

*essen - bewegen - wohl fühlen*

---

## Prävention von gestörtem Essverhalten und Ess- störungen in der Grundschule

Landesstelle  
Jugendschutz  
Niedersachsen



LANDESVEREINIGUNG  
FÜR GESUNDHEIT  
NIEDERSACHSEN E.V.



**KKH**

Die Kaufmännische

VHS

Landesverband



Zentrum für Public Health

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Kooperationspartner

---

- n KKH - Die Kaufmännische
- n Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V.
- n Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V.
- n Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen
- n BIPS / Zentrum für Public Health der Universität Bremen

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Projekthintergrund

---

- n 10 - 15% übergewichtige Kinder in der Grundschule
- n Langfristige Konsequenzen des Übergewichts im Kindesalter
- n Soziale Ungleichheit und Ernährungsverhalten
- n Grundschule als Setting für Gesundheitsförderung

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Projektziele

---

- n Veränderung des Essverhaltens übergewichtiger Grundschul Kinder (ohne Stigmatisierung der Kinder)
- n Integration des Themas „Gesundheit“ in den Schulalltag  $\bar{\circ}$  nachhaltige Gestaltung eines gesunden Schulklimas

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Projektziele: Prinzipien

---

- n Ressourcenorientierung
  - n Identifikation von Ressourcen auf allen Handlungsebenen
- n Individuen- und Institutionenorientierung
  - n Stärkung individueller Kompetenzen (Ernährungswissen, Bewegungsverhalten)
  - n Schaffung gesundheitsförderlicher Strukturen (z.B. AK Gesundheit an den Schulen)
- n Soziale Orientierung
  - n Abbau gesundheitlicher Ungleichheit
  - n Einbezug und Motivierung von Eltern

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Eckdaten I

---

- n Beginn: 15.9.2003, Laufzeit 3 Jahre
- n Projektkoordination fördert regionale und landesweite Vernetzung und Austausch
- n Wissenschaftliche Begleitung durch das BIPS / Zentrum für Public Health der Universität Bremen

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Eckdaten II

---

- n 10 Grundschulen in Niedersachsen: Hannover, Braunschweig, Göttingen, Lüneburg, Wunstorf, Hildesheim
- n GesundheitsberaterInnen erarbeiten in enger Zusammenarbeit mit den Schulen konkrete Interventionsangebote und sorgen für die Umsetzung

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

## Ablauf / Zeitplan

---

- n **Vorbereitungsphase (6 Mon.)**
  - n Akquisition von teilnehmenden Schulen
  - n Schulung der GesundheitsberaterInnen
- n **Interventionsphase (24 Mon.)**
  - n Aufbau eines AK Gesundheit in den Schulen
  - n Erarbeitung des individuellen GF-Angebotes
- n **Nachbereitungsphase (6 Mon.)**
  - n Erstellung einer Dokumentation („Werkzeugkasten“)

# *essen - bewegen - wohl fühlen*

