

POWER BREAK

Die Ernährungsschule

Neues von Powerbreak

Unser neues Projekt „Wir machen Schule“ ist gestartet! Die ersten beiden Schulen sind die IGS – West in Frankfurt Zeilsheim und die Hostatoschule in Frankfurt Höchst.

„Wir machen Schule“ ist ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen, insbesondere für sozial benachteiligte Jugendliche mit Migrationshintergrund. Es wird an allgemeinbildenden Schulen in den 5. – 10. Jahrgangsstufen durchgeführt.

„Wir machen Schule“ basiert auf den bisherigen Erfahrungen von Powerbreak e.V. im Bereich der Peer Group Education.

„Wir machen Schule“ wird durch die BHF Bank-Stiftung finanziert und in Zusammenarbeit mit dem Schuldezernat Frankfurt am Main unterstützt.

Das Projekt kombiniert die Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung. Dies trägt dazu bei, einen gesunden Schulalltag und Lebensstil zu schaffen. Das Projekt orientiert sich hier am Prinzip der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Ein Mentorenteam aus Schülern wird von Powerbreak geschult, die Mentoren treffen sich fort an als AG in regelmäßigen Abständen. Die Mentoren lernen die eigene Schule besser kennen, nehmen diese selbst unter die Lupe und decken Defizite und Mängel in den benannten Bereichen auf, die sie selbst verbessern und verändern (Partizipation). Kommen neue Schüler an die Schule, werden sie von dem Mentorenteam empfangen und erhalten einen Schulrundgang, der es den Neulingen ermöglicht die Schule unter dem Aspekt der Gesundheitsförderung kennen zu lernen.

Das Lernumfeld wird so nachhaltig optimiert, entsprechend den Wünschen der Schüler. So können Schwachstellen im Schulalltag aufgedeckt werden. Die Schüler bestimmen selbst, was verändert und nachhaltig verbessert werden soll.

Durch dieses einfache, effektive, nachhaltige und übertragbare Projekt wird aktive und praktische Gesundheitsförderung im Alltag der Kinder und Jugendlichen betrieben. Mentoren, als auch die Teilnehmer, können so ihre eigenen Ressourcen entdecken und erhalten Alltagskompetenzen, die ihnen zu einem gesünderen Lebensstil verhelfen.

Insgesamt stellt es eine Initiative zur Verbesserung der Schumatmosphäre dar. Das Projekt wird von der Hochschule Fulda wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Geplant ist ein Forschungsprojekt mit der wissenschaftlichen Leitung durch Herrn Prof. Dr. habil. Christoph Klotter der Hochschule Fulda.

Nationaler Aktionsplan „In Form“

Herausgegeben wurde „In Form“ im Juni 2008 vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) und dem Bundesministerium für Gesundheit.

„In Form“ ist ein nationaler Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten.

Ziel ist es, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern. Dadurch soll erreicht werden, dass Erwachsene gesünder leben, Kinder gesünder aufwachsen und von einer höheren Lebensqualität und einer gesteigerten Leistungsfähigkeit in Bildung, Beruf und Privatleben profitieren (BMELV, Bundesministerium für Gesundheit).

Der nationale Aktionsplan des Bundes „In Form“ erklärt die Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen, im Zuge der neusten Erkenntnisse von KIGGS, zur nationalen und gesamtgesellschaftlichen Aufgabe. Kurz gefasst besteht die Aufgabe darin auf den Ebenen Bund, Länder und Kommunen Verfahren, Methoden und Instrumente zu entwickeln, um ein höheres Gesundheitsniveau für alle Schichten der Bevölkerung zu schaffen. Bis 2020 sollen erste sichtbare und nachhaltige Erfolge erreicht werden.

Kritik am nationalen Aktionsplan lässt sich vor allem im Hinblick auf die Zielgruppe der sozial benachteiligten Kinder und Jugendlichen mit Migrationshintergrund üben. Es fehlt hier an konkreten Lösungsansätzen und Zielgruppen gerichteten Strategien. Diesem Defizit nimmt sich Powerbreak e.V. seit einigen Jahren erfolgreich an.

Unsere Zielgruppe – Zahlen und Fakten

- In der BRD leben rund 15,3 Mio. Ausländer und Deutsche mit Migrationshintergrund.
- 28,6% der Kinder und Jugendlichen im Alter von 0-18 Jahren weisen einen Migrationshintergrund auf, dies sind 1,34 Mio.
- Sozial benachteiligte weisen oft einen sehr schlechten Ernährungszustand auf.
- Gesundheitsfördernde Interventionsmaßnahmen orientieren sich fast ausschließlich auf die Mittelschicht der Bevölkerung.
- Bisher gab es kaum eine Beachtung der schwer erreichbaren Zielgruppen.
- Powerbreak e.V. publizierte erste Ergebnisse im Bereich „Zugangswege schaffen für schwer erreichbare Zielgruppen“. Informationen und Anfragen unter info@powerbreak.de

Stellungnahme zu den Ergebnissen des Kinder- und Jugendgesundheits-surveys (KIGGS)

KIGGS hat maßgeblich zur Verbesserung der Datenlage zur Ernährungssituation von Kindern und Jugendlichen beigetragen. Speziell wurde auch die Ernährungssituation von sozial benachteiligten Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund betrachtet. Dies gelang erstmals durch ein migrationspezifisches Vorgehen.

Die aufschlussreichen Ergebnisse sind wichtige Informationen für die Forschung auf diesem Gebiet und werden auch im Zuge unserer Projektarbeit berücksichtigt.

Die KIGGS – Ergebnisse untermauern unsere Arbeit indem sie belegen, dass insbesondere sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund von der Mehrheit der gesundheitsfördernden Angebote nicht erreicht werden und eine schlechtere Ernährungssituation aufweisen. Auch die Adipositasprävalenz ist hier deutlich höher als in der Mittelschicht.

Mitgliedschaft

Mitglieder von POWERBREAK e.V. werden regelmäßig über Neuigkeiten im Bereich Ernährung informiert und nehmen an einem permanenten Wissenstransfer teil. Mitglieder bei Powerbreak werden auf Wunsch gerne auch aktiv in die Geschehnisse von Powerbreak einbezogen.

Es würde uns freuen, wenn wir Sie mit unseren Inhalten und unserem Anliegen ansprechen und Sie von der gesamtgesellschaftlichen Aufgabe, für eine ausgewogene, nachhaltige und gesunde Ernährung bei Kindern und Jugendlichen einzutreten, überzeugen können. Gerade sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche sind auf unsere Arbeit angewiesen, um ihre Zukunft durch einen gesünderen Lebensstil positiv beeinflussen zu können.

Deshalb werden Sie Fördermitglied bei Powerbreak e.V. Der monatliche Mitgliedsbeitrag beträgt für Privatpersonen 5 € und für Unternehmen 10 €.

Oder spenden Sie!

Themen der nächsten Ausgabe

- Neues von „Wir machen Schule“
- Ergebnisse „Zugangswege schaffen für schwer erreichbare Zielgruppen“
- Vorstellung einer Bachelorarbeit für Powerbreak e.V.
- News

Powerbreak e.V.

Holzhausenstrasse 22
60322 Frankfurt am Main
Tel.: 069 / 63 1460 - 13
Fax: 069 / 63 14 60 - 21
Email: info@powerbreak.de
www.powerbreak.de

Spendenkonto:

Frankfurter Sparkasse
BLZ 500 502 01
Kto.-Nr.: 200236032