



## AG 5: Das Wechselspiel von Ernährung, Bewegung, Stressregulation im Jugendalter

- Umbruch/Umdenken in Sportvereinen und im schulischen Kontext herbeiführen
- keine Stellvertreterarbeit - Mitarbeiter aus den entsprechenden Kulturkreisen qualifizieren
- Qualifizierte Ausbildung i.S.v. selbstbewusstem Auftreten, Selbstdarstellung der eigenen Arbeit
- Einsparungen durch die eigene Arbeit im Brennpunkt sichtbar machen (Polizei, etc.)
- Einrichten einer „Projekt“-Datenbank



## **AG 5: Das Wechselspiel von Ernährung, Bewegung, Stressregulation im Jugendalter**

### **(1) Beispielhafte Programme:**

- Fit-point-Tenever der St.Petry Jugendhilfe (Tenever, Bremen) ist eine weitgehend selbst organisierte Sportinitiative – „Sport auf der Straße“.
- Das Kinder- und Jugendtheater des Gesundheitshauses Bismarck (Gelsenkirchen) initiiert und führt durch Schulprojekte zum Thema Ernährung, Bewegung, Pausengestaltung, Selbstverteidigung.
- Das Gesundheitsamts St.Ingbert berät Eltern übergewichtiger Kinder und führt ein entsprechendes Trainingsprogramm durch.
- Im Projekt „GUT DRAUF“ der BZgA werden Jugendliche spielerisch an die Themenkombination Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung herangeführt.

### **(2) Forderungen der Arbeitsgruppenmitglieder:**

#### **Umbruch/ Umdenken in Sportvereinen und im schulischen Kontext herbeiführen**

Die wichtigsten Partner für die Initiativen vor Ort sind Schule und Vereine. Diese schaffen es aber nur schwer Offenheit für die andersartige und offenere Arbeit zu entwickeln. So gehen viele Jugendliche aus der offenen Arbeit in den Verein und bleiben dort nach kurzer Zeit wieder weg.

#### **Keine Stellvertreterarbeit – Mitarbeiter/innen aus den entsprechenden Kulturkreisen qualifizieren**

Gerade im Ernährungs- und Bewegungsbereich ist es notwendig mit den Mitarbeiter/innen aus anderen Kulturkreisen zusammen zu arbeiten und diese zu qualifizieren. Das gewährleistet eine hohe Akzeptanz in der Zielgruppe und eine kontinuierliche Arbeit.

#### **Qualifizierte Ausbildung, selbstbewusstes Auftreten, Selbstdarstellung der eigenen Arbeit**

Der Wert der eigenen Arbeit in den Initiativen wird von den Mitarbeiter/innen oft verkannt, die eigene Qualifikation nicht gesehen. Um Projekte erfolgreich und langfristig durchzuführen, ist es notwendig, die eigene Arbeit und die Erfolge, das eigene Können selbstbewusst darzustellen. „Tue Gutes und rede darüber“.

#### **Einsparungen durch die eigene Arbeit im Brennpunkt sichtbar machen (Polizei, etc.)**

In allen Projekten wurden positive Auswirkungen für das Umfeld festgestellt: z.B. gingen Ju-

gendkriminalität und Vandalismus zurück. Dies führt zu Einsparungen und Entlastungen auf anderen Ebenen, es gilt hiermit auch für die eigene Arbeit zu werben und Mittel zu akquirieren. „Was wir brauchen ist relativ wenig, aber wir bekommen es nicht“.

#### **Einrichten einer Projekt-Datenbank**

Die meisten Initiativen arbeiten für sich alleine und machen ähnliche Erfahrungen. Über eine Projektdatenbank könnten Erfahrungen gesammelt und gebündelt, Strategien weitergegeben und gegenseitige Unterstützung geleistet werden. Damit käme man dem Netzwerkgedanken ein ganzes Stück näher.