



UNIVERSITÄT PADERBORN
Die Universität der Informationsgesellschaft



PAPI-Newsletter 01

05. Februar 2008

Projektleiter:

Prof. Dr. W.-D. Brettschneider
Prof. Dr. H. Heseke

Warburger Str. 100
33098 Paderborn

Sehr geehrte Damen und Herren,

das Projekt "Paderborner Adipositas Prävention und Intervention (PAPI)" ist nun etwas mehr als ein Jahr alt. Es ist daher an der Zeit, das bisher Geschehene in Form dieses ersten Newsletters Revue passieren zu lassen, und einen Ausblick auf die kommenden Vorhaben zu geben.

Ziel von PAPI ist es, unter dem Motto "Besser essen. Mehr bewegen." im Sinne der Prävention von Übergewicht und Adipositas nachhaltig strukturelle Veränderungen zu bewirken. Dazu arbeiten MitarbeiterInnen aus den Bereichen der Ernährungs- und Sportwissenschaft der Universität Paderborn eng miteinander zusammen.

Es bewegt sich derzeit sehr viel in PAPI, allerdings werden die Maßnahmen zum Teil in Modelleinrichtungen durchgeführt, so dass viele Interventionen nur eine begrenzte Bekanntheit erlangt haben. Zudem laufen die Maßnahmen mit unterschiedlichen Zielgruppen ohne umfangreich kommuniziert zu werden. Es bewegt sich also viel mehr als sichtbar ist. Dieser erste Newsletter hat also die Aufgabe, hier Abhilfe zu schaffen.

Die Arbeit in PAPI ist aufgeteilt in verschiedene Module, die sich an den wesentlichen Lebensabschnitten Heranwachsender bis zum Ende des Grundschulalters orientieren. Mit Interventionen wird bereits im Bereich der Schwangerenberatung begonnen, diese setzen sich über das Kleinkind- und Vorschulalter bis hin zum Grundschulkind fort.

Hinzu kommt die Arbeit in den Querschnittsmodulen "Elternarbeit", "Gruppen mit sozialer Benachteiligung" sowie die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Der Newsletter ist entsprechend dieser Modulstruktur aufgebaut, so dass Sie möglichst schnell die für Sie wichtigen Informationen bekommen können. Wir möchten Sie auch weiterhin auf diesem Wege über den Projektfortschritt informieren und bedanken uns für Ihr Interesse.

Schwangerschaft / Neue Eltern

Da die Schwangerschaft und die ersten Lebensjahre des Kindes sensible und unter Umständen entscheidende Phasen zur Veränderungen des Lebensstils einer Familie sind, wurde eine Checkliste erstellt. Mittels dieser werden die neuen Eltern flächendeckend von ÄrztInnen und Hebammen schon mit Feststellung der Schwangerschaft und erneut mit der Geburt ihres Kindes auf die Relevanz ihres eigenen Lebensstils für das gesunde, unbeschwerte Aufwachsen ihres Kindes hingewiesen. Die Checklisten sind auf die Rückseiten der Mutterpässe und der Kinder-Untersuchungshefte aufgebracht und werden seit Oktober 2007 durch die gynäkologischen Praxen bzw. die Geburtskliniken des Kreises Paderborn an Schwangere und neue Eltern ausgegeben und zur Lebensstilberatung genutzt.

Im Jahr 2008 erfolgen die Evaluation der Maßnahme und eine weitere Verbreitung der Materialien.

In Ergänzung zu den oben beschriebenen Materialien zur Lebensstilberatung in der Schwangerschaft soll im Rahmen des PAPI-Projektes ein Präventionskurs

Bei Rückfragen stehen Ihnen

Frau Doreen Reymann:
Telefon 05251/ 60 53 07

gern persönlich als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

unterstützt durch:



Das dieser Veröffentlichung zugrunde liegende Projekt wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert.

für Schwangere konzipiert werden. Empfehlungen des Ratgebers sollen hier in die Praxis umgesetzt werden.

Der Kurs „Aktiv und Gesund durch die Schwangerschaft“ soll Schwangeren im zweiten Trimenon durch eine Kombination eines aktiven Bewegungsangebotes mit gezielter Ernährungsschulung die Verankerung eines gesunden Lebensstils für sich, ihr Kind und ihr Umfeld ermöglichen.

So werden neben der Wissensvermittlung in den Schwerpunkten Ernährung und Bewegung besonders die Praxis dieser Themenfelder Inhalte des Präventionsprogramms sein. Die Eltern werden die Bedeutung und den Zusammenhang von Essen und körperlicher Aktivität für die gesunde Entwicklung sowohl des Kindes als auch für sich und ihr Umfeld kennen lernen. Durch eine gesunde Lebensweise während der Schwangerschaft soll den Eltern und dem Kind der Einstieg in ein "gesundes und bewegtes Leben" erleichtert werden.

Ziel des Programms ist es, peripartale und perinatale Komplikationen durch angemessene Ernährung und Bewegung zu vermindern. Im April 2008 soll der erste Kurs starten.

Vorschulalter

In einer ersten Modellphase mit sieben Kindertageseinrichtungen in Stadt und Kreis Paderborn (Kontakt siehe unten) werden verschiedene Teilmaßnahmen erprobt. Zunächst wurde ein Steuerungsgespräch mit dem gesamten KiTa-Team zur Sensibilisierung im Hinblick auf Ernährung und Bewegung und zur Festlegung der individuellen Ziele der jeweiligen Einrichtung durchgeführt. Fortbildungen zu den Themenschwerpunkten "Ernährung" und "Bewegung" wurden angeboten.

Durch eine Raumanalyse konnten mögliche räumliche Veränderungsmöglichkeiten aufgezeigt werden, die eine vermehrte Bewegung der Kinder zulassen.

Arbeitsgruppen für die Bereiche "Ernährung", "Bewegung" und "Elternarbeit" wurden gebildet, um den aktuellen Stand in der Einrichtung analysieren und darauf aufbauend auch hier Veränderungsmöglichkeiten entwickeln zu können. Durch Kooperationen mit Sportvereinen soll zum einen ein zusätzliches Bewegungsangebot in den Einrichtungen geschaffen werden, auf der anderen Seite wird versucht, den Kindern und ihren Eltern Möglichkeiten zur Teilnahme am Vereinssport aufzuzeigen.

Das Gesamtkonzept soll nach Abschluss der Modellphase allen Kindertageseinrichtungen in Paderborn zugänglich gemacht werden, so dass einzelne oder auch mehrere Teilmaßnahmen individuell umgesetzt werden können.

Die Modelleinrichtungen:

Kindergarten „St. Helena“, Altenbeken
KiTa „Unter dem Regenbogen“, Paderborn
KiTa Delbrück-Mitte
Kindergarten „Tao“, Lichtenau-Henglar
KiTa „Spatzennest“, Borcheln
KiTa „Regenbogen“, Salzkotten
Kinderzentrum Riemekepark, Paderborn

Unabhängig von der Arbeit mit den Modelleinrichtungen wurde im Laufe des Jahres 2007 ein Schulungsprogramm von sieben weiteren KiTas nach dem Konzept „Lebenslust-Leibeslust“ abgeschlossen. Dieses Konzept wird in Schleswig Holstein bereits erfolgreich zur Prävention von Essstörungen eingesetzt. Die KiTas befinden sich im Stadtteil Kaukenberg/Lieth und sind nun Mitglieder im Opus-Netzwerk Paderborn.



Projektleiter:

Prof. Dr. W.-D. Brettschneider
Prof. Dr. H. Hesecker

Warburger Str. 100
33098 Paderborn

Bei Rückfragen steht Ihnen

Frau Doreen Reymann:
Telefon 05251/ 60 53 07

gern persönlich als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

ein Projekt der:



unterstützt durch:



Das dieser Veröffentlichung zugrunde liegende Projekt wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert.

Grundschule

Adipositasprävention in Grundschulen umfasst ein weites Spektrum an Handlungsfeldern. Dazu zählen: Sport und Alltagsbewegung in unterrichtlichen und außerunterrichtlichen Zusammenhängen, Pausengestaltung, Esskultur in der Grundschule in Zusammenarbeit mit Eltern bzw. den Trägern offener Ganztagschulen sowie die grundsätzliche Einstellung der in den Schulen tätigen Pädagoginnen und Pädagogen zu den Themen Essen, Trinken, Sport und Bewegung. Die Zielsetzung aller möglichen Maßnahmen ist einheitlich: Im Laufe der Grundschulzeit soll ein gesundheitsförderlicher Lebensstils gefördert, gefestigt und letztlich in den Alltag der Kinder integriert werden. Dieser Verantwortung gerecht zu werden ist eine lohnende Herausforderung. Die Entwicklung eines PAPI-Qualitätsleitbildes zur Adipositasprävention in Grundschulen bietet die Basis für die intensive Zusammenarbeit mit 6 Modellschulen in Stadt und Kreis Paderborn im Schuljahr 2007/2008. Nach dem Beginn der Begleitung und Betreuung der Schulen im Herbst 2007 geht es im ersten Quartal 2008 in die ‚heiße Phase‘ der Umsetzung von ‚Beispielen guter Praxis‘. Der Ausblick auf das Schuljahr 2008/2009 für alle anderen Grundschulen in Stadt und Kreis ist verheißungsvoll: Das Qualitätsleitbild sowie eine detaillierte Prozessdokumentation aller Projekte (ca. 18) stehen dann für alle Schulen zur Verfügung.

Die PAPI-Modellschulen:
Grundschule Nordborchen
Grundschule Altenbeken
Grundschule Delbrück
Grundschule Kaukenberg
Marienschule
Elisabethschule

Mappe „Bewegungsspiele für zwischendurch“

Die Inhalte für die Mappe werden seit April 2007 gesammelt und zusammengestellt.

Vom 11.06. – 15.06. fand eine erste Durchführung der Übungen aus der Mappe im Rahmen der Projektwoche der GS Sande statt. Die Kinder und LehrerInnen waren sehr begeistert und wünschten sich eine Wiederholung. Im Januar 2008 wird die Mappe von Lehrerinnen und Lehrern im Praxisalltag getestet. Daraufhin erfolgt gegebenenfalls eine Überarbeitung. Im Frühjahr soll die Mappe durch Fortbildungen den Grundschullehrerinnen und Lehrern in Stadt und Kreis Paderborn bekannt gemacht werden.

Hasen Hip Hop

In einem Studienprojekt wird zu einer mitreißenden Musik eine Choreographie für Grundschüler erstellt. Der „Hasen Hip Hop“ soll im Frühjahr 2008 Schülern und Lehrern der Grundschulen vorgestellt und beigebracht werden. Ziel ist es, die Kinder (und Erwachsenen) der Grundschulen von dem Tanz zu begeistern, so dass der „Hasen Hip Hop“ ein wichtiger und regelmäßiger Bestandteil des Schulalltags wird und Bewegung und Schwung in die Pausen bringt.

Elternarbeit In Kindertagesstätten

Nach erfolgreicher Schulung der Erzieherinnen aus den Modelleinrichtungen in den Bereichen „Ernährung“ und „Bewegung“ werden im ersten Halbjahr 2008 Fortbildungen zu den Themen „Kommunikation“, „Vernetzung und Sponsoring“ und „Ernährung & häusliche Bewegungsräume nutzen“ durchgeführt. Ziel ist es, die ErzieherInnen als Multiplikatoren für die Weitergabe der Inhalte an die Eltern zu schulen. Darüber hinaus finden Aktionen wie z. B. der „PAPI-Gesundheitsführerschein“ (Kombination aus dem aid-Ernährungsführerschein,



Projektleiter:

Prof. Dr. W.-D. Brettschneider
Prof. Dr. H. Heseke

Warburger Str. 100
33098 Paderborn

Bei Rückfragen steht Ihnen

Frau Doreen Reymann:
Telefon 05251/ 60 53 07

gern persönlich als Ansprechpartnerin
zur Verfügung.

ein Projekt der:



unterstützt durch:



Das dieser Veröffentlichung zugrunde liegende Projekt wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert.

welcher um interkulturelle Aspekte modifiziert wird und Bewegungsaspekten) statt.

Bei allen Maßnahmen werden die individuellen Bedürfnisse und Interessen der jeweiligen Einrichtung mit einbezogen.

In Grundschulen

In jeder PAPI-Modell-Grundschule gibt es drei Projektbereiche: Ernährung, Bewegung und ein übergreifendes Thema (z.B. Selbstverständnis der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Zusammenarbeit mit Eltern, ...). Die Projekte sind im Sommer 2008 voraussichtlich abgeschlossen und sollen dann im Rahmen einer kollegialen Weiterbildung anderen Grundschulen zugänglich gemacht werden.

Die Zusammenarbeit mit Eltern ist zudem in verschiedenen Projekten integriert, z. B. in „Schulfrühstück – erste Klasse!“, „Walking Bus“, „Bewusstsein der Eltern für gesunde Ernährung fördern“ oder einem Projekttag zum Thema „Besser essen – mehr bewegen“.

Gruppen mit sozialer Benachteiligung

Die Berücksichtigung sozial Benachteiligter ist immer auch Bestandteil der Arbeit in den einzelnen Modulen, z. B. durch

- Einbeziehung unterschiedlicher kultureller Nahrungsmittel und Essgewohnheiten sowie landestypischer Spiel- und Bewegungskultur (z. B. interkultureller Basar, Schulfrühstück, Schulung von Multiplikatoren)
- Einbeziehung von internen Botschaftern
- Übersetzung von Elternbriefen, Informationsmaterialien und Elternabenden
- Bereitstellung von Informationsmaterialien in verschiedenen Sprachen
- Schulung von Multiplikatoren im Bereich Kommunikation und Ansprache (je nach Bedarf auch mit Schwerpunkt auf Gesprächsführung mit Eltern aus unterschiedlichen Kulturen, Bildungsebenen und sozialen Hintergründen).

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Der neue PAPI-Flyer ist da! Er wurde aktualisiert und an das Layout der Internetsite www.papi-paderborn.de angepasst. Er kann unter

<http://www.papi-paderborn.de/presse.htm>

heruntergeladen werden.

Impressum

Paderborner Adipositas Prävention und Intervention (PAPI)

Projektleitung:

Prof. Dr. Wolf-Dietrich Brettschneider (Arbeitsbereich Sport und Erziehung)

Prof. Dr. Helmut Hesecker (Fachgruppe Ernährung und Verbraucherbildung)

Universität Paderborn

Fakultät für Naturwissenschaften

Department Sport und Gesundheit

Warburger Str. 100

33098 Paderborn



Projektleiter:

Prof. Dr. W.-D. Brettschneider
Prof. Dr. H. Hesecker

Warburger Str. 100
33098 Paderborn

Bei Rückfragen steht Ihnen

Frau Doreen Reymann:
Telefon 05251/ 60 53 07

gern persönlich als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

ein Projekt der:



unterstützt durch:



Das dieser Veröffentlichung zugrunde liegende Projekt wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert.