

Qualifizierung für Gesundheitsteams

Das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten bietet Schulen eine Qualifizierung im Bereich der Gesundheitsförderung. Die Qualifizierung richtet sich an Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler, Schulsozialarbeiter und Eltern, die gemeinsam als Team Gesundheitsförderung an ihrer Schule etablieren möchten.

Die Qualifizierung besteht aus sechs Modulen à vier Unterrichtseinheiten. Die Teilnahme an der Fortbildung ist kostenlos. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten die Gesundheitsteams ein Zertifikat.

Modul I - Gesundheitsteams in der Praxis

- Teamaufbau & Teamarbeit
- Aufgaben und Selbstverständnis von Gesundheitsteams
- Schulinterne Kommunikation
- Gewinnung weiterer Teammitglieder & Kooperationspartner

Modul II - s.m.a.r.t. ans Gesundheitsziel

- Ist-Analyse & Erarbeitung schulspezifischer Ziele
- Ableitung konkreter Maßnahmen
- Interner Qualifizierungsbereich und Forum auf www.bildung.koeln.de

Modul III - Grundlagen der Bewegungsförderung

- Schule als Bewegungsraum entdecken
- Reflexion des Bewegungsverhaltens
- Entwicklung schulspezifischer Kernbotschaften

Modul IV - Grundlagen gesunder Ernährung

- Trinken im Unterricht
- Gesundes Frühstück / Mittagessen
- Entwicklung schulspezifischer Kernbotschaften

Modul V - Stressregulation im Schulalltag

- Entspannungsräume entdecken & nutzen
- Wahrnehmung & Reflexion des eigenen Körperkonzepts
- Mit Stress umgehen lernen

Modul VI - Evaluation und Nachhaltigkeit

- Public Health Action Cycle
- Maßnahmen planen, durchführen & dokumentieren
- Selbstevaluationstools & Nachhaltigkeit

Die Qualifizierung wurde entwickelt von: Amt für Weiterbildung/VHS Köln, Deutsche Sporthochschule Köln, Lernende Region - Netzwerk Köln e.V., StadtSportBund Köln e.V., SportJugend Köln, transfer e.V.

Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten

Im Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten haben sich zahlreiche Akteure zusammengeschlossen:

- Praxisprojekte & Initiativen
- Stadt Köln & Kostenträger im Gesundheitswesen
- Sportselbstverwaltung & Jugendhilfe
- Hochschule & Bildungsträger

Wir entwickeln bedarfsgerechte, kommunale Strategien zur Verbesserung der Gesundheitsförderung und Stärkung der Lebenskompetenzen von Kindern, Jugendlichen und Familien auf den Feldern:



Bewegungsförderung



Gesunde Ernährung



Stressregulation /
Seelisch-emotionale Gesundheit

Wir fördern die Transparenz über die Kölner Angebotslandschaft und entwickeln bewährte Instrumente zu nachhaltigen, flächendeckenden Angebotsstrukturen weiter.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.bildung.koeln.de/gesundheitsbuendnis

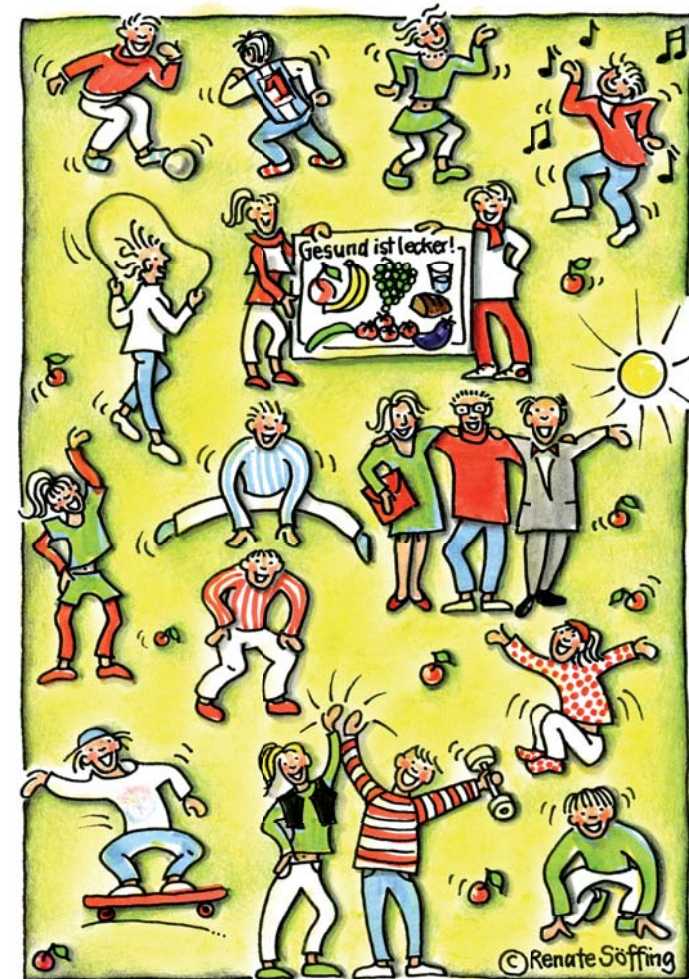
Ansprechpartnerinnen:

Dr.in Eike Quilling (Geschäftsführung)
Linda Tillmann (Wiss. Mitarbeiterin)
Lernende Region - Netzwerk Köln e.V.
E-Mail: gesundheitsbuendnis@bildung.koeln.de
Wiener Platz 2a
51065 Köln
Fon: 0221/990829-14
Fax: 0221/990829-29

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Hauptsache gesund!



Angebote
des Kölner Bündnisses
für Schulen

Gemeinsam Gesunde Schule entwickeln

Wir – das Kölner Bündnis für gesunde Lebenswelten – unterstützen und begleiten Sie auf dem Weg zu einer gesunden Schule.

In enger Zusammenarbeit mit Ihnen, der Schulaufsicht und den beteiligten Fachämtern sowie Wissenschaft und Praxis möchten wir die Schule als gesundheitsfördernden Lern- und Lebensort gestalten.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht das Ziel, gemeinsam mit Ihnen Kinder und Jugendliche zu einem ganzheitlichen, gesundheitsbewussten Verhalten zu motivieren, das ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung und seelisch-emotionale Gesundheit / Lebenskompetenz umfasst.

Kerngedanke unserer Arbeit und unserer Angebote ist die Partizipation aller wichtigen Akteure im Setting Schule.

Das heißt ganz konkret, dass Schulleitungen, Lehrkräfte, Schulsozialarbeit, Eltern und natürlich die Schülerinnen und Schüler gemeinsam Ziele definieren und an deren Umsetzung arbeiten. Alle ziehen gemeinsam an einem Strang.



Unser Leitbild

Unsere Angebote orientieren sich an den Prinzipien unseres Leitbildes:

- Niederschwelligkeit
- Vermittlung von Lebenskompetenz für selbst bestimmtes Leben
- Freiwilligkeit der Teilnahme
- Diskriminierungsfreiheit
- Gender Mainstreaming
- Berücksichtigung von Migrationsaspekten
- Innovationscharakter
- Einhaltung von Qualitätsstandards
- Nachhaltigkeit

Unser Angebot

Wir unterstützen Kölner Schulen

- bei einer Ist-Analyse zum Stand der Gesundheitsförderung an ihrer Schule
- beim Aufbau eines Gesundheitsteams
- bei der Qualifizierung des Gesundheitsteams
- bei der Planung und Umsetzung gesundheitsfördernder Maßnahmen
- bei der Organisation von Events mit Jugendeinrichtungen und Vereinen
- bei der Zusammenarbeit mit der Sozialraumkoordination im Veedel

Das Gütesiegel

Darüber hinaus begleiten wir Sie gerne auf dem Weg zum Gütesiegel „Gesunde Schule Köln“, das von der Kommunalen Gesundheitskonferenz Köln verliehen wird.



Das Gütesiegel zeichnet das besondere Engagement von Schulen in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressregulation aus.

Ansprechpartnerinnen:

Dr.in Eike Quilling (Geschäftsführung)

Linda Tillmann (Wiss. Mitarbeiterin)

Lernende Region - Netzwerk Köln e.V.

E-Mail: gesundheitsbuenndis@bildung.koeln.de

Wiener Platz 2a

51065 Köln

Fon: 0221/990829-14

Fax: 0221/990829-29