

## Leitlinien zur Gesundheitsförderung im SJR Sindelfingen

Gesundheit und Wohlergehen tragen zu einem gelingenden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen und zur Stärkung grundlegender Lebenskompetenzen von Menschen maßgeblich bei. Nach dem Verständnis der WHO umfasst Gesundheit dabei nicht nur das körperliche, sondern auch das psychische und soziale Wohlbefinden.

Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendarbeit und der Quartiersarbeit zielt insbesondere auf die Verbesserung von Ressourcen und Fähigkeiten ab, die für eine souveräne und selbstbestimmte Lebensführung unabdingbar sind.

### Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendarbeit

Im Sinne einer Gesundheitsförderung, die die Fragen stellt „Was macht eine positive Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aus? ist es **Ziel der Kinder- und Jugendarbeit**

1. **die Lebenskohärenz von Kindern und Jugendlichen zu stärken,**
2. **Selbstwirksamkeitserfahrungen von Heranwachsenden zu ermöglichen,**
3. **Teilhabe und Beteiligung durch strukturell abgesicherten Zugang zu Ressourcen zu erreichen.**

(s. ausführlich dazu Grundsatzpapier Gesundheitsförderung im SJR)

Gesundheitsfördernde Angebote in der Kinder- und Jugendarbeit decken eine **breite Themenpalette** ab. Sie reichen von Ernährung und Esskultur, Sport und Bewegung, über Sexualität, Geschlechterrollen und Schönheitsidealen, über Aggressivität und Gewalt, soz. Kompetenzbildung, Integration, Stressbewältigung, Spannung und Entspannung bis hin zur exzessiven Mediennutzung, Drogen- und Alkoholkonsum, sex. Missbrauch, Essstörungen etc.

Diese **Angebote zielen** darauf **ab**,

- **Wissen** über den Körper, körperliche Veränderungen, und den Zusammenhang zwischen körperlichem Wohlbefinden und äußeren Lebensumständen zu vermitteln,
- einen **körperbewussten und bewegungsfreundlichen Lebensstil** mit Mädchen und Jungen zu fördern und Achtsamkeit gegenüber dem eigenen Körper zu gewinnen
- das **Erfahren und Einüben einer gesundheitsbezogenen Lebensführung** zu fördern
- den Kindern und Jugendlichen die Verantwortung für die eigene Gesundheit und in Bezug auf riskante und gesundheitsschädliche Verhaltensweisen ohne erhobenen Zeigefinger aufzuzeigen,
- zu einer **Ressourcenerweiterung** der Kinder und Jugendlichen beizutragen und sie Alltagsgewohnheiten überschreiten zu lassen,

- die **Entwicklung von Resilienz** (Widerstandsfähigkeit) von Kindern und Jugendlichen zu befördern, die sie trotz der Konfrontation mit biologischen, psychischen und sozialen Entwicklungsrisiken einen gesunden Umgang mit sich und anderen pflegen lässt,
- die **Perspektiven der Mädchen und Jungen einzubeziehen** und mit ihnen gemeinsam Lösungsstrategien zu erarbeiten.
- **elterliches Engagement begleitend zu fördern** bzw. eine gemeinsame gesunde Lebensführung in Familien zu initiieren

Kinder und Jugendliche sollen dadurch die Erfahrung machen, **dass durch gesundheitsfördernde Verhaltensweisen sich ihr Wohlbefinden steigert.**

### Gelingende Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendarbeit

1. setzt so früh wie möglich an und nutzt unterschiedliche Bildungsgelegenheiten,
2. erhöht die Chancen der Kinder und Jugendlichen, deren soziale Disposition beeinträchtigt ist, auf ein gesundes Aufwachsen und ist sensibel gegenüber psychischen Beeinträchtigungen
3. geht differenziert, ressourcenorientiert und partizipativ vor,
4. stärkt das Wohlbefinden junger Menschen, unterstützt sie bei der Entwicklung eigener Ressourcen und fördert ihre Resilienz,
5. eröffnet Kindern und Jugendlichen individuell subjektive Perspektiven, die ihnen Sinn geben, einen gesunden Lebensstil zu führen,
6. verankert Gesundheitsförderung im Alltag der Einrichtungen und als Querschnittsaufgabe und sichert die Nachhaltigkeit der Angebote.

### Gesundheitsförderung in der Quartiersarbeit

Neben den für die Kinder- und Jugendarbeit aufgestellten Eckpunkten, ist für eine stadtteilorientierte Arbeit unter salutogenetischer Perspektive insbesondere relevant, in welchen sozialen Zusammenhängen die grundlegenden Lebensbedürfnisse und -wünsche der Menschen aussichtsreich realisiert werden können.

**Ziel einer stadtteilbezogenen Gesundheitsförderung** durch die Quartiersarbeit ist es deshalb, nicht nur gesundheitsförderndes Verhalten zu vermitteln, sondern

1. **grundlegende Lebenskompetenzen der BürgerInnen zu stärken**
2. **verstärkt deren Lebensverhältnisse und die Lebensumwelt zu beeinflussen.**

Gesundheitsfördernde **Angebote** der Quartiersarbeit **zielen darauf ab,**

- Bürgerinnen und Bürger dabei zu unterstützen, **Fähigkeiten zur Wahrnehmung ihrer Interessen zu entwickeln**, sich für ihre Bedürfnisse einzusetzen und **aktiv zu werden**
- **die Beteiligung** unterschiedlichster Gruppen des Quartiers **bei der Gestaltung ihres Lebensumfelds** sicherzustellen,
- durch **gemeinschaftliche Aktivitäten** die Rahmenbedingungen des **Alltagslebens der Menschen vor Ort zu verändern** und zu verbessern,
- durch die **Förderung ehrenamtlichen Engagements** solidarische und demokratische Strukturen aufzubauen,

- zu einer nachhaltigen **Nachbarschaftsentwicklung beizutragen**, die langfristig milieuübergreifende, soziale Netzwerke etabliert,
- Zugänge zu und den Aufbau von **Strukturen und Ressourcen** zu ermöglichen, die die Chancen von Menschen erhöhen, ihren Alltag und Lebensumwelt mitzugestalten.

### Gelungende Gesundheitsförderung in der Quartiersarbeit

1. setzt an **verschiedensten Gesundheitsfeldern** vor Ort an (Verkehr, Bebauung, Ernährung, Stressbewältigung, Integration verschiedener Gruppen etc.),
2. eröffnet **vielfältige Bildungsgelegenheiten und befähigt zu Engagement**,
3. schafft unterschiedliche, **an den Ressourcen der Menschen orientierte Beteiligungsmöglichkeiten**,
4. beinhaltet **Erfahrungen der Selbstwirksamkeit**,
5. ermöglicht **milieuübergreifende Begegnungen** zwischen verschiedenen Generationen, Ethnien und sozialen Milieus,
6. **vernetzt unterschiedlichste Akteure** der Gesundheitsförderung mit den Quartiersstrukturen, schafft **ressortübergreifende Kooperationen** und bindet sie an die Gesamtentwicklung des Stadtteils an,
7. **verankert Gesundheitsförderung im integrierten Handlungskonzept** der Quartiersarbeit.

## Institutionelle und strukturelle Rahmung der Gesundheitsförderung als Leitlinie des SJR Sindelfingen

Gesundheitsfördernde Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und mit Menschen in bestimmten Stadtteilen muss eingebettet sein in eine unterstützende institutionelle Kultur der Einrichtung.

### Ziel der Gesundheitsförderung im SJR ist deshalb auch eine **gesundheitsfördernde institutionelle Kultur innerhalb des SJR zu etablieren**.

- Der SJR stellt hierzu sowohl Fort- und Qualifizierungsangebote bzw. deren Finanzierung in einem gewissen Rahmen für die Fachkräfte zur Verfügung.
- Der SJR unterstützt die Erweiterung der pädagogischen Konzeptionen zu einem Gesamtkonzept der Gesundheitsförderung.
- Der SJR schult und sensibilisiert die im SJR ehrenamtlichen MitarbeiterInnen für eine gesundheitsfördernde Arbeit.
- Der SJR erarbeitet und etabliert gemeinsam mit den Mitarbeitenden eine gesundheitsfördernde institutionelle Kultur, die Rahmenbedingungen gesundheitsförderliche Arbeitsstrukturen und –kulturen der Kinder- und Jugendarbeit im SJR zum Thema macht.
- Der SJR verfolgt eine wirkungsorientierte Qualitätsentwicklung, die die Umsetzung der Leitlinie Gesundheitsförderung regelmäßig auf ihre Wirkung hin evaluiert und ggf. Konzepte weiterentwickelt.

Am 6.02.2012 in der Mitgliederversammlung des SJR Sindelfingen beschlossen.