



Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.



NEWSLETTER

Januar 2020

GESUND LEBEN LERNEN

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir hoffen, Sie sind gut in das neue Jahr gestartet und haben sich für 2020 ein paar schöne Dinge vorgenommen! Wir möchten Sie mit diesem ersten GLL-Newsletter über Veranstaltungen, Fortbildungen oder neuen Medien/Materialien informieren, die Sie in Ihrer Arbeit unterstützen können. Vielleicht ist etwas für Sie dabei!

Wenn Sie an einem Seminar teilnehmen möchten, nutzen Sie bitte den entsprechenden Link bei der jeweiligen Veranstaltung. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die angegebene Ansprechperson.

Gerne können Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen oder andere Interessierte auf die Veranstaltungen hinweisen oder über diesen GLL-Newsletter informieren. Die An- oder Abmeldung für den Newsletter Gesund Leben Lernen finden Sie auf der Homepage der LZG unter <https://www.lzg-rlp.de/de/newsletter.html>.

Wir wünschen Ihnen nun noch für das weitere Jahr 2020 alles Gute, Schöne und vor allem Gesundheit.

Mit freundlichen Grüßen

i.A.
Monika Kislík
Referentin

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.
Referat Gesundheitsförderung in Lebenswelten

3-teilige Fortbildungsreihe Wahrnehmen – Erkennen – Handeln 2020-2021 Handlungskompetenzen bei Schülerinnen und Schülern mit psychischen Auffälligkeiten für Lehrkräfte aller Schulen (noch wenige Plätze frei!)

Psychische Auffälligkeiten bei Schülerinnen und Schülern erfordern spezifische Kompetenzen bei Lehrkräften. Neben dem Wissen über psychische Erkrankungen ist die Reflexion der eigenen Haltung dazu wichtig. Fertigkeiten im Bereich der Gesprächsführung sowie Achtsamkeit gegenüber der eigenen Gesundheit sind hilfreich.

Für Lehrkräfte ist es oft eine besondere Herausforderung, eine gute Balance zwischen wertschätzender Motivation zur Veränderung und hinreichender Distanz zur langfristigen Erhaltung der eigenen Gesundheit zu finden. Aufgabe der Lehrkräfte ist dabei nicht, zu diagnostizieren oder die psychische Integrität der Schülerinnen und Schüler wiederherzustellen, sondern daran mitzuwirken, dass ggf. adäquate Behandlungen eingeleitet werden. Die betroffenen Kinder und Jugendlichen brauchen Unterstützung, um ihre Schülerrolle so gut wie möglich auszufüllen.

Zur gezielten Qualifizierung und Kompetenzentwicklung basiert die Fortbildungsreihe auf drei Schwerpunkten: Einführung in spezifische Störungsbilder, Entwicklung von Gesprächsführungskompetenzen und Arbeit an eigenen Ressourcen mit Methoden der Achtsamkeit.

Eine Anmeldung verpflichtet zur Teilnahme an allen drei Modulen. Eine Teilnahme an einzelnen Modulen ist nicht möglich. Es sind noch wenige Plätze frei!

Weitere Informationen und Anmeldungen bitte ONLINE unter

<https://www.lzg-rlp.de/de/gesundheitsfoerderung-in-schulen-fortbildungsangebote.html>

Ansprechpartnerin in der LZG

Monika Kislik, Telefon 06131 2069-22, E-Mail mkislik@lzg-rlp.de

2-teilige Fortbildungsreihe Sexualerziehung in der Schule 2020 für Lehrkräfte aller Schulen und pädagogische Fachkräfte in der Schule

Grundlage schulischer Sexualerziehung ist das Landesgesetz über die Schulen in Rheinland-Pfalz. Die rheinland-pfälzischen „Richtlinien zur Sexualerziehung in der Schule“ zielen auf die Unterstützung der Schülerinnen und Schüler bei der Entwicklung eines verantwortungsvollen und selbstbestimmten Umgangs mit Sexualität. Sie sollen die Schulen dazu ermutigen, Sexualerziehung verstärkt auch als Sozialerziehung zu verstehen.

2020 bietet die LZG die Fortbildungsreihe „Sexualerziehung in der Schule“ mit zwei Modulen á 2 bzw. 2,5 Tage an. Die Fortbildung kann Schulen u.a. dabei unterstützen, ein Konzept zum Schutz vor sexueller Gewalt an der Schule und für Vielfalt (weiter-) zu entwickeln.

Die Fortbildungsreihe richtet sich an die Lehrkräfte und pädagogischen Fachkräfte in Schulen, die sich für den alltäglichen Umgang mit dem Thema Sexualität in der Lebenswelt Schule und für die sexualpädagogische Arbeit im Unterricht qualifizieren möchten.

Weitere Informationen und Anmeldungen bitte ONLINE unter

<https://www.lzg-rlp.de/de/gesundheitsfoerderung-in-schulen-fortbildungsangebote.html>

Ansprechpartnerin in der LZG

Monika Kislik, Telefon 06131 2069-22, E-Mail mkislik@lzg-rlp.de

WORKSHOP-FORTBILDUNG

Angst vor der Schule statt Freude am Lernen?

**Einordnung, Abgrenzung und Lösungsansätze zu Angststörungen im Kontext Schule
am 30. April 2020 in Mainz**

Der Fortbildungstag gibt einen Überblick zu Angststörungen im Handlungsfeld Schule und vermittelt praxisorientierte Ansätze zum Umgang mit betroffenen Schülerinnen und Schülern. Ziel des Workshops ist der interaktive Erwerb von Wissen und handlungsbezogenen Strategien bei Angststörungen von Kindern und Jugendlichen im Schulkontext.

Im ersten Teil werden Fakten und Entstehungsbedingungen von Angst und Angststörungen erörtert. Die unterschiedlichen Angststörungen werden eingeordnet und gegen altersangemessene Ängste sowie gegen andere problematische Verhaltensweisen (z.B. Schulverweigerung) und psychischen Störungen abgegrenzt. Es wird über die Funktion und Hintergründe von Ängsten, besonders im Schul- und Familiensystem, gesprochen. Die Möglichkeiten und Grenzen von Lösungsansätzen werden an Hand konkreter Fallbeispiele fokussiert. Gesprächsführungsstrategien und Problemlösestrategien werden mit Praxisbeispielen realitätsnah erarbeitet.

Weitere Informationen und Anmeldungen bitte ONLINE unter

<https://www.lzg-rlp.de/de/gesundheitsfoerderung-in-schulen-fortbildungsangebote.html>

Ansprechpartnerin in der LZG

Monika Kislik, Telefon 06131 2069-22, E-Mail mkislik@lzg-rlp.de

Telefonfortbildungen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)

Die BGM-Telefonfortbildungen bieten auf unkomplizierte Weise Information und Unterstützung bei der praktischen Umsetzung des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. So werden neben dem fachlichen Input Fragen der Teilnehmenden beantwortet und es können Kontakte zu Experten im Land geknüpft werden. Sie können sich kurz und konzentriert über ein Thema zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement informieren – ohne lange Fahrwege. Die Teilnahme erfolgt unkompliziert am Telefon, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Das nächste Thema ist:

Mittwoch, 26. Februar 2020, 11:00 bis 12:00 Uhr

„Was umfasst ein ganzheitliches Betriebliches Gesundheitsmanagement – ein Überblick“
Michaela Münch, Geschäftsbereichsleitung Betriebliches Gesundheitsmanagement/
Arbeitssicherheit, Marienhaus Kliniken, Neuwied

Weitere Informationen finden Sie unter

<https://www.lzg-rlp.de/de/telefon-fortbildungen.html>

Ansprechpartnerin in der LZG

Hedda Werner, Telefon 06131 2069-51, E-Mail hwerner@lzg-rlp.de

Kita-Programm „Schatzsuche“

Im Frühjahr 2020 startet eine neue Weiterbildungsreihe in Landau

Im Rahmen des Programms „Schatzsuche“ wird das seelische Wohlbefinden von Kindern im Alter von null bis sechs Jahren in Kindertageseinrichtungen gefördert. Auf Grundlage der Resilienzförderung sollen die Potenziale der Kinder, etwa besondere Fähigkeiten, Eigenschaften und Talente, identifiziert und gestärkt werden.

Ziel ist es, die Erwachsenen – sowohl Eltern als auch pädagogische Fachkräfte – für die Bedürfnisse der Kinder zu sensibilisieren und diese auf den Alltag mit seinen Höhen und Tiefen vorzubereiten. Die pädagogischen Fachkräfte werden zu „Schatzsuche“-Referentinnen und -Referenten qualifiziert und führen das Eltern-Programm „Schatzsuche“ in ihrer Kita durch. Gemeinsam mit den Eltern begeben sie sich auf eine Reise, um elterliche Erziehungskompetenzen zu stärken und die Freude an der Erziehung ihrer Kinder zu wecken. Ein Medienpaket in Form einer Schatzkiste mit liebevoll gestalteten und praxistauglichen Materialien weckt Neugier auf sechs unterschiedliche Themenmodule.

Weiterbildungstermine für die Region Landau im Frühjahr 2020

Module 1 + 2 „Die Schatzsuche beginnt“

„Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz“

Termine 07.04.2020, 9:30-16:30 Uhr und 08.04.2020, 9.30-16.00 Uhr

Modul 3 + 4 „Kommunikation und Kooperation mit Eltern“

„Umgang mit Vielfalt“

Termine 28.04.2020, 9:30-16:30 Uhr und 29.04.2020, 9.30-10.30 Uhr

Modul 5 + 6 „Das Eltern-Programm Schatzsuche I“

„Das Eltern-Programm Schatzsuche II“

Termine 12.05.2020, 9.30-16.30 Uhr und 13.05.2020, 9.00-16 Uhr

Veranstaltungsort: Pfalzklitorium Klingenmünster

Das Programm wird für rheinland-pfälzische Kindertageseinrichtungen seit Herbst 2017 von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. und der Techniker Krankenkasse angeboten.

Weitere Informationen zum Eltern-Programm Schatzsuche finden Sie unter

<https://www.lzg-rlp.de/de/angebote-fuer-kindertagesstaetten.html>

Anmeldungen bitte ONLINE unter

<https://www.schatzsuche-kita.de/bundeslaender/rheinland-pfalz/>

Ansprechpartnerinnen in der LZG

Jessica Schnichels, Telefon 06131 2069-47, E-Mail jschnichels@lzg-rlp.de

Hedda Werner, Telefon 06131 2069-51, E-Mail hwerner@lzg-rlp.de

MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln



Fortbildungsangebote 2020

Lehrkräfte, die die Psyche ihrer Schülerinnen und Schüler wie auch die eigene psychische Gesundheit stärken wollen, können auf das Programm MindMatters („die Seele ist wichtig“) zurückgreifen. MindMatters ist ein Programm der Leuphana Universität Lüneburg und der BAR-MER. Für die Umsetzung in Rheinland-Pfalz arbeiten die Lüneburger Universität und die BAR-MER mit dem Bildungsministerium Rheinland-Pfalz, dem Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz, dem Pädagogischen Landesinstitut Rheinland-Pfalz, der Unfallkasse Rheinland-Pfalz und der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) zusammen.

MindMatters bietet Lehrkräften Informationen, Unterrichtsmaterialien und Fortbildungen zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule.

Modul „SchoolMatters“ für Schulleitungen und Mitglieder der erweiterten Schulleitung am 03. März 2020 in Trier

Das Schulentwicklungsmodul „SchoolMatters“ ist als Basismodul für Schulen zu verstehen und unterstützt die Entwicklung eines Rahmens zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule.

Modul „Fit für Ausbildung und Beruf“

am 29. April 2020 in der Unfallkasse, Andernach

MindMatters in den Klassenstufen 7 bis 13: Ein Unterrichtsmodul zur Förderung des Wohlbefindens am Übergang von der Schule in Ausbildung und Beruf.

Modul „Rückgrat für die Seele“

am 29. April 2020 im PL Speyer

MindMatters in der Orientierungs- und Mittelstufe: Ein Unterrichtsmodul zum Umgang mit Tod und Trauer in der Schule.

Modul „Freunde finden, behalten und dazu gehören“

am 29. April 2020 im PL Bad Kreuznach

MindMatters in der Orientierungsstufe: Ein Unterrichtsmodul zur Stärkung der freundschaftlichen Beziehungen der Schülerinnen und Schüler untereinander.

Weitere Informationen und Anmeldung zu MindMatters unter

<https://evewa.bildung-rp.de/veranstaltungskatalog>

Prävention der Glücksspielsucht – ein YouTube-Clip

Das vielfältige und kaum regulierte Angebot von (Online)Glücksspielen wie beispielsweise Sportwetten ist gerade für junge Menschen attraktiv. Geworben wird mit dem guten Ruf von ehemaligen Spitzenfußballern und Weltmeistern wie Oliver Kahn oder Lukas Podolski. Bei vielen Angeboten im Internet reicht es, das eigene Alter mit einem Häkchen zu bestätigen. Auf diesem Weg erhalten dann auch unter 18-Jährige Zugang zu Glücksspielen. Gerade junge Menschen vergessen allerdings, dass es bei keiner Art von Glücksspiel eine Garantie auf Gewinn gibt und der Zufall sich nicht vorhersehen lässt.

Die Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ des Referats Suchtprävention der LZG möchte die Menschen in Rheinland-Pfalz dabei unterstützen, eine eigenständige, kompetente und gesundheitsbewusste Entscheidung zum Glücksspiel zu treffen. In einem YouTube-Clip können sich Interessierte zur speziellen Dynamik einer Glücksspielabhängigkeit informieren und erhalten z.B. auch auf die Frage, wie Glücksspielsucht in einer Unterhaltung mit Betroffenen angesprochen werden kann, einen Vorschlag.

Weitere Informationen zur Suchtberatung der Regionalen Fachstellen Glücksspielsucht, dem Formular zur Spielersperre, erhalten Interessierte unter <https://lzg-rlp.de/de/praevention-der-gluecksspielsucht.html>

Das Video finden Sie unter

https://www.youtube.com/channel/UCG0ynBCLB9qhK_M_J1qUV4Lw

Bei Fragen zur Suchtprävention im Allgemeinen steht Ihnen jederzeit gerne das Team des Referats Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in RLP e.V. zur Verfügung und freut sich auf Ihre Anfrage.

Ansprechpartnerin in der LZG

Caroline Theis, Telefon 06131 2069-44, E-Mail ctheis@lzg-rlp.de

Jugend will sich erleben – Kreativwettbewerb: Thema Sucht

Sucht bzw. Abhängigkeit „bezeichnet das unbezwingbare Verlangen nach bestimmten Substanzen oder Verhaltensweisen, die mit erwünschten Erlebniszuständen einhergehen.“ Es gibt stoffgebundene (Alkohol, Nikotin, Medikamente, ...) und stoffungebundene (Glücksspiel, Kaufen, Videospiele, ...) Süchte. Verschiedene Süchte und Abhängigkeiten gelten als Krankheit.

In jedem Jahr schreibt „Jugend will sich-er-leben“ (JWSL) einen Kreativwettbewerb für Berufsschulklassen aus. Für das Schuljahr 2019/20 lautet das Thema "Frei sein – Leben ohne Sucht". Noch **bis zum 29. Februar 2020** können sich Berufsschulklassen mit ihrem Beitrag am JWSL-Kreativwettbewerb beteiligen.

Weitere Informationen unter <https://www.jwsl.de/kreativwettbewerb/>

Netzwerk Schulen für Gesundheit

Beraterinnen/Berater für Prävention und Gesundheitsförderung in der Schule

Wenn Sie Unterstützung zu Themen der Gesundheitsförderung und Prävention an Ihrer Schule, in Ihrer Region/Ihrem Bezirk wünschen, wenden Sie sich bitte an die Beraterinnen und Berater für Prävention und Gesundheitsförderung am Pädagogischen Landesinstitut.

Sie finden die Aufgaben und Ansprechpersonen für die Beratergruppe unter <http://gesundheitsfoerderung.bildung-rp.de/netzwerk-schulen-fuer-gesundheit.html>

Medien und Materialien

Umgang mit Krisensituationen an Schulen – aktualisierte und überarbeitete Handreichung für Schulen

Die „Handreichung für den Umgang mit Krisensituationen an Schulen“ liegt in aktualisierter Auflage vor. Sie bietet Schulen Hinweise zur Prävention und Intervention von Krisen aus psychologischer, organisatorischer und rechtlicher Sicht. Die Handreichung ist das Ergebnis einer Arbeitsgruppe von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Polizei, der Unfallkasse, der Aufsichts- und Dienstleistungsdirektion, des Instituts für Lehrgesundheit, des Pädagogischen Landesinstituts und des Ministeriums für Bildung.

Weitere Informationen sowie Download der Broschüre unter

<https://schulpsychologie.bildung-rp.de/krisenpraevention-und-intervention/handreichung.html>

Gewaltprävention in Rheinland-Pfalz

In Rheinland-Pfalz wurde das Projekt „Koordination Prävention gegen Gewalt“ ins Leben gerufen, in deren Steuerungsgruppe alle Ministerien und die Staatskanzlei vertreten sind. Ziel ist eine wirksame Gewaltprävention, das heißt, Maßnahmen zu planen und umzusetzen, die Risikofaktoren für Gewaltverhalten dauerhaft reduzieren und Schutzfaktoren fördern. Diese Schutzfaktoren sollen die (jungen) Menschen stärken. In Rheinland-Pfalz bestehen viele Präventionsangebote zur Verhinderung von Gewalt. Eine besondere Zielgruppe sind dabei junge Menschen.

Es gibt eine neue Internetseite zum Thema Gewaltprävention in Rheinland-Pfalz. Auf diesen Seiten werden Projekte und Maßnahmen zur Vorbeugung von Gewalt genannt. Hier kann nach Themen, Zielgruppen und Angebotsformen gefiltert werden.

Weitere Informationen unter <https://gewaltpraevention.rlp.de/de/zum-projekt/>

Ausweitung zielgruppenspezifischer Projektförderung – Kommunales Förderprogramm des GKV-Bündnisses für Gesundheit

Kommunen (Kreise und kreisfreie Städte) können in der zielgruppenspezifischen Projektförderung ab sofort insgesamt zwei Anträge stellen, wenn ein Antrag an die Zielgruppe „Kinder und Jugendliche aus sucht- und/oder psychisch belasteten Familien“ adressiert. Kinder und Jugendliche aus sucht- und/oder psychisch belasteten Familien sind eine Hochrisikogruppe für die Entwicklung einer eigenen Abhängigkeitserkrankung bzw. einer psychischen Erkrankung. Vor diesem Hintergrund sind gesundheitsfördernde und präventive Interventionen für diese vulnerable Zielgruppe besonders notwendig. Das GKV-Bündnis für Gesundheit unterstützt mit dem Ausbau seines Förderangebots Kommunen dabei, ein besonderes Augenmerk auf diese Zielgruppe zu lenken.

Weitere Informationen unter www.gkv-buendnis.de/programmbuero-RP

Wie Eltern und Kinder besser in Bewegung kommen Neues BZgA-Medienpaket für die Kinder- und Jugendärztliche Praxis

Regelmäßige Bewegung im Kindes- und Jugendalter ist wichtig für die körperliche, geistige und seelische Entwicklung. Kinder und Jugendliche sollten daher jeden Tag körperlich aktiv sein. Damit die tägliche Dosis Bewegung zur Routine wird, können Eltern ihre Kinder unterstützen, indem sie mit ihnen gemeinsam Bewegungs- und Sportangebote wahrnehmen.

Unter dem Motto „Zeit für Bewegung“ haben die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und der Berufsverband der Kinder und Jugendärzte e. V. (BVKJ) ein Medienpaket zum Thema körperliche Aktivität von Kindern und Eltern entwickelt. Die Materialien unterstützen Kinder- und Jugendärztinnen und -ärzte darin, Eltern auf die Bedeutung von Bewegung für die gesundheitliche Entwicklung ihrer Kinder aufmerksam zu machen und sie so zu mehr körperlicher Aktivität im Alltag zu motivieren.

Weiterführende Informationen der BZgA zum Thema Bewegung, zu weiteren Themen wie Ernährung, Entspannung und Medienkonsum sowie allgemein zur Kinder- und Jugendgesundheit stehen unter www.kindergesundheit-info.de oder www.uebergewicht-vorbeugen.de

Der BVKJ informiert unter www.kinderaerzte-im-netz.de

Bestellung der kostenlosen BZgA-Materialien unter:

<https://www.bzga.de/infomaterialien/ernaehrung-bewegung-stressregulation/3353/>

Seelisch gesund aufwachsen Neue DVD und ergänzende Merkblätter stärken Elternkompetenz

Für die Entwicklung eines Kindes ist neben der körperlichen und geistigen Gesundheit auch die seelische Gesundheit von entscheidender Bedeutung. Eltern und Familien können hier von Anfang an zur Förderung beitragen.

Damit die Unterstützung durch Fachkräfte bei dieser Aufgabe gelingt, hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf einer DVD Filmmaterial zum Thema „Seelisch gesund aufwachsen“ in sechs Sprachen veröffentlicht. Die Filme werden ergänzt um Merkblätter mit Informationen zu seelischer Gesundheit, die Eltern bei den Früherkennungsuntersuchungen U1 bis U9 in der Kinderarztpraxis erhalten. Diese Merkblätter können auch Fachkräfte in den Frühen Hilfen bei ihrer Arbeit mit Eltern einsetzen. Für weiterführende Fragen oder Unterstützungsbedarf von Eltern verweisen die Materialien auf die Angebote der Frühen Hilfen und auf die BZgA-Internetseite www.elternsein.info

Weiterführende Informationen zum Thema:

www.fruehehilfen.de

www.elternsein.info

www.kindergesundheit-info.de – Informationen rund um die gesunde Entwicklung von jungen Kindern

www.seelisch-gesund-aufwachsen.de

Bestellung der kostenlosen BZgA-Materialien unter www.bzga.de/infomaterialien