA eine Plattform für ein „Update“ hinsichtlich der inhaltlichen Grundlagen, der jugendgerechten Ansprache, der Aktionsformen und Methoden. Der diesjährige Dialog zwischen Wissenschaft und Praxis soll vor allem Defizite, neue wissen-

schaftliche Erkenntnisse und innovative Praxisbausteine zum Gegenstand haben. Ein Wettbewerb unter den GUT DRAUF-Partnern im Vorfeld der Tagung soll dafür Best-Practice-Modelle identifizieren, die prämiert und weiterempfohlen werden können.

Die Jugendaktion GUT DRAUF setzt in ihrer Ansprache Jugendlicher – gerade auch bei Jugendreisen – im Wesentlichen auf Erlebnisse und Erfahrungen im Rahmen von Aktionen. Ergänzt und unterstützt werden diese durch 7 GUT DRAUF-Tipps zu unterschiedlichen Themen der jugendrelevanten Gesundheitsförderung und Prävention. Eine Leerstelle bildet in diesem Publikationsbereich das Thema Stressregulation.

Wünsche und Meinung Jugendlicher bei der Auswahl einer Ferienreise oder Klassenfahrt spielen eine immer größere Rolle

Hier soll Abhilfe geschaffen werden mit einem achten Tipp zum Umgang mit „stressigen“ Herausforderungen in der Schule, im Elternhaus und in der Freizeit.

GUT DRAUF hat sich in den letzten Jahren immer wieder darum bemüht, die Qualitätsmarke für Jugendliche „sauber zu halten“. Wenn Angebote für 8-Jährige unter dem Titel GUT DRAUF angeboten werden, fährt kein 17-Jähriger mehr bei einer GUT DRAUF-Reise mit. Dennoch bieten viele Partner auch Reiseangebote für Kinder unterhalb der GUT DRAUF-Schwelle von 12 Jahren an. Sie werden ab diesem Jahr die Möglichkeit haben, Angebote und Maßnahmen als Tutmirgut-Angebote labeln zu lassen und so eine neue Zielgruppe mit qualitätsgesicherten und zielgruppengerechten Maßnahmen anzusprechen.

Die eingangs erwähnte Freizeitevaluation belegte, dass vor allem Jugendliche aus Hauptschulen

selten Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Jugendreiseangeboten sind. Damit bleibt diesen Mädchen und Jungen ein wichtiger Erlebnis- und Lernort vorenthalten. In Anknüpfung an den 13. Kinder- und Jugendbericht, der sowohl das Thema der Inklusion wie auch das der Gesundheitsförderung in den Mittelpunkt rückte, stellt sich gerade für GUT DRAUF-Angebote die Aufgabe, sozial benachteiligten Jugendlichen Beteiligung zu ermöglichen. Diese bedarf einer gemeinsamen Anstrengung der BZgA, der Partner, der politischen Akteure wie auch der Verantwortlichen in den Krankenkassen.

Der **7. PolitTalk Kinder- und Jugendreisen** hat damit nicht nur den anwesenden Politikerinnen und Politikern Anregungen und Hausaufgaben mit auf den Weg gegeben. Auch die Akteure im Segment gesundheitsgerechtes und gesundheitsförderliches Jugendreisen sind mit einer Aufgabenliste in ihre Büros zurückgekehrt, deren gemeinsame Bearbeitung erst begonnen hat. ◀◀

¹ Vgl. Ilg, Wolfgang (2007): Von der Gruppe ins Leben – Wirkungen der Jugendarbeit für Persönlichkeitsbildung und Lebensgestaltung. In: Ilg, Wolfgang/Martin Weingardt (Hrsg.): Übergänge in der Bildungsarbeit mit Jugendlichen. Empirische Studien zu den Nahtstellen von Jugendarbeit, Schule und Freizeit. Juventa Verlag.

² Vgl. Ilg, Wolfgang, bisher unveröffentlichtes Manuskript zum Vortrag *GUT DRAUF – Wirkungen bei Freizeiten. Zur Nachhaltigkeit von Lebensstiländerungen bei Bewegung, Entspannung und Ernährung* anlässlich der GUT DRAUF-Jahrestagung 2009 vom 18.–20.3.2009.

³ Neues Datum! Neuer Ort! 21.–23.11.2011 in Bad Blankenburg, Thüringen

Reinhard Mann
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Leiter Referat 1-14: Prävention ernährungsbedingter Krankheiten; Gesundheitsförderung

Benita Schulz, projecta köln
Zuständig für die Bereiche Kommunikation und Events im Rahmen der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA

7. PolitTalk Kinder- und Jugendreisen

Fokus „Gesundheit“

Am 24.02.2011 fand der mittlerweile **7. PolitTalk Kinder- und Jugendreisen** statt – in diesem Jahr unter dem Fokus „Gesundheit“.

Es ist schon zu einer guten Tradition geworden, dass Mitglieder des Deutschen Bundestages aus den Ausschüssen *Tourismus, Gesundheit* sowie *Familie, Senioren, Frauen und Jugend* (BMFSFJ) mit Fachleuten der Bereiche Kinder- und Jugendreisen, internationale Begegnungen und Jugendarbeit in den Dialog treten und Arbeitsfelder weiterentwickeln.

Eines dieser Arbeitsfelder war und ist die Zertifizierung der QMJ-Unterkünfte (QMJ steht für Qualitätsmanagement Kinder- und Jugendreisen). Der Vorsitzende des Ausschusses für Tourismus und langjähriger Gesprächspartner des PolitTalks, Klaus Brähmig (MdB, CDU/CSU), übergab zusammen mit Markus Tressel (MdB, Bündnis 90/DIE GRÜNEN) zwei Zertifikate für Unterkünfte an die Jugendburg Hessenstein und das Haus Altenberg. Das QMJ-Zertifikat für Veranstalter erhielt an diesem Tag die Brandenburgische Sportjugend.

Da der **7. PolitTalk Kinder- und Jugendreisen** unter dem Fokus Gesundheit stand, wurden erstmalig auch zwei Zertifikate an GUT DRAUF-Jugendeinrichtungen überreicht. Das Jugendzentrum Sputnik und die Jugendscheune Wendhusen, beides Jugendeinrichtungen des Sozialzentrums Bode e.V. in

Thale/Sachsen-Anhalt, freuten sich über die Glückwünsche der Ausschussvorsitzenden für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Sybille Laurischk (MdB, FDP), und der Vertreterin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Cornelia Goldapp.

Anschließend stellten die Vorsitzenden der beiden Ausschüsse sowie die geladenen PodiumsteilnehmerInnen ihre Sichtweisen zum Thema dar. MdB Klaus Brähmig hob die Wichtigkeit der Analyse und Fortschreibung des Aktionsplanes Kinder- und Jugendreisen hervor sowie die Relevanz des Themas. Er nutzte die Gelegenheit, um auf die Lutherdekade 2017 aufmerksam zu machen und auf die damit verbundene Chance für jugendtouristische Angebote auf internationalen Märkten hinzuweisen. MdB Sybille Laurischk betonte vor allem das Vorhaben, im neuen Bundeskinderschutzgesetz (BKSchG) eine Pflicht für Betreuer einzuführen, ein erweitertes polizeiliches Führungszeugnis vorzulegen. Mit Blick auf die anschließende Diskussion verwies sie darauf, dass Hinweise der anwesenden Fachleute gern entgegen genommen werden.

Uwe Finke-Timpe (BMFSFJ) unterstrich in seinen Ausführungen die Wichtigkeit des Themas Gesundheitsförderung als Querschnittsaufgabe in den Arbeitsfeldern internationaler Jugendaustausch und Kinder- und Jugendreisen.

Cornelia Goldapp (BZgA) hob hervor, dass GUT DRAUF-Jugendreisen als Highlights im gesundheitsförderlichen Alltag angesehen werden können und damit gute Vernetzungsmöglichkeiten mit anderen Handlungsfeldern der Jugendaktion GUT DRAUF gegeben sind.

Holger Kolb (Vorstand Bundesforum) rief dazu auf, die Chance zu nutzen, um pädagogische Kinder- und Jugendreisen mit dem Fokus Gesundheit handlungsleitend in vielfältigen jugendtouristischen Angebotsformen umzusetzen.

Neben den bereits genannten Ansätzen wurden nachfolgende Aspekte benannt, die in der weiteren Arbeit Berücksichtigung finden sollen:

- » Notwendigkeit von langjährigen Aktionen zur Gesundheitsförderung und Prävention, wie GUT DRAUF
- » Konzentration von Projektgeldern, um Nachhaltigkeit zu gewährleisten
- » Entwicklung von Fortbildungsformaten für Mitarbeitende im Jugendreisebereich zum Themenbereich Gesundheit
- » Beachtung des Themas bei der Konzeption von Klassenfahrten und Bildungscamps
- » Thematisierung von Kinder- und Jugendreisen und internationale Begegnung in allen relevanten politischen Ressorts (Jugend, Bildung, Gesundheit, Tourismus, Wirtschaft) und Ebenen (Bund, Land, Kommunen)

Hinsichtlich dieser Ergebnisse kann der *Tourismus-Express 2020* nun durch die Fortschreibung des Aktionsplanes und unter Beteiligung des Arbeitsfeldes Kinder- und Jugendreisen Fahrt aufnehmen!

Der **7. PolitTalk Kinder- und Jugendreisen** mit dem Fokus Gesundheit konnte Dank der Förderung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) sowie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) stattfinden.◀

Christiane Brandenburg
BAG KIEZ Deutschland e. V.



GUT DRAUF – Helden on Tour

Im Canadier durch Brandenburg

Wohin geht die Reise? Wo werden wir schlafen? Was werden wir essen? Was werden wir erleben? Mit wem werde ich mein Zelt teilen? Diese und andere Fragen beschäftigten elf Jugendliche im Alter von 12 bis 14 Jahren, als sie sich im Juli 2010 in Lübben (Spreewald) trafen, um sich mit ihren Canadiern für sieben Tage in Richtung Unterspree und zum Köriser See aufzumachen. Für dieses Abenteuer hatten die Jugendlichen als Mentoren und Unterstützung drei erlebnispädagogisch ausgebildete und gut vorbereitete Betreuer der gemeinnützigen GmbH **Kurzzeithelden** an ihrer Seite.

Kochtalente entdeckt

Am Treffpunkt in Lübben wurde die Planung für diese GUT DRAUF-zertifizierte Tour besprochen. Hierzu gehörte auch, was auf dem Essensplan stehen sollte. Ein Gepäck- und Küchenwagen begleitete die Tour, so dass die Zelte und das Gepäck nicht mit den Booten transportiert werden mussten. Das Einkaufen, Vorräte anlegen und die Planung der Zubereitung, aber auch der weitere Küchen Spaß (z. B. Tisch decken, abräumen und spülen) und vieles andere mehr war gemeinsam zu planen. Bei den Essensvorbereitungen offenbarten sich unvermutete Kochtalente und die gemeinsamen Mahlzeiten wurden an den einzelnen Reisetagen zu geselligen Ritualen.

Genießen, staunen und „sich durchbeißen“

Zwischen 15 und 30 Kilometer legten die 11 Jungen und Mädchen täglich mit ihren Begleitern auf der Fahrt durch die Spreegewässer zurück. Geschichten und Witze während der Fahrt, Wasserschlachten, Badestopps mit Ball- und Wasserspielen sowie abendliche Abenteuer Geschichten und Spiele wie „Werwolf“ waren nur einige Highlights der Heldentour.

An den Schleusen mussten die Boote umgesetzt und auf den jeweiligen Wasserpegeln wieder eingesetzt werden. Manche Schleuse wurde auch komfortabel mit einer mechanischen Schleusentechnik bewegt, die die Jugendlichen zum Staunen über die Wasserkräfte brachte. Anlässe zum Staunen und Genießen bot auch die Wasser- und Uferlandschaft unterwegs. Abhängig vom wechselnden Wetter gab es entspannte Momente, aber auch Reisetappen, bei denen die Widerstandskraft und das „Sich-Durchbeißen“ gefordert waren.

Krisen bewältigen gehört zum Lernprozess

Auch im Gruppenprozess hatten Jugendliche und Begleiter kleinere und größere Krisen zu meistern. So manche Einigung über anfallende Arbeiten (z. B. Zeltaufbau, Einkäufe, Küchenarbeiten) musste gemeinsam erarbeitet werden. Regeln über das Zusammen-unterwegs-Sein wurden vereinbart – und manchmal auch nicht eingehalten. So aber entstehen Lernprozesse im Umgang miteinander, wie eigene Interessen zu äußern und zu verteidigen, aber auch Kompromisse zu schließen, die Perspektive der anderen wahrzunehmen und zu berücksichtigen. Als nach sechs Tagen und fast 130 Kilometern der Strand der Jugendherberge in Klein Köris erreicht wurde, hatten alle Tourmitglieder etwas geleistet, worauf sie stolz sein konnten. Am letzten Tag konnte der neue gewonnene Mut im Hochseilgarten der **Kurzzeithelden** an der Jugendherberge am Köriser See bei Herausforderungen in luftigen Höhen erprobt werden. Das Gewitter in der letzten



Nacht ließ die Jugendlichen noch enger zusammenrücken, und beim Abschied am nächsten Tag trafen sie bereits Verabredungen für die Tour im nächsten Jahr. <<

Harald Michels

Fachhochschule Düsseldorf
Zuständig für: GUT DRAUF-Trainerpool

Kontakt:

Kurzzeithelden GmbH
Susanne Töpfer
Lychener Straße 75
10437 Berlin
Tel. & Fax: 030 / 44 67 58 90
» www.kurzzeithelden.net

>> KURZZEITHELDEN

Kurzzeithelden ist eine **gemeinnützige GmbH**, die erlebnispädagogische Programme und Ferienfreizeiten anbietet.

Die Angebote sind mit **Qualitätsgütesiegeln** (u. a. QMJ), und einige ausgewählte Programme mit dem GUT DRAUF-Zertifikat ausgezeichnet. Die **Nachhaltigkeit** der erlebnispädagogischen Programme wird durch eine intensive Vor- und Nachbereitung sowie ausgewiesene qualifizierte Mitarbeiter gewährleistet. Die **Gesundheitsförderung** ist eine bedeutsame Leitorientierung für die pädagogische Programmgestaltung der Kurzzeithelden.

GUT DRAUF für Familien

Ein Modellprojekt im Handlungsfeld Reisen

»Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind stark zu machen« lautet ein afrikanisches Sprichwort. In Sachsen-Anhalt haben sich vier starke Partner gefunden, um Kinder und ihre Familien in diesem Bundesland zu stärken.

GUT DRAUF-Familienbildungs- und Erholungsprogramm lautet der etwas sperrige Titel eines Angebotes des KIEZ Güntersberge. Als Kooperationspartner dahinter stehen das Ministerium für Gesundheit und Soziales des Landes Sachsen-Anhalt, die AOK Sachsen-Anhalt und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

GUT DRAUF für Familien – das heißt Aktion und Abenteuer für die ganze Familie. Interessante Programmpunkte aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Stressregulation für Erwachsene und Kinder vermitteln sinnliche Erlebnisse ebenso wie Kenntnisse und Fertigkeiten. Mal getrennt, mal gemeinsam genießen Eltern und Kinder ein Wochenende oder auch eine Woche, in der Erholung und Geselligkeit, Spaß und Familienaktivitäten ganz im Vordergrund stehen.



» AUS DEM PROGRAMM

- » Seminar zur gesunden **Ernährung, Bewegung und Entspannung** mit qualifizierten Fachreferenten
- » **kindgerechtes** Programm zum Thema Ernährung, Bewegung und Entspannung
- » **gemeinsames** Lagerfeuer mit Punsch und Stockbrot
- » **aktive** Freizeitgestaltung und Bewegungsspaß für die ganze Familie
- » **lustiger** Spieleabend
- » **Natur pur** – eine gemeinsame Trekkingtour mit Minigolf, Erlebnisparcours und Picknick

Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die mit Kindern dauernd oder zeitweise zusammenleben – an Familien und Alleinerziehende, an Großeltern und Patchwork-Familien, an Pflege- und Adoptionsfamilien. Weil Erholung und Gesundheitsförderung für alle wichtig ist, wurden die Angebote bewusst so konzipiert, dass auch Menschen mit wenig Geld daran teilhaben können. So kostet ein Wochenende mit Übernachtung, Verpflegung und Programm nur 15 Euro pro Person und eine Woche 42,50 Euro pro Person.

Seit drei Jahren wird dieses Modellprogramm in Sachsen-Anhalt angeboten und als innovatives Seg-

ment innerhalb der Jugendaktion GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung erpobt. Es braucht engagierte Partner, um Familien stark zu machen, und kreative Ideen, um neue Wege zu beschreiten. «

Kontakt:

GUT DRAUF-Schulungszentrum
Kinder- und Erholungszentrum
Güntersberge
Stolberger Weg 36
06507 Güntersberge
Tel.: 039488/762-304
Fax: 039488/762-466
» info@gutdrauf-lsa.de
» www.gutdrauf-lsa.de

BodyTalk

Aktion für mehr Selbstwertgefühl

»Stereotype Schönheitsideale sind nicht die einzige Form von Schönheit!« Diese Botschaft verbirgt sich hinter der *Dove-Aktion für mehr Selbstwertgefühl*. Gemeinsam mit „Dove“ entwickelte das Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen (FZE) das Präventionsprogramm BodyTalk und bietet seit 2005 kostenlose Workshops für Schulen an. BodyTalk unterstützt junge Menschen bei der Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls, indem sie lernen mit ihren Gefühlen für ihren Körper, ihre Figur und ihr Gewicht umzugehen. Zugleich soll damit der Entstehung von Essstörungen vorgebeugt werden.

GUT DRAUF und BodyTalk

Von Mitte 2008 bis Ende 2010 regelte ein Kooperationsvertrag zwischen der Unilever Deutschland GmbH, Marke *Dove* und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) die Entwicklung und Durchführung von BodyTalk-Workshops und Aktionen unter dem Dach der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA. Zunächst wurden 22 GUT DRAUF-TrainerInnen für BodyTalk geschult, die dann in neun Fachtagen ihr BodyTalk-Wissen an Fachkräfte aus den Handlungsfeldern Schule, Ju-

gendarbeit, Jugendreise, Sport und (Ausbildungs-)Betriebe weitergaben. 177 MultiplikatorInnen und 12 Aktions-TeamerInnen sind heute in der Jugendaktion GUT DRAUF für BodyTalk-Angebote qualifiziert. Für die Arbeit mit den Jugendlichen entwickelte die BZgA zusätzlich einen Medienkoffer mit BodyTalk-Materialien.

Etwa 30 BodyTalk-Praxisbausteine entstanden in den letzten beiden Jahren und wurden in der Praxis erprobt. Vielversprechende Titel wie zum Beispiel *Bergfestparty*, *Körper Kult Quiz*, *Mindfuck Media* und *Nur die Liebe zählt* versprechen nicht nur abwechslungsreiche Angebote für die Jugendlichen, sie sind auch Sinnbild dafür, dass die Jugendaktion mit diesen Projektbausteinen nah an der Lebenswelt der Zielgruppe bleibt.

In den Jahren 2009 und 2010 setzte die Jugendaktion GUT DRAUF die Praxisbausteine von BodyTalk auf Reisen, in der Jugendarbeit, in Schulen und bei Events ein. Mit der Sommerfreizeit *BodyTalk – Abenteuer Schönheit* erreichte die Jugendherberge Lindlar sogar Platz 1 beim Innovationspreis des Deutschen Jugendherbergsverbandes *Zukunft braucht Innovation*. In den GUT

DRAUF-Einrichtungen, die BodyTalk umsetzen, wurden im Jahr 2010 nahezu 30.000 Jugendliche angesprochen. Mit 2.234 Mädchen und Jungen wurde bei Events, Jugendreisen und bei ähnlichen Angeboten intensiv dazu gearbeitet.

»Ich weiß jetzt, dass die Schönen und Berühmten nicht so perfekt sind, wie es scheint« Teilnehmerin

BodyTalk auf GUT DRAUF-Jugendreisen – ein ideales Team

BodyTalk hielt vor allem Einzug in GUT DRAUF-Freizeiten. Mehr als die Hälfte der durch die Evaluation 2009/2010 erfassten Umsetzungen erfolgten im Handlungsfeld Jugendreisen. Das zeitlich und räumlich abgegrenzte Setting bietet eine gute Basis für die inhaltliche Umsetzung und öffnet Chancen zur Reflexion von Selbstbildern und Kompetenzen. Das Evaluationsinstitut weist in seinem Bericht darauf hin, dass »eine nachhaltige Fortführung der Thematik erhöht werden kann, wenn diese GUT DRAUF-Reisepartner zugleich mit GUT DRAUF-Schulen oder GUT DRAUF-Jugendzentren in den Lebensweltbezügen der Jugendlichen kooperieren«.

Damit gewinnt BodyTalk einen eigenen Stellenwert auch in der sozialräumlichen Orientierung der Jugendaktion. Die Evaluationsergebnisse geben Hinweise darauf, dass die Praxisbausteine von BodyTalk gut ankommen. Eine Einbettung in nachhaltig wirksame Handlungsfelder könnte die Effekte jedoch erhöhen.





Evaluationsergebnisse

31 BodyTalk-Angebote aus den Jahren 2009 und 2010 evaluierte das Europäische Institut für Sozialforschung, (Prof. Dr. Stefan Bestmann, Berlin); darunter mehrere Großevents. Insgesamt 1.276 Jugendliche und 21 MultiplikatorInnen nahmen an den Befragungen teil.

BodyTalk-Angebote erreichten – so die Evaluationsergebnisse – überwiegend die Altersgruppe der 13- bis 17-Jährigen, Jugendliche über 18 Jahren konnten eher bei Großevents angesprochen werden. Mädchen sind mit 56,1 % etwas stärker vertreten als Jungen, HauptschülerInnen bilden mit 34,4 % die größte Zielgruppe, gefolgt von den RealschülerInnen. Je nach Alterskohorte bewerteten 71 bis 76 % der Befragten das Angebot als interessant; ähnliche Werte ergeben sich bei der Frage nach der Zufriedenheit mit den Inhalten. Dabei bewerten Jungen die Angebote mit ca. 60 % Zustimmung etwas schlechter als die Mädchen.

Etwas mehr als die Hälfte der befragten Jugendlichen teilten mit, dass sie etwas Neues gelernt hätten. Davon profitieren die unter 13-Jährigen mit 66,4 % am meisten. Bei der jüngeren Zielgruppe – insbesondere bei den Mädchen – ist der persönli-

che Gewinn durch die BodyTalk-Angebote am höchsten. Das zeigt sich sowohl bei Fragen zu direkten Wirkungen (Wohlbefinden, Steigerung des Selbstbewusstseins) als auch zu längerfristigen Effekten (Gelerntes ausprobieren, Kompetenz zur kritischen Bewertung medialer Vorbilder). Die größte Stärke von BodyTalk – das ergeben nicht nur die Befragungen der Jugendlichen, sondern auch die der MultiplikatorInnen – liegt darin, dass das Angebot Jugendliche dazu befähigt, mediale Ideale kritischer bewerten zu können und ihre eigenen Einstellungen und Verhaltensweisen zu reflektieren.

»Insgesamt wird deutlich, dass die BodyTalk-Umsetzungen die Jugendlichen mit der Thematik durchaus erreichen und interessieren. Somit kann die inhaltliche Zielstellung als grundsätzlich erfolgreich bewertet werden. Somit scheint die ursprünglich konzipierte Vorgehensweise, diese Thematik in bestehende und erfahrene GUT DRAUF-Projekte einzubauen, durchaus sehr sinnvoll.«

Perspektiven

Die Jugendaktion GUT DRAUF führt BodyTalk – nach Abschluss der Modellphase mit dem Frankfurter

Zentrum für Ess-Störungen und der „Dove-Aktion für mehr Selbstwertgefühl“ – als Praxisbaustein von GUT DRAUF weiter. Ein Redaktionsteam bereitet in diesem Jahr die erfolgreichen Praxiselemente so auf, dass BodyTalk-Aktionen in den Partereinrichtungen selbstständig angeboten werden können. GUT DRAUF-Fachtage zum Thema unterstützten die Fachkräfte bei der fachlichen Vorbereitung. Partnerinnen und Partner der Jugendaktion GUT DRAUF können also auch in Zukunft BodyTalk-Angebote qualifiziert anbieten. «

¹ Bestmann, Stefan (2011): Die Kooperation der BZgA Jugendaktion GUT DRAUF mit dem Präventionsprogramm BodyTalk im Rahmen der „Dove-Aktion für mehr Selbstwertgefühl“ in Zusammenarbeit mit dem Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen. Evaluationsbericht zur Perspektive der teilnehmenden Jugendlichen sowie der umsetzenden MultiplikatorInnen im Projektzeitraum 2009/2010, S. 65.

² Siehe Bestmann, Stefan (2011), ebd.

³ Bestmann, Stefan (2011), ebd., S. 66.

Lydia Lamers, BZgA
Referentin im Referat 1-14:
Prävention ernährungsbedingter
Krankheiten; Gesundheitsförderung

Benita Schulz, projecta köln
zuständig für die Bereiche Kommunikation und Events im Rahmen der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA

Masken, Menschen, Manipulation

BodyTalk-Workshop bei einer Jugendreise der Sportjugend Berlin in Spanien

»**W**as ist schön?« – Jugendliche schneiden Personen, Körperteile und Accessoires aus Mode- und Trendzeitschriften aus und heften sie auf einen vorgezeichneten Körperumriss. Was wie eine besinnliche Bastelstunde unter spanischer Sommersonne aussieht, ist Teil des Workshops BodyTalk bei der GUT DRAUF-Reise der Sportjugend Berlin und Ausgangspunkt für eine Diskussion über Medien und Schönheit.

Seit Jahren bietet die Sportjugend im Landessportbund Berlin e.V. GUT DRAUF-Reisen im In- und Ausland an. Die Jugendaktion zur Gesundheitsförderung hat sich im Programm der Sportjugend gut bewährt und erzeugt bei den Teilnehmenden positive Resonanz. 2010 erweiterten die Veranstalter die GUT DRAUF-Jugendreise nach Spanien um ein neues Modul: einen umfangreichen BodyTalk-Workshop. Medienmanipulation und Selbstwertgefühl stehen im Mittelpunkt der als Rallye angelegten Stationen.

Die erste Station *Was ist schön?* eröffnet die Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen und -bildern. Die anschließende *Wellness-Oase*



steht ganz im Zeichen der Entspannung und zeigt den Jugendlichen Techniken der Handsensibilisierung. *Alles echt?* heißt es an der dritten Station. Die Teilnehmenden sehen einen kurzen Film über Möglichkeiten der technischen Manipulation von Fotografien in der Modewelt. Die anschließende Diskussion verdeutlicht, dass den Jugendlichen

Bildschirmbearbeitung zwar geläufig ist, dennoch häufig das gezeigte Bild für das Original gehalten wird. An der vierten Station *Äußere Schönheit – mir doch egal!* verkleiden sich die Jugendlichen mit Masken und Tüchern und stellen sich einem Fotoshooting. Die Masken hatten die Jugendlichen vorher in einem Kreativ-Workshop aus Gips gestaltet und mit Farbe nach ihren Vorstellungen bemalt. Die fotografischen Eindrücke geben genügend Gesprächsstoff für die anschließende Diskussion über das Tragen von Masken im Alltag.

Die Evaluation des Workshops zeigt, dass der Baustein gut ankommt. Es macht Spaß und trifft auch das inhaltliche Interesse der Teilnehmenden. Damit hat sich das Setting Jugendreise als äußerst geeignet erwiesen, um Programmpunkte zur Prävention von Essstörungen zu setzen. <<

Dennis Fischer,
Sascha Weimershaus
Sportjugend Berlin



DJH Innovationspreis für BodyTalk

GUT DRAUF-Jugendherberge Lindlar ausgezeichnet



Was ist schön? Groß oder klein, rund oder dünn, blond oder rot? Egal! Wohlfühlen im eigenen Körper ist das A und O, denn Selbstbewusstsein und Ausstrahlung tragen die Persönlichkeit! Und genau darum ging es im Sommer 2010 bei der Freizeit **BodyTalk – Abenteuer Schönheit** in der GUT DRAUF-Jugendherberge Lindlar im Bergischen Land.

Insgesamt 45 Mädchen zwischen 11 und 14 Jahren begaben sich hier in den Sommerferien auf eine Entdeckungsreise der besonderen Art: Herausfinden, was jede an sich mag und was ihr vielleicht nicht so gefällt, Neues ausprobieren, allein oder mit anderen, drinnen oder draußen. Dazu gab es Anregungen im Sinnesparcours mit Nasenkino, Herausforderungen für Geschicklichkeit und Balance auf der Slackline und im Hochseilgarten, Entspannung im Massagesalon und Leckerer beim Pizza backen und Wunschesen. Den Themen Schönheitsideale und -idole, Werbung und Medien näherten sich die Jugendlichen unter anderem mit einem Fotoshooting, dem Gang über den Laufsteg und in der Schminkwerkstatt.

Wohlfühlen im eigenen Körper stand als Ziel ganz im Mittelpunkt dieser Freizeit. Denn selbstbewusste Jugendliche, die ihre Körpersignale bewusst wahrnehmen können, die spüren was ihnen guttut und was ihnen schadet, die ihre Stärken und Fähigkeiten kennen, aber auch ihre Schwachstellen einschätzen können, sind gerüstet für die Herausforderungen des Alltags.

Das überzeugte auch die Jury beim internen Wettbewerb zum Innovationspreis der Jugendherbergen 2010 *Zukunft braucht Innovation*. 50 Projekte waren eingereicht worden, neun Vorschläge als wegweisend in den Bereichen Bildung und Lesen, Umwelt und Nachhaltigkeit, Gesundheit und Bewegung sowie Dialogmarketing ausgezeichnet. Die GUT DRAUF-Jugendherberge Lindlar erhielt für die Angebote **BodyTalk – Abenteuer Schönheit** und *Digitale Lesewege* gleich zwei Auszeichnungen.

Mit diesem Rückenwind bietet die GUT DRAUF-Jugendherberge Lindlar im Jahr 2011 erneut die Ferienwoche **BodyTalk – Abenteuer Schönheit** an. Und wieder locken eine Traumkörperwerkstatt, ein Hairstyling-, Tattoo- und Fotoatelier, ein Wellness- und Massageworkshop, Balance und Koordination auf dem Laufsteg sowie auf der Slackline und im Hochseilgarten zu Körpererfahrungen der besonderen Art.

Anja Grossert
Jugendherberge Lindlar

»» LINDLAR

Die Jugendherberge Lindlar arbeitet seit 1998 nach dem Konzept GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Kontakt
Jugendherberge Lindlar
Jugendherberge 30
51789 Lindlar
Tel.: 0 22 66 / 52 64

BodyTalk-Freizeiten 2011
30.07. bis 07.08.2011
27.08. bis 04.09.2011

»» GUT DRAUF-INFOMAGAZIN

Verantwortlich für das GUT DRAUF-Infomagazin:

Reinhard Mann, BZgA
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Leiter Referat 1-14; Prävention von ernährungsbedingten Krankheiten; Gesundheitsförderung

Benita Schulz, projecta köln
zuständig für die Bereiche Kommunikation und Events im Rahmen der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA

BZgA Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung