

GUT DRAUF im Rheinland

Ein Füllhorn kreativer Partner und Ideen

Eng verbunden mit der Geburtsstunde der Jugendaktion GUT DRAUF der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist die Entstehung des GUT DRAUF-Landesnetzwerkes Rheinland. Seit ihrer Gründung im Jahr 1967 ist die BZgA in Köln beheimatet. Hier hat auch die langjährige Gesamtkoordination der bundesweiten Jugendaktion, transfer e.V., ihren Sitz – wie auch die aktuelle, projecta köln. Es erscheint fast als zwingende Konsequenz, dass in Köln und im Rheinland von Anfang an viele Personen die Jugendaktion unterstützt haben und im Laufe der Jahre zahlreiche Einrichtungen Partner geworden sind.

Im Mai 2010 übernahm die gemeinnützige Gesellschaft SYNERGIE Soziale Bildung mbH in Bonn die Steuerung des Netzwerkes und die Beratung der rheinischen Partner. Seither hält **Ludwig Leijten** als Landeskoordinator von der Bundes-



Ludwig
Leijten

stadt aus den Kontakt zu den Partnerinnen und Partnern links und rechts des südlichen Niederrheins. Ludwig Leijten ist bereits seit 2004 bei GUT DRAUF aktiv – anfangs als

Teamer, später auch als Trainer bei GUT DRAUF-Basisschulungen und -Audits.

160 Partner in 50 Kommunen

Das Landesnetzwerk Rheinland erstreckt sich in etwa über das halbe Bundesland NRW: von Euskirchen, Aachen, Mönchengladbach und Viersen im Westen über Bonn, Köln und Düsseldorf bis Lindlar, Wuppertal und das westliche Ruhrgebiet im Osten. Formal umfasst es die Regierungsbezirke Köln und Düsseldorf und entspricht dem Gebiet des Landschaftsverbandes Rheinland.

In dem Netzwerk sind 160 GUT DRAUF-Partner aus fast 50 Kommunen zusammengefasst. Ungefähr 80 Einrichtungen sind im Laufe der Zeit nach GUT DRAUF zertifiziert worden, mehr als 15 weitere Partner bieten GUT DRAUF-Labelprogramme an. Damit ist das Netzwerk nicht nur eines der ältesten, sondern auch eines der partnerreichsten Netzwerke Deutschlands.

Diese breite Streuung hat den Effekt, dass GUT DRAUF in vielen Kommunen und für viele Jugendliche ein Begriff ist. Die Partner erreichen mit ihren vielfältigen Angeboten zahlreiche Jugendliche und bringen ihre Erfahrungen und Ideen in den jeweiligen lokalen Netzwerken ein.

Sozialräumliche Vernetzung – die lokalen Netzwerke

Die Strategie der sozialräumlichen Vernetzung der GUT DRAUF-Partner, welche die BZgA mit ihren Auftragnehmern seit einiger Zeit

» INHALT

- » GUT DRAUF-Netzwerk Rheinland 1-3
- » Jugendherberge Lindlar – Erleben was gut tut. 3
- » Gesundheitsorientierte Jugendarbeit in Köln. . . 4-5
- » JZ TREFFER – Kreativität und Wohlbefinden 6-7
- » GUT DRAUF-Jahrestagung 2011 7-8

verfolgt, strebt handlungsfeldübergreifende lokale Netzwerke an. Die Zusammenarbeit mit anderen GUT DRAUF-Partnern zahlt sich aufgrund entstehender Synergieeffekte aus, und die unterschiedlichen Partner können voneinander lernen. Die vernetzten Partner lassen gesundheitsförderliche Lebenswelten entstehen, in denen sich die ihnen anvertrauten Jugendlichen bewegen und Impulse aufnehmen können. Auch die Finanzierung neuer Aktivitäten ist mit mehreren Partnern manchmal einfacher. Die Landeskoordinationen sind daher bemüht, in Kommunen von Anfang an mehrere Partner aus unterschiedlichen Handlungsfeldern für die Aktion zu gewinnen. Die erfolgreiche, aber noch unstrukturierte Partnergewinnung in den Anfangsjahren des rheinischen Netzwerkes hatte zur Folge, dass es hier zwar viele Partner gibt, aber viele noch nicht

in einem lokalen oder regionalen GUT DRAUF-Netzwerk eingebunden sind. Für die Betreuung durch die Landeskoordination, aber vor allem auch für die Zusammenarbeit auf lokaler Ebene, ist das eine besondere Herausforderung. Aktueller Schwerpunkt der Arbeit der Landeskoordination im Rheinland ist daher, GUT DRAUF-Einrichtungen zu motivieren und sie dabei zu unterstützen, lokale Partner zu finden.

In einigen Kommunen gab es aber durchaus von Anfang an lokale und handlungsfeldübergreifende Netzwerke, wie z.B. in der Stadt Köln. Bereits vor einigen Jahren wurde das GoJa-Netzwerk – ein sehr aktiver Zusammenschluss von rund 20 Jugendzentren und Jugendwerkstätten – mit dem Ziel der Etablierung gesundheitsfördernder Jugendarbeit gegründet. Darüber hinaus integrieren in Köln mehrere Schulen und die Straßenfußball-Liga „kölnkick“ die GUT DRAUF-Standards in ihre Arbeit. An den Schnittstellen von Jugendhilfe, Sport und Schule entstanden Kooperationen und Projekte, mit denen die Angebote für Kinder und Jugendliche bereichert

werden. So bekommen Jugendliche quer durch Köln von unterschiedlichsten Seiten GUT DRAUF-Angebote und erfahren den Genuss von leckerem Essen und tollen Bewegungsangeboten in entspannter Atmosphäre.

Ein zweites lokales Netzwerk bildete sich im Kreis Viersen mit dem Kreissportbund als Motivator und Koordinator. Das Netzwerk zeigt, dass Sportvereine und GUT DRAUF durchaus zusammenpassen können, auch wenn die Zertifizierung von Sportvereinen nicht immer einfach ist. Aus dem Netzwerk heraus werden Kontakte zu anderen Handlungsfeldern geknüpft – zur Jugendarbeit sowie bei gemeinsamen Sporttagen mit Schulen. Dabei bringen die GUT DRAUF-Partner ihr Wissen um die GUT DRAUF-Säulen und ihre Erfahrungen mit Angeboten zu Ernährung, Bewegung und Stressregulation ein. Die Zertifizierung des „Rollenden Jugendtreffs in Niederkrüchten und Schwalmtal“ – eines mobilen Jugendzentrums im Kreis Viersen – zählt zu den Erfolgsgeschichten dieses Netzwerkes.

Weitere lebhaftes Netzwerke gibt es in Duisburg – mit den Schwerpunkten Jugendarbeit und Sport – sowie in Velbert. In beiden Netzwerken konnten in diesem Jahr sämtliche Jugendzentren nachzertifiziert werden!

Die bereits bestehenden Netzwerke weiter zu unterstützen und wachsen zu lassen, ist ein zweiter Schwerpunkt der Bemühungen der GUT DRAUF-Landeskoordination im Rheinland.

Verknüpfung mit anderen Projekten der Gesundheitsprävention

Das GUT DRAUF-Landesnetzwerk Rheinland versteht sich nicht als abgeschlossener Zusammenschluss, vielmehr pflegt es den Austausch und die Zusammenarbeit mit anderen landesweit agierenden Netzwerken der Gesundheitsförderung. Vernetzt ist GUT DRAUF mit dem Landesprogramm Bildung und Gesundheit¹, das Schulen und Kindertageseinrichtungen bei ihrem Vorhaben, sich zu guten und gesundheitsfördernden Bildungseinrichtungen zu entwickeln, unterstützt. Ein wichtiger Partner im Bereich Jugend und Qualitätsentwicklung ist der Landschaftsverband Rheinland (LVR).

Durch die Beteiligung an diesen Netzwerken versucht GUT DRAUF, sich noch mehr mit anderen Organisationen und ihren Aktivitäten zu verknüpfen, und stellt gleichzeitig sicher, dass die Jugendaktion im Rheinland und auf Landesebene positiv angesehen bleibt und im aktuellen Geschehen eingebunden ist.

Ein Schwerpunkt bei der Mitarbeit in anderen Gremien ist, die Stimme der Jugendlichen zu vertreten. Viele Präventionsprogramme richten sich entweder an Kinder oder an ältere Menschen. Die Zielgruppe „Jugendliche“ hingegen ist häufig unterrepräsentiert. GUT DRAUF kann es aufgrund seiner langjährigen und positiven Erfahrungen mit gesundheitsbezogener Jugendarbeit gelingen, Jugendliche als Zielgrup-

SYNERGIE SOZIALE BILDUNG

SYNERGIE Soziale Bildung ist eine bundesweit tätige, gemeinnützige Organisation für die Kompetenzentwicklung von Kindern, Jugendlichen und Multiplikatoren.

Wir bieten

- » **KLASSENFAHRTEN** für Kinder und Jugendliche
 - » Begleitung von Klassen bei der Teamentwicklung und Klassenorientierung
 - » spielpädagogische Klassenfahrten für die Grundschule und die 5. Klasse
- » **ZUKUNFTSRAUM** Programme on Tour und vor Ort für Kinder und Jugendliche in Schule, Ausbildung, Jugendarbeit und Jugendhilfe
- » **ZUKUNFTSWERKZEUG** Coaching und Qualifizierung für Lehrer, Sozialpädagogen, Erzieher und Ausbilder in ihren Institutionen oder als Einzelperson

Durch unsere Zusammenarbeit mit Jugendherbergen sind wir sehr früh zu GUT DRAUF gekommen. Schon in den 1990er-Jahren waren mehrere unserer damaligen Gesellschafter GUT DRAUF-Trainerinnen bzw. Trainer. Viele unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind seither als GUT DRAUF-Teamerinnen und -Teamer geschult worden. Das ermöglicht uns, Klassenfahrten und Trainings in unseren GUT DRAUF-zertifizierten Partnerherbergen in Melsungen, Lindau und Niebüll durchzuführen. Darüber hinaus fließen viele GUT DRAUF-Bausteine in unsere anderen Programme ein.

pe der Gesundheitsförderung und Prävention ins Blickfeld zu rücken. Diese Lobbyarbeit für die Gesundheit von Jugendlichen wird ein Arbeitsschwerpunkt der GUT DRAUF-Landeskoordination für die nächsten Jahre sein.

Ausblick

GUT DRAUF ist eine sich ständig weiterentwickelnde Aktion mit Raum für ehrgeizige Ziele und Visionen: 2015 wird es im Rheinland sechs regionale GUT DRAUF-Netzwerke geben, in denen mehrere Handlungsfelder gleichberechtigt vertreten sind und bei denen die Kommune oder der Kreis eine Koordinationsrolle übernommen haben. Diese Netzwerke machen GUT DRAUF sichtbar und für Jugendliche attraktiv.

Mindestens die Hälfte der GUT DRAUF-Partner, die nicht in eines dieser regionalen Netzwerke eingebunden sind, werden andere lokalen Partner gefunden haben, die bei GUT DRAUF mitmachen wollen und eine Zertifizierung oder Labelung anstreben.

Die Partner und ihre Aktionen sind wertschätzend über die Steuergruppe in die Gesundheitsförderung von NRW eingebunden.

Wenn Sie Lust haben, an dieser Vision von GUT DRAUF im Rheinland mitzuarbeiten, freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Ludwig Leijten



SYNERGIE
Soziale Bildung
Kompetenzentwicklung für
Kinder, Jugendliche und Multiplikatoren

GUT DRAUF-Landeskoordination
SYNERGIE Soziale Bildung

Bennauerstr. 31

53115 Bonn

Tel.: 0228 / 98 164-16

E-Mail:

» gutdrauf@synergie-sozialebildung.de

» www.synergie-sozialebildung.de

¹ Programm des Ministeriums für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen

GUT DRAUF in der Jugendherberge Lindlar

Erleben, was gut tut

Der außerschulische Lernort, die „Umwelt|Jugendherberge Lindlar“ ist ein Haus des DJH-Landesverbandes Rheinland e.V., insbesondere aber eine GUT DRAUF-Jugendunterkunft.

Mit ihren Freizeitmöglichkeiten – wie naturnahes Außengelände, großer Sportplatz, fußläufig erreichbares Freilichtmuseum, Hochseilgarten, Schwimmbad und Freizeitpark – bietet sie optimalen Raum für Schulklassen und Freizeitgruppen. Im Jahr 2010 zählte die Jugendherberge 22 000 Übernachtungen. Das traditionelle Haus bietet 29 Zimmer mit 160 Betten an.

Die Jugendherberge Lindlar ist seit 1998 aktiv im GUT DRAUF-Netzwerk. Das erste Audit fand im Jahr 2001 statt und vor kurzem konnte die dritte Nachzertifizierung durchgeführt werden! Damit gehört die Jugendherberge Lindlar zu den am längsten aktiven GUT DRAUF-Partnern im Rheinland.

Selbstbestimmt und spielerisch entdecken Jugendliche in diesem Haus, was ihnen gut tut. Die Verpflegung ist gesund und lecker, vollwertig und jugendgemäß. Die Küche verwendet regionale Produkte und teilweise Lebensmittel

aus biologischem Anbau. An zwei Tagen pro Woche offeriert sie vegetarisches Essen.

Die Jugendherberge bietet ihren Besucherinnen und Besuchern vielseitige Schulklassen- und Ferienprogramme. Kinder- und Jugendgruppen erspüren bei den aufregenden Programmangeboten ihre Umwelt mit allen Sinnen, trainieren soziale Kompetenzen, berei-

ten gemeinsam leichte und leckere Gerichte zu und erleben handlungsorientierte Bildungsprogramme für nachhaltige Entwicklung, die gleichzeitig einen intensiven Einblick in die digitale Medientechnik geben.

In allen diesen Programmen werden durch die Kombination „außerschulischer Lernort“ und „Jugendunterkunft mit Vollverpflegung“ die GUT DRAUF-Elemente eingebaut: gutes und gesundes Essen, abwechslungsreiche Bewegungsangebote und Bausteine zur Stressregulation.

Drei der Angebote gehen sogar noch weiter: in der „Sommerfreizeit Girls@Girls – Let’s talk about: Schönheit“ (vorher Bodytalk – Abenteuer Schönheit, siehe JiD 1-2011) und bei den Klassenfahrten „Bodytour – Fotoatelier, Slackline & Talentschmiede“ und „Hochgenuss und

»GUT DRAUF, das bedeutet bei uns: wir brauchen kein Korsett, weil wir Rückgrat haben. Wenn wir uns verbiegen, dann höchstens beim Sport. Oder beim Lachen.«

Anja Großert

Hochseilgarten – GUT DRAUF sein – bewegen, ernähren, entspannen!“ werden die GUT DRAUF-Säulen thematisch umgesetzt.

Bei der Klassenfahrt Hochgenuss und Hochseilgarten zum Beispiel schaffen die Schüler im ersten Schritt die Voraussetzung für ein harmonisches Essgefühl. Der Tagesraum wird mit Tischdecken, farbigen Accessoires und Wand-Deko in

GoJa

Gesundheitsorientierte Jugendarbeit in Köln

eine Wohlfühloase verwandelt. Beim Einkauf werden die Zutaten für eine selbst gemachte Pizza besorgt, aus denen dann im Kochstudio leckere Pizzakreationen entstehen.

Gemeinsame Herausforderungen erwarten die Gruppe schließlich im Hochseilgarten des LVR-Freilichtmuseums. An allen fünf Teamstationen sind die Kletterer in der Höhe auf das Sicherungsteam am Boden angewiesen. Kommunikation ist Pflicht! Damit sind nicht nur Bewegung, sondern auch Spannung und Entspannung im Wechsel garantiert!

In der Sommerfreizeit GIRL@GIRLS geht es um Schönheit: Wer ist die Schönste im ganzen Land? Groß oder klein, rund oder dünn, blond oder rot? Der Lockenkopf will glatte Haare und was ändert sich dadurch? Es geht um Stärken und Schwächen, um Wohlfühlen im eigenen Körper, um Selbstbewusstsein und Ausstrahlung! Denn selbstbewusste Jugendliche, die ihre Körpersignale wahrnehmen können, die spüren, was ihnen gut tut und was ihnen schadet, die ihre Stärken und Fähigkeiten kennen wie auch ihre Schwachstellen einschätzen können, sind gerüstet für die Herausforderungen des Alltags.

Die erfolgreichen Angebote sind weiter im Programm und werden ausgebaut, damit immer mehr Jugendliche erleben, was gut tut!

*Anja Großert
Programmleitung und
Umweltpädagogin
Jugendherberge Lindlar*

Kontakt:
Jugendherberge Lindlar
Jugendherberge 30
51789 Lindlar
Tel.: 02266 / 52 64
Fax: 02266 / 4 55 17

Das Kölner Projekt GoJa – Gesundheitsorientierte Jugendarbeit – qualifiziert seit 2006 in Köln Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Offenen Kinder- und Jugendarbeit in Fragen der Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogenen Prävention. „Das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten“ verbindet GoJa mit weiteren Einrichtungen aus den Bereichen Kita, Schule und Elternarbeit. Gemeinsam verfolgen sie das Ziel, die Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen und deren Familien gesünder zu gestalten. Nach einer Anschubphase hat sich GoJa heute als eigenständiges Netzwerk etabliert. Die Beteiligung der Jugendfreizeiteinrichtungen ist freiwillig.

Mit der Beteiligung an GoJa verbunden sind Qualifizierungen der Fachkräfte im Feld „Offene Kinder- und Jugendarbeit“ sowie eine gesundheitsbezogene Organisationsentwicklung der Einrichtungen

mit nachhaltiger Wirkung. GoJa folgt dem Prinzip der Salutogenese und bezieht alle bereits vorhandenen Aktivitäten zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention mit ein. Dabei nutzt GoJa bereits erprobte und wissenschaftlich evaluierte Programme, so auch die Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA.

Seit 2006 ließen sich Fachkräfte aus 26 Kölner Jugendfreizeiteinrichtungen (das sind mehr als ein Drittel aller Jugendfreizeiteinrichtungen in Köln) und zwei Jugendwerkstätten nach GUT DRAUF schulen (3 Tage) und setzen seither die vorgegebenen Standards in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung um. Etwa zwei Drittel der GoJa-Einrichtungen sind nach GUT DRAUF zertifiziert. Gerade die Verschränkung des Dreiklangs „Bewegung – Ernährung – Entspannung“ ist für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gut nachvollziehbar und lässt sich leicht in die täg-



Kochtopf Solar des Kölner Jugendwerkzentrums, Katholische Jugendwerke Köln e.V.

liche Arbeit integrieren. Zusätzlich nahmen alle Einrichtungen an der dreitägigen Beratungsfortbildung „Move“ (Motivierende Kurzintervention bei Suchtmittel konsumierenden Jugendlichen) teil, ein Fortbildungsangebot von „ginko“, der Landeskoordinierungsstelle für Suchtvorbeugung in NRW. Die GoJa-Einrichtungen tauschen sich jährlich zwei bis drei Mal in moderierten Netzwerktreffen fachlich aus. Je nach Bedarf werden spezialisierte Fortbildungen zu den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung angeboten.

GoJa ist ein dynamisches Projekt, das durch die offensive Beteiligung der Jugendfreizeiteinrichtungen weiterentwickelt (u. a. Ferienfreizeiten) und im Trägerverbund multipliziert wird. Im Stadtbezirk Köln-Ehrenfeld zum Beispiel wird die Kinder- und Jugendarbeit durch fünf GoJa-Einrichtungen geprägt. Sie bieten unter anderem jährlich – mit Unterstützung der Bezirksjugendpflege – geschlechtsspezifische Wohlfühltag an: Unter dem Motto „Ein Tag für Dich“ erhalten Jugendliche durch Entspannungsübungen, Ernährungsberatung und Kreativangebote Impulse für einen gesundheitsbewussten Alltag. Bei jedem Sportevent im Bezirk offeriert ein gemeinsamer GUT DRAUF-Stand gesunde Snacks und die dazugehörigen Rezepte.

In den Kölner Einrichtungen, die sich dem Projekt GoJa angeschlossen haben, werden schätzungsweise 2500 Kinder und Jugendliche in 26 Jugendfreizeiteinrichtungen sowie zwei Jugendwerkstätten erreicht. Beinahe die Hälfte der Kinder und Jugendlichen gelten als bildungsbenachteiligt. Die Fachkräfte aus den Jugendeinrichtungen berichten zur Wirkungsweise der Jugendaktion: „...die Qualitätsstandards von GUT DRAUF sind

eine große Hilfe bei der Installation des ganzheitlichen Ansatzes in der Einrichtung. Mit dem handlungsorientierten Ansatz zum Thema Gesundheitsförderung werden alle Jugendlichen und sogar einige Eltern erreicht, da die Standards Selbstverständlichkeit geworden sind und die Jugendlichen auch außerhalb der Einrichtung oft die gesündere Alternative wählen.“

„Die im Alltag bemerkenswerte Veränderung ist eine Folge des neu geschaffenen Ruheraumes in der Einrichtung. Mädchen und Jungen genießen gleichermaßen die entspannte und gewaltfreie Atmosphäre im Raum. Hierhin ziehen sich die Jugendlichen zum Hören von Musik und zum Lesen zurück. Die Möglichkeit, Stress und Überforderung des Alltags entspannt abzubauen, hat einen positiven Einfluss auf das Lebensgefühl der Jugendlichen.“

Das Amt für Kinder, Jugend und Familie der Stadt Köln konzipierte GoJa im Rahmen der Suchtprävention gemeinsam mit der Fakultät für angewandte Sozialwissenschaft sowie dem Institut für Kindheit, Jugend, Familie und Erwachsene der Fachhochschule Köln. Die Fachhochschule begleitete das Projekt in den ersten zwei Jahren. Die Netzwerktreffen moderiert die Beratungsstelle „B.i.S.S. – Beratung und Begleitung in Sachen Sucht“ der Caritas in Köln. Die BZgA unterstützt den Prozess des Projektes mit GUT DRAUF seit 2006.

Monika Baars

Stadt Köln

Monika Baars
Amt für Kinder, Jugend und Familie
Ottmar-Pohl-Platz 1
51103 Köln
Tel.: 0221 / 221 254 53
E-Mail:
» monika.baars@stadt-koeln.de

**GUT DRAUF-Zertifikatsübergabe
beim Fachtag GoJa 2008**



»... die Qualitätsstandards von GUT DRAUF sind eine große Hilfe bei der Installation des ganzheitlichen Ansatzes in der Einrichtung.«

»» GUT DRAUF-INFOMAGAZIN

Verantwortlich für das
GUT DRAUF-Infomagazin 04|11:

Reinhard Mann, BZgA
Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung
Leiter Referat 1-14; Prävention von
ernährungsbedingten Krankheiten;
Gesundheitsförderung
E-Mail: » gutdrauf@bzga.de

Benita Schulz, projecta köln
GUT DRAUF-Gesamtkoordination
und zuständig für die Bereiche
Kommunikation und Events im Rahmen
der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA
Tel.: 0221 / 800 83 26
E-Mail: » gutdrauf@projecta-koeln.de

Frühere Ausgaben des Infomagazins von
GUT DRAUF können unter »Fachbeiträge«
auf www.gutdrauf.net abgerufen werden.

BZgA Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

Kreativität und Wohlbefinden – kraftvolle Ressourcen für Kinder und Jugendliche

Das Jugendhaus TREFFER in Köln-Buchheim

Mittwoch, 16.11.2011, das Jugendhaus TREFFER feiert seine Zertifizierung als GUT DRAUF-Jugendeinrichtung: „Die Betreuerinnen und Betreuer hier sind immer für uns da!“ Mit diesen Worten bringt eine regelmäßige Besucherin des Jugendhauses TREFFER auf den Punkt, was diesen Stadtteiltreffpunkt für sie so wichtig macht. Neben den vielfältigen Angeboten sind es vor allem die zugewandte Haltung und die verlässliche Präsenz der pädagogischen Fachkräfte, welche die Mädchen und Jungen im TREFFER schätzen.

Das Jugendhaus TREFFER ist eine offene Kinder- und Jugendeinrichtung in Trägerschaft des Diakonischen Werkes. Nach langjähriger, aufsuchender Aufbauarbeit wurde das Jugendhaus in der Guillaumestraße in Köln-Buchheim im Jahr 2008 eröffnet und zählt damit zu den jüngeren Freizeiteinrichtungen für Kölner Jugendliche. Der Stadtteil Buchheim liegt am südlichen Rand des rechtsrheinischen Stadtbezirks Mühlheim und gehört mit seinen etwa 12 500 Einwohnern zu den Kölner Stadtteilen mit signifikanter Sozialproblematik.

Eine große Stärke des TREFFER liegt in den vielfältigen kreativen Angeboten: Tanz, Musik, Gesang und Theater stehen bei den Mädchen und Jungen hoch im Kurs und prägen – neben dem verlockenden Büffet – die Zertifizierungsfeier. Im zentralen Thekenraum im Erdgeschoß fällt das Auge sofort auf die geschmackvolle Wandmalerei, ein raumhohes Portrait von Heinrich Böll und kleinformatige Steinskulpturen, die dekorativ platziert sind.

Darüber hinaus legte das pädagogische Team von Beginn an – bei der Entwicklung einer Leitidee und



eines Konzeptes – einen weiteren Schwerpunkt auf die Förderung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens seiner Besucherinnen und Besucher. Im Rahmen des fachlichen Austausches im Stadtbezirk Köln-Mülheim hatte das Team die Jugendaktion GUT DRAUF kennengelernt, die im TREFFER auf Begeisterung und Interesse stieß. Nach einer intensiven Erstberatung durch den Landeskoordinator Ludwig Leijten in 2010 erlangte fortan der Dreiklang aus Bewegung, Ernährung und Stressregulation immer größere Bedeutung – in der pädagogischen Arbeit im Haus wie auch bei den aufsuchenden Angeboten im Sozialraum.

Die dreitägige GUT DRAUF-Basissschulung vermittelte den drei hauptamtlichen Fachkräften Lutz Gebhard, Kristina Kilders und Silvie Heibach die theoretischen und praktischen Grundlagen von GUT DRAUF. Sie lernten Ideen zur Umsetzung im eigenen Handlungsfeld und hilfreiche Instrumente und Strukturen zur Unterstützung kennen. In der praktischen Arbeit des TREFFER findet sich das GUT DRAUF-

Konzept heute in zahlreichen, täglichen Standardangeboten wieder: der kostenlosen Abgabe von ungesüßtem Tee, Obst und Smoothies sowie den warmen Mahlzeiten, die den Besucherinnen und Besuchern an drei Tagen in der Woche angeboten werden.

Ein ansprechend gestalteter Chillraum und Workshops mit Sportangeboten, an denen die Jugendlichen wöchentlich teilnehmen können, ergänzen das abwechslungsreiche musikalische und künstlerischen Angebot.

In vielfältigen Ferienprogrammen und -fahrten nutzt das Team die Methode der Inszenierung, um GUT DRAUF-Themen wie Alkoholkonsum, gesunde Ernährung oder Hygiene zu thematisieren. Bei Feiern und Aktionen lernen die Jugendlichen GUT DRAUF-spezifische Elemente wie z.B. alkoholfreie Cocktails kennen. Beispielhaft war das präventiv ausgerichtete Weiberfastnacht-Event, welches unter dem Namen „GUT DRAUF MIT 0 PROMILLE“ in Kooperation mit der Buchheimer Hauptschule und der Straßenfußball-Liga „köl'n kickt“ stattfand. Die

Kooperationspartner kombinierten ein Fußballturnier und einen Hip-Hop-Tanzworkshop mit einer alkoholfreien Cocktailbar, gesunden Snacks und einem Rauschparcours mit Infostand zum Thema Alkohol.

Das Team um den Diplom-Heilpädagogen Lutz Gebhard kreiert im TREFFER eine positive und motivierende Atmosphäre für die Mädchen und Jungen des Stadtteils. Diese einladende Willkommensstimmung spüren auch die Gäste der GUT DRAUF-Zertifizierungsfeier, zu der zahlreiche Kolleginnen und Kollegen, Freunde, Unterstützer, Förderer und sonstige Besucher gekommen sind. Das Liegekino im ersten Stock des Hause veranschaulicht mit Bildern den vielseitigen Prozess, den der TREFFER bis zur Zertifizierung als GUT DRAUF-Einrichtung durchlaufen hat.

Der TREFFER kennt dabei keinen Stillstand. Der neueste Baustein: „Mach was aus dir“ – ein offenes Café zur Berufs- und Lebensplanung mit der Möglichkeit eines Einzelcoachings. Mit diesem Angebot greift das Team das Thema „Perspektivsuche von Jungen und Mädchen“ auf und bietet ein flexibles und adäquates Instrument zur Lebens- und Berufsbegleitung. Mit diesem Angebot zeigt der TREFFER auch, dass beim Thema Stressregulation neben Angeboten zur Entspannung auch solche zur Problembewältigung ihren Platz finden.

*Kristina Kilders, Jugendhaus Treffer
Benita Schulz, projecta köln*



Jugendhaus Treffer

Guilleaumestr. 16

51065 Köln

Tel.: 0221 / 64 55 58

Fax: 0221 / 99 20 10 96

E-Mail: » treffer@diakonie-koeln.de

» www.treffer-buchheim.de

GUT DRAUF Jahrestagung 2011

Jugendaktion erweitert ihr Konzept

Strahlender Sonnenschein und milde Temperaturen empfingen am 21. November 2011 die ankommenden Gäste in der Sportschule Bad Blankenburg. Viele von ihnen waren den weiten Weg in den thüringischen Luftkurort gereist, um an der diesjährigen GUT DRAUF-Jahrestagung teilzunehmen. Wenn noch jemand Zweifel hatte, ob sie oder er in der schicken und weiträumigen Sportunterkunft richtig war, dann wurden diese direkt beim Check-in ausgeräumt. Neben Tagungsunterlagen erhielt jeder neue Gast ein GUT DRAUF-Präsent¹: Yogi-Tee für die Entspannung, einen Rapunzel-Müsliriegel für den Energie-Kick zwischendurch und drei Kurz-Tipps zu Bewegungsmöglichkeiten rund um das Tagungshaus.

Das anspruchsvolle Programm aus Vorträgen und Workshops hatte etwa 120 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem ganzen Bundesgebiet angezogen: Fachkräfte aus den GUT DRAUF-Partnerorganisationen, langjährige Trainerinnen und Trainer der Jugendaktion, Studierende und Lehrende aus Hochschulen. Im Zentrum der Beiträge standen die drei Standbeine von GUT DRAUF: Ernährung, Bewegung, Stressregulation. Einführend referierte Prof. Dr. Heiner Keupp² zu den äußeren und inneren Herausforderungen des Jugendalters unter dem Titel „Von der (Un-)Möglichkeit erwachsen zu werden – Identitätsarbeit in der pluralistischen Gesellschaft“. Der salutogenetische Begriff der Lebenskohärenz als „Bedingung und Ziel der Identitätsarbeit“ traf auf die Diagnose von der Unlesbarkeit der Welt, „für die unsere Erfahrungen und Begriffe nicht ausreichen, um stimmige Interpretationen oder eine verlässliche Prognose zu erreichen“. Sein Beitrag machte deutlich, dass

Aufwachsen in der modernen Gesellschaft zu einem größer werdenden Spagat zwischen Entwicklungsaufgaben und -möglichkeiten wird, der die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen einem Stresstest unterzieht.

Es verwunderte daher nicht, dass auch die weiteren wissenschaftlichen Vorträge zu Stressregulation, Ernährung und Bewegung die The-

NEU ERSCHIENEN

„GUT DRAUF –
Zwischen Wissenschaft und Praxis“
Band 15 der BZgA-Reihe
„Gesundheitsförderung konkret“

Mit der Jugendaktion „GUT DRAUF Essen, bewegen, entspannen – aber wie!“ folgt die BZgA, auf Grundlage der Ottawa-Charta der WHO, einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheitsförderung und nutzt dabei die Wechselwirkungen zwischen Ernährung, Bewegung und Stress und deren Potenziale für die physische und psychosoziale Gesundheit von Heranwachsenden. Die enge Verzahnung von Wissenschaft und Praxis – von Anfang an elementarer Bestandteil der Jugendaktion – spiegelt sich umfassend in der neuen Fachpublikation wieder.

Die 340 Seiten starke Broschüre beschreibt ausführlich das Fachkonzept der Jugendaktion, führt in Theorie und Praxis der Sozialraumorientierung in der Gesundheitsförderung ein und wirft Schlaglichter auf Praxisbeispiele aus relevanten Handlungsfeldern der Kinder- und Jugendarbeit. Dabei kommen Fachkräfte aus den über 600 Partnereinrichtungen von GUT DRAUF zu Wort wie auch Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler unterschiedlicher Fachdisziplinen.

Zu bestellen unter: BZgA, 51101 Köln
oder » www.bzga.de



menkulisse, vor der sich GUT DRAUF abspielt, eher weit spannten: globalisierte und undurchschaubare Nahrungsketten, kleiner werdende Bewegungsräume in der Internet- und Mediengesellschaft, die Verzahnung von physischer, psychischer und sozialer Gesundheit – um nur einige Schlaglichter zu nennen. Prof. Dr. Arnold Lohaus, Universität Bielefeld, stellte sich der Aufgabe, die Entwicklung „von der Entspannung zur Stressregulation“ bei GUT DRAUF nachzuzeichnen, und plädierte dafür, sich dem Thema Stress in all seinen Facetten zu stellen und die Angebote für die Jugendlichen noch konsequenter an einem erweiterten Begriff der Stressregulation auszurichten. Im Umgang mit Stress gelte die Aufmerksamkeit einerseits der subjektiven Bewertung von Anforderungen, andererseits den zur Verfügung stehenden Bewältigungsressourcen. Beide Aspekte könnten durch GUT DRAUF-Angebote aufgegriffen und mit den Jugendlichen bearbeitet werden. Vor allem im Bereich der Bewältigungsressourcen, so Prof. Dr. Lohaus, gehe es nicht nur um verschiedene Zugänge und

Formen der Entspannung, sondern auch um die Verbesserung von Problemlösefähigkeit, sozialen Kompetenzen und jugendgerechtem Zeitmanagement.

Damit rückte gleichzeitig der Begriff der Kompetenzen oder Lebenskompetenzen in das Visier der Jugendaktion, der auch im Vortrag von Prof. Dr. Barbara Methfessel – „Ernährungskompetenz in der globalisierten Gesellschaft“ – eine zentrale Rolle spielte. Die Heidelberger Professorin verdeutlichte, was Jugendliche heutzutage lernen und können müssten, um sich umfassend gesund und nachhaltig zu ernähren. Eigentlich reichten vier Grundregeln, so begann Prof. Dr. Methfessel, um im Folgenden dann doch die hoch komplexen Zusammenhänge von Nahrungsproduktion, -verarbeitung und Transportwegen kenntnisreich zu erläutern. Angesichts dessen umfasst Ernährungskompetenz u. a. die Kulturtechnik des Kochens, die Konsumkompetenz, die Orientierung an ökologischer Nachhaltigkeit und immer wieder den Abbau sozialer Ungleichheit. Dabei – so schloss sie – darf in der Arbeit mit Jugendlichen auf keinen Fall vergessen werden: Essen muss zuallererst schmecken und Spaß machen!

Einen vergleichenden Einblick in den Bewegungsalltag von Kindern gewährte Prof. Dr. Klaus Bös vom Karlsruher Institut für Technologie. Dabei wanderte er nicht nur virtuell um 50 und mehr Jahre zurück, sondern umkreiste auch den Erdball und kontrastierte die Bewe-

gungsgewohnheiten der Kinder in Deutschland mit denen in Marokko, Tansania, Namibia und anderen Ländern der 3. Welt. Der schlechten Nachricht, dass Kinder in Deutschland sich immer weniger bewegen, folgten Erfolg versprechende Belege dafür, dass gezielte Bemühungen um mehr Sport und Bewegung in Schule und Freizeit, in Familie und Alltag die Motorik und Fitness spürbar verbessern. Prof. Dr. Bös endete mit einem Forderungskatalog an Schulen, Vereine, Kommunen und Eltern – auch eine Anregung für GUT DRAUF- und Tutmirgut-Einrichtungen sowie -Kommunen.

Den inhaltlichen Entwicklungsaufgaben, die sich aus diesen Beiträgen ergeben, wird die Jugendaktion in den nächsten Monaten große Aufmerksamkeit widmen. Erste Anregungen erhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Jahrestagung in den Workshops am Dienstagnachmittag und Mittwochvormittag. Vor allem die sehr praxisnah angelegten Angebote – Bogenschießen, Boxen, SixCup, Kochkurse für (schwierige) Jugendliche, BodyTalk, Tutmirgut, Inszenierung – verdeutlichten, wie eng die Themen Ernährung, Bewegung und Stress jeweils miteinander verzahnt sind und dass gerade in dieser Kombination das große Potenzial von GUT DRAUF liegt. Das rege Interesse an den Workshops belegt auch, dass neue Impulse und Praxisanregungen bei GUT DRAUF nicht nur wichtig sind, sondern von den Fachkräften auch gerne aufgegriffen und weiterentwickelt werden.

Benita Schulz, projecta köln

Gesamtkoordination der Jugendaktion GUT DRAUF der BZgA
Benita Schulz, projecta köln

¹ Wir danken an dieser Stelle den Sponsoren: Golden Temple Natural Products GmbH, Kehrwieber 8, 20457 Hamburg
RAPUNZEL NATURKOST GmbH, Rapunzelstraße 1, 87764 Legau

² Prof. Dr. Heiner Keupp, Professor für Sozial- und Gemeindepsychologie an der LMU München und Vorsitzender der Sachverständigenkommission des 13. Kinder- und Jugendberichtes der Bundesregierung

DOKUMENTATION

Die benannten **Vorträge** stehen als PDF auf » www.gutdrauf.net zum Download bereit.

Eine ausführliche **Dokumentation** der Jahrestagung wird im Laufe des Jahres 2012 auf » www.gutdrauf.net veröffentlicht.