

Netzwerk Familienbildung Landau – Südliche Weinstraße

**Bericht Fachgespräch:  
Gesundheitsförderung als Thema der Familienbildung**

**13.04.2011, 14:00 – 17:00 Uhr,  
Kinderschutzbund Landau**

Programm:

Begrüßung und Einführung

Christine Heeger-Roos, Jutta Wegmann, Netzwerk Familienbildung Landau-Südliche Weinstraße

Die Rolle der Selbstwirksamkeit und Achtsamkeit bei der Gesundheitsförderung von sozial benachteiligten Menschen: Ergebnisse eines Projekts im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Priv.-Doz. Dr. Gabriele E. Dlugosch, zepf - Zentrum für empirische pädagogische Forschung an der Universität Koblenz-Landau, Campus Landau

Präventionsprogramme der Krankenkasse AOK für Kinder und für Familien

Ute Alter, Diplom-Oecotrophologin, AOK – die Gesundheitskasse Rheinland-Pfalz

Kleine Bewegungsübung

Podiumsrunde: Gesundheit von Anfang an – Ansätze und Anforderungen

Barbara von Bomhard, Hebamme

Sabine Ammon, Fachlehrerin Hauswirtschaft

Karin Reth-Scholten, Diplom-Sportlehrerin, Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik e. V. Landau und Aktionsbündnis Bewegungskindergärten RLP

Dr. Gabriele Dlugosch, zepf

Ute Alter, AOK Rheinland-Pfalz

Gelegenheit zu Austausch und Vernetzung

Unser Netzwerk- Fachtag 2011 behandelte das Thema Gesundheitsförderung.

„Wie können wir Familien für Gesundheitsbewusstsein begeistern?“ war die Leitfrage. Wir konzentrierten uns dabei - zum Einstieg ins Thema - auf die Schwerpunkte Ernährung und Bewegung und stellten beim Fachgespräch Expertinnen und Ansätze in der Region vor.

Das Zentrum für empirische pädagogische Forschung an der Universität Koblenz-Landau (zepf) hat im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ein Forschungsprojekt zur „Rolle der Selbstwirksamkeit und Achtsamkeit bei der Gesundheitsförderung von sozial benachteiligten Menschen“ durchgeführt. Dabei wurden Experten befragt und auch die eigentlichen Adressatinnen und Adressaten – benachteiligte Menschen, u.a. bei Hilfsangeboten und Projekten in der Region. Die Psychologin Dr. Gabriele Dlugosch vom zepf stellte Untersuchungsergebnisse vor. Näheres zur Untersuchung unter <http://www.zepf.uni-landau.de/>, link „Projekte“.

Ute Alter, Diplom-Oecotrophologin, stellte die Präventionsangebote der AOK für Kinder und Familien vor, z.B. das an Kitas umgesetzte Programm „Tiger Kids“, „Power Kids“ für Kinder ab 9 Jahren, sowie Kochkurse und Beratungsangebote für Eltern. Den Zusammenhang zwischen familiärer Lebenssituation, Ressourcen, Belastungen und Kindergesundheit beleuchtet die wissenschaftliche AOK-Familienstudie 2010. Die Studie formuliert 10 Empfehlungen, die Eltern helfen das gesunde Aufwachsen ihrer Kinder zu fördern. ([http://www.aok-bv.de/presse/veranstaltungen/index\\_03752.html](http://www.aok-bv.de/presse/veranstaltungen/index_03752.html))

Dass bei der gesundheitlichen Prävention Kopf und Körper zusammen gehören, ließ Diplom-Sportlehrerin Karin Reth-Scholten mit einer Bewegungsübung direkt spüren. Sie ist Vorsitzende des Landauer Vereins zur Bewegungsförderung und Psychomotorik, der im „bewegten Spielen“ und mit intensiver fachlicher Betreuung Kinder ganzheitlich in ihrer Entwicklung fördert. Infos dazu unter [www.psychomotorik-in-landau.de](http://www.psychomotorik-in-landau.de). Sie hat außerdem das „Aktionsbündnis Bewegungskindergärten Rheinland-Pfalz“ mit ins Leben gerufen, das entsprechend arbeitenden Kindertagesstätten eine Zertifizierung ermöglicht.

Mit der Hebamme Barbara von Bomhard und der Fachlehrerin für Hauswirtschaft Sabine Ammon wurden zwei Expertinnen im Fachtag eingebunden, die in ihrer täglichen Arbeit erleben, wie unterschiedlich Gesundheit und Prävention in Familien gehandhabt wird. Eine gemeinsame Erkenntnis: Das Wissen über gesunde Ernährung und das Selber-Zubereiten nimmt tendenziell ab, relativ unabhängig von der sozialen Lage der Familien. Die Hebamme kann hier eine frühe Unterstützung geben, weil sie lange über die Wochenbett-Nachsorge hinaus Leistungen für Mütter mit der Krankenkasse abrechnen kann, als Stillbegleitung und Ernährungsberatung für Säuglinge. (siehe <http://www.mamatoto-landau.de/ernaehrungsberatung.htm>). Mit seinem hauswirtschaftlichen Kursangebot kann das Haus der Familie ebenfalls weiterhelfen – allerdings werden primär Teilnehmende erreicht, die bereits sensibilisiert sind, wie Sabine Ammon bestätigte. Aus ihrer Arbeit mit Migrantinnen, in Integrationskursen und bei Angeboten des Mehrgenerationenhauses, schilderte sie ein differenziertes Bild: Migrantinnen haben meist gute Kenntnisse im Nahrungszubereiten, je nach kulturellem Hintergrund ist die Ernährung - nach unseren Standards – dann mehr oder weniger gesundheitsfördernd.

Dem Austausch wurde beim Fachtag entsprechend Raum geboten, die Teilnehmenden konnten – bei gesunder Rohkost - Kontakte knüpfen und pflegen.