



Sehr geehrte Damen und Herren,

das sind die Themen aus Gesundheitsförderung und Prävention unseres aktuellen Newsletters:

- „Leben mit dem Vergessen“ – DVD zum Thema Familienkrankheit Demenz
- Mach dir nix vor! Neue Kampagne zur Prävention des Alkoholkonsums
- Zweiter Pflegekongress erwartet 1.400 Fachkräfte am 20. November in Mainz
- Fachstelle Glückspielsucht: Fachtag am 28. Oktober in Mainz
- Fachtag Kindergesundheit in der Sozialen Stadt am 10. November in Trier
- GESUND LEBEN LERNEN: Fachveranstaltung am 19. November in Mainz
- Nichtraucherwettbewerb „Be Smart – Don’t Start“ für Schulklassen startet am 17. November
- Fundraising und Sponsoring für Lokale Bündnisse am 24. November
- Blickpunkt Patient – Neues Webangebot der LZG
- Regionaler Auftakt der Männergesundheitskampagne in Mainz
- Elternschule erprobt neue Wege
- Fachtag Sexualerziehung im Kindesalter fand großen Anklang
- Kinder aus suchtbelasteten Familien: Curriculum zur Fachkräfteschulung vorgestellt
- Mainzer Aktionswoche zum Welt-Alzheimerstag erreichte zahlreiche Menschen
- Klasse2000: Immer mehr Schulen aus Rheinland-Pfalz dabei
- Gesundheitstelefon im Oktober: Liebeskummer und Trennungsschmerz
- Familienservice: Schlafprobleme bei Kindern – Wenn die Nacht zum Tag wird!
- Mitglieder-News: Adipositas – Eltern sind zu sorglos
- Kompetenz im Job – Seminare und Veranstaltungen
- Neue Medien
- Termine

---

### **DVD-Dokumentation: „Leben mit dem Vergessen – die Familienkrankheit Demenz“ informiert und unterstützt Betroffene und Angehörige**

*Mehr als eine Million Menschen leiden in Deutschland an einer Demenz. Rund 70 Prozent von ihnen werden zu Hause von ihren Angehörigen betreut und versorgt. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen Rheinland-Pfalz und die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) entwickelten die DVD „Leben mit dem Vergessen – die Familienkrankheit Demenz“ und bieten betroffenen Familien und Interessierten konkrete Unterstützung an.*

Das Leben mit dem Vergessen beginnt oft schleichend, langsam, bis sich die Zeichen mehren und eine ärztliche Diagnose gestellt werden kann – Demenz.

Mehr als eine Million Menschen leiden in Deutschland an einer Demenz. Rund 70 Prozent von ihnen werden zu Hause von ihren Angehörigen betreut und versorgt. Demenz: Eine Krankheit, die in ihrem fortschreitenden Verlauf den Menschen in seiner gesamten Persönlichkeit und auch seine Familie ergreift. Insbesondere pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz haben ein großes Bedürfnis an Beratung und Hilfsangeboten. Zugleich ist Demenz noch immer ein Tabuthema. Familien von Betroffenen schämen sich zuzugeben, dass ihre Angehörigen an der Krankheit leiden. Hilfe- und Entlastungsmöglichkeiten werden deshalb oft nicht genutzt.

Die DVD „Leben mit dem Vergessen – die Familienkrankheit Demenz“ bietet hier konkrete Unterstützung an. Die Dokumentation stellt am Beispiel von drei Familien unterschiedliche Stadien der Krankheit vor. Sie zeigt praxisnahe und Mut machende Möglichkeiten auf, wie der pflegerische Alltag besser zu bewältigen ist und ermöglicht einen realitätsbezogenen und umfassenden Einblick in das Leben mit Demenz. Sie stellt Symptome und Diagnosemöglichkeiten der Krankheit vor und trägt dazu bei, Tabus im Umgang mit der Krankheit abzubauen.

Die DVD- Dokumentation ist in Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen des Landes Rheinland-Pfalz und der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz entstanden und ergänzt das bestehende Unterstützungsangebot auf Bundes- wie auf Länderebene. Ziel ist es auch, in allen Generationen mehr Verständnis für an Demenz Erkrankte zu schaffen und die Solidarität mit ihren Angehörigen zu stärken. Dabei ist die Unterstützung der Medien unerlässlich.

„Leben mit dem Vergessen“ richtet sich sowohl an betroffene Familien als auch an interessierte Bürgerinnen und Bürger und ist über die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz zum Preis von 12,50 € zu bestellen.

Eine Kurzfassung der Dokumentation finden Sie unter dem Link [http://www.filmplattform.de/Praesentation/Demenz\\_Kurzfassung\\_mpeg1.zip](http://www.filmplattform.de/Praesentation/Demenz_Kurzfassung_mpeg1.zip)  
Das Booklet zur DVD „Leben mit dem Vergessen“ finden Sie unter dem Link [http://www.demenz-rlp.de/pdf/dvd\\_vergessen\\_booklet.pdf](http://www.demenz-rlp.de/pdf/dvd_vergessen_booklet.pdf) (pdf, 900 kB)

Bestelladresse:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz,  
Ingeborg Germann, Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz, Mail: igermann(at)lzg-rlp.de

---

## **Mach dir nix vor! – Neue Kampagne zur Alkoholprävention**

*Eine landesweite Kampagne zur Prävention des Alkoholkonsums startet im Oktober 2008 unter dem Motto „Mach dir nix vor“. Das Büro für Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) führt diese Kampagne im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen unter dem Schwerpunkt der „Punktnüchternheit“ durch. Ziel ist es, eine Sensibilisierung der Allgemeinbevölkerung für Alkoholverzicht in bestimmten Lebenssituationen zu fördern.*

Eine landesweite Kampagne zur Prävention des Alkoholkonsums startet im Oktober 2008 unter dem Motto „Mach dir nix vor“. Das Büro für Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. führt diese Kampagne im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen durch. Ziel der Kampagne ist es, unter dem Schwerpunkt „Punktnüchternheit“ eine Sensibilisierung in der Allgemeinbevölkerung zu erreichen.

Die Idee der Punktnüchternheit geht davon aus, dass es Situationen und Lebensbereiche gibt, in denen der Konsum von Alkohol nicht passt und setzt auf einen eigenverantwortlichen Konsumverzicht in folgenden Situationen, die auch die Themenschwerpunkte der Kampagne darstellen:

- als Kind und Jugendlicher gemäß des Jugendschutzgesetzes,
- in der Schwangerschaft und Stillzeit,
- im Straßenverkehr,
- am Arbeitsplatz,
- in der Schule,
- als Patient (im Krankenhaus und in Verbindung mit Medikamenten).

Die Kampagne setzt das Thema landesweit sowohl massenkommunikativ als auch personalkommunikativ um. Durch die Anbindung an das Büro für Suchtprävention der LZG baut „Mach dir nix vor“ auf landesweite Strukturen der Suchtprävention auf. Je nach Themenschwerpunkt werden auch neue Partner und Zielgruppen angesprochen.

Zu jedem Themenschwerpunkt werden feste Bausteine umgesetzt:

- Zielgruppenspezifische Fortbildung durch das Büro für Suchtprävention der LZG.
- Jahrestagung der Regionalen Arbeitskreise für Suchtprävention in RLP
- Eltern-Informationen zum Thema
- Einbindung des Themas in vorhandene Strukturen der Suchtprävention
- Pressearbeit zum Thema
- Internet-Präsenz

Der Konsum von Alkohol ist in Deutschland in starkem Maße anerkannt. Gleichzeitig stellt er ein zentrales Problem dar. Mehr als 1,5 Millionen Deutsche sind Alkohol abhängig und mehr als 42.000

Todesfälle unmittelbar auf die Folgen des Alkoholkonsums zurück zu führen. Im europäischen Vergleich zählt Deutschland zu den Ländern mit der höchsten Rate alkoholbedingter Todesfälle. Insbesondere bei Jugendlichen ist zu beobachten, dass eine kleine Gruppe extrem oft und in einem kurzen Zeitraum hohe Mengen Alkohol (sog. binge-drinking) konsumiert.

Unterstützt wird „Mach dir nix vor!“ durch die AOK- Die Gesundheitskasse, den TÜV Rheinland, Landessportbund Rheinland-Pfalz und Lotto Rheinland-Pfalz. Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung und ihre Partner zielen mit der aktuellen Kampagne zur Punktnüchternheit auf die gesundheitlichen Aspekte des Alkoholkonsums. Ergänzt wird diese durch die Kampagne „Vorbild sein“ des Innenministeriums mit einem Schwerpunkt auf öffentlichkeitswirksame und ordnungspolitische Informationen und Maßnahmen.

Am 23. Oktober 2008 findet die erste Veranstaltung zur Kampagne unter Beteiligung des Innenministers von Rheinland-Pfalz Karl Peter Bruch und der Drogenbeauftragten des Bundes Sabine Bätzing in Polch statt.

Weitere Informationen erhalten Sie ab dem 23. Oktober 2008 unter [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de) oder für Jugendliche auch unter [www.mach-dir-nix-vor.de](http://www.mach-dir-nix-vor.de).

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Sandra Helms, Tel. 06131/206924

---

## **Zweiter Pflegekongress Rheinland-Pfalz am 20. November 2008 in Mainz**

*„Menschen pflegen – sozial aktiv vor Ort“ ist das Thema des zweiten Pflegekongresses Rheinland-Pfalz am 20. November 2008 in der Rheingoldhalle in Mainz, den Sozialministerin Malu Dreyer in Kooperation mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) anbietet. Über 1.200 Fachkräfte aus den Bereichen Pflege, Lehre und Wissenschaft werden erwartet um gemeinsam an dem Thema Pflege zu arbeiten.*

„Menschen pflegen – sozial aktiv vor Ort“ ist das Thema des zweiten Pflegekongresses Rheinland-Pfalz am 20. November 2008 in der Rheingoldhalle in Mainz, den Sozialministerin Malu Dreyer in Kooperation mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) anbietet. Über 1.200 Fachkräfte aus den Bereichen Pflege, Lehre und Wissenschaft werden erwartet.

Aufgrund der demographischen Entwicklung wird der Bedarf an professioneller Pflege steigen. Für alle Beteiligten gelten damit hohe Anforderungen an die Weiterentwicklung der Rahmenbedingungen und Strukturen von Pflege. Der Pflegekongress gibt neben fachlichen Inputs allen Interessierten Gelegenheit, Ideen und Erfahrungen in diesen Prozess einzubringen.

Ministerin Malu Dreyer und Sanitätsrat Dr. Günter Gerhardt, Vorsitzender der LZG, eröffnen den Pflegekongress. Nach einem kabarettistischen Intro startet um 10:00 Uhr der Fachdialog „Pflege im Gespräch“. Um 11:00 Uhr steht eine Podiumsdiskussion, unter Beteiligung der Ministerin und Vertreterinnen und Vertreter aus den Spitzenverbänden der Wohlfahrtspflege, Krankenkasse, Pflege- und Familienorganisationen auf dem Programm.

Inputs und Diskussionsmöglichkeiten bieten am Nachmittag neun Fachforen mit den wichtigen Inputs für eine gute Pflegezukunft in Rheinland-Pfalz unter folgenden Themen:

- Pflege in der Familie – zwischen privater und öffentlicher Verantwortung,
- Qualität in der Pflege – Qualitätsentwicklung,
- Interkulturelle Öffnung als Organisationsprozess in der Pflege,
- Selbstbestimmtes Wohnen im Alter und bei Pflegebedarf,
- Strukturentwicklung und regionale Pflegestrukturplanung,
- Organisationsentwicklung als Instrument eines modernen Gesundheitsschutzes in der Pflege,
- Perspektive von Pflegeausbildung und Pflegeberuf - gemeinsam für eine gute Lebensqualität von an Demenz erkrankten Menschen

Unter der Internet-Adresse [www.menschen-pflegen.de/pflegekongress](http://www.menschen-pflegen.de/pflegekongress) finden Sie neben vielen Informationen rund um den Pflegekongress auch Ihre Anmeldeöglichkeit.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Ingeborg Germann, Tel. 06131/206920

---

### **Schutz und/oder Eigenverantwortung? Jugend- und Spielerschutz im Kontext von Suchtprävention**

*Die Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ des Büros für Suchtprävention veranstaltet am 28. Oktober 2008 in der Akademie der Wissenschaften und der Literatur in Mainz einen Fachtag zum Jugend- und Spielerschutz im Kontext von Suchtprävention. Themen sind u.a. Lebenskompetenzförderung, Eigenverantwortung und praxisbezogene suchtpreventive Maßnahmen.*

Die Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ des Büros für Suchtprävention veranstaltet am 28. Oktober 2008 in der Akademie der Wissenschaften und der Literatur in Mainz einen Fachtag zum Thema „Schutz und/oder Eigenverantwortung“.

Aktualisierung, Einhaltung und Kontrolle des Jugendschutzgesetzes und des Spielerschutzes finden aktuell immer mehr gesellschaftliche Beachtung. Dies hat auch Auswirkungen auf die Themen und Vorgehensweisen in der Suchtprävention. Der suchtpreventive Ansatz der Lebenskompetenzförderung sieht vor, dass Kinder, Jugendliche und später auch Erwachsene so gestärkt werden, dass sie in der Lage sind, eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen, wenn sie in risikoreiche Situation geraten. Wie sind nun in diesem Zusammenhang gesetzliche Schutzmaßnahmen zu sehen? Stellen sie einen Widerspruch zur Eigenverantwortlichkeit dar oder doch eine Ergänzung für sinnvolle Rahmenbedingungen? Wie sehen praxisbezogene suchtpreventive Maßnahmen aus, die den Jugend- bzw. Spielerschutz wie den Konsum-Aspekt und die damit oft verbundene Verschuldungsproblematik im Blick haben?

Diese Fragestellungen stehen im Fokus des Fachtages. Neben Grundlagen zum Jugendschutzgesetz und deren Umsetzungsmöglichkeiten in der Praxis wird das Phänomen der Computerspiele im Spannungsverhältnis zwischen Jugendkultur und Jugendschutz dargestellt. Am Nachmittag finden unterschiedliche Workshops mit Praxisbeispielen zu Jugendschutz und Alkoholprävention sowie Sucht- und Schuldenprävention statt.

Außerdem wird das Theaterstück „Alkohölle“ aufgeführt. Für Präventionsfachkräfte, die sich mit der Thematik „Alkoholprävention und Jugendschutz“ befassen, wird die Aufführung dieses Theaterstücks vom Büro für Suchtprävention in ihrer Region unterstützt.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“, Nina Roth, Tel: 06131/2069-24

---

### **Gesundheitsministerin Malu Dreyer eröffnet landesweiten Fachtag zur „Kindergesundheit in der Sozialen Stadt“ am 10. November 2008 in Trier**

*Die Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Stadt und anderen aufzuwertenden Stadt- und Ortsteilen in Rheinland-Pfalz steht im Mittelpunkt eines landesweiten Fachtages am 10. November 2008 im Bürgerhaus Trier-Nord. Mit dem Fachtag soll die Vernetzung der Akteure aus dem Sozial- und Gesundheitswesen, der Gemeinwesenarbeit und der Stadtentwicklung im Kontext von Kinderarmut und gesundheitlicher Prävention im Quartier voran gebracht werden. Neben Impulsreferaten und einer Podiumsdiskussion werden am Nachmittag Workshops zur Gesundheitsförderung von Kindern im Quartier angeboten.*

Die Förderung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Stadt und anderen aufzuwertenden Stadt- und Ortsteilen in Rheinland-Pfalz steht im Mittelpunkt eines landesweiten Fachtages am 10. November 2008 im Bürgerhaus Trier-Nord.

Der Fachtag wird unter dem Motto „Aufsuchen und Netzwerke bilden“ vom Regionalen Knoten Rheinland-Pfalz „Kindergesundheit in sozial benachteiligten Lebenslagen“, angesiedelt in der LZG, durchgeführt. Gesundheitsministerin Malu Dreyer wird den Fachtag eröffnen.

Mit dem Fachtag soll die Vernetzung der Akteure aus dem Sozial- und Gesundheitswesen, der Gemeinwesenarbeit und der Stadtentwicklung im Kontext von Kinderarmut und gesundheitlicher Prävention im Quartier voran gebracht werden. Im Fokus von Vorträgen, Workshops und Podiumsdiskussionen stehen ein Problemaufriss, niedrigschwellige Zugänge wie auch aufsuchende Konzepte und Hilfen für die praktische Arbeit mit den Betroffenen.

Beteiligt am Fachtag sind die Ministerien für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familien und Frauen (MASGFF), für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur (MBWJK), des Innern und für Sport (ISM) sowie für Finanzen (FM) in Rheinland-Pfalz.

Ihre Teilnahme zugesagt haben Vertreterinnen und Vertreter der beteiligten öffentlichen Fachstellen, der Wohlfahrtsverbände, der Krankenkassen, der Wissenschaft sowie von Fachkräften aus dem Quartier.

Näheres zum Fachtag finden Sie unter  
[http://www.lzg-rlp.de/html/rk\\_kinderknoten.html](http://www.lzg-rlp.de/html/rk_kinderknoten.html)

Ansprechpartner in der LZG:  
Bernd-Olaf Hagedorn, Tel. 06131/206916  
Koordination Regionaler Knoten zur Förderung von Kindergesundheit in sozial benachteiligten Lebenslagen in der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)

---

## **GESUND LEBEN LERNEN – Fachveranstaltung am 19.11.2008 zur Gesundheitsförderung in der Schule**

*Im Rahmen des Projektes „GESUND LEBEN LERNEN – Netzwerk Schulen für Gesundheit 21“ Rheinland-Pfalz veranstaltet die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) ein Fachforum in Mainz zu den Themen Ernährung, Bewegung und Verbraucherbildung in der Schule. Weiterhin werden die Evaluationsergebnisse des Projekts „Gesund leben lernen“ aus drei Bundesländern vorgestellt. Neu ausgebildete Gesundheitmoderatorinnen und –moderatoren werden zertifiziert und neue Schulen in das Netzwerk aufgenommen.*

Im Rahmen des Projektes „GESUND LEBEN LERNEN – Netzwerk Schulen für Gesundheit 21“ Rheinland-Pfalz veranstaltet die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) ein Fachforum zur Gesundheitsförderung in der Schule am 19. November 2008 von 9:30 – 16:00 Uhr im Erbacher Hof in Mainz. Themenschwerpunkte sind Ernährung, Bewegung und Verbraucherbildung als grundlegende Aspekte einer gesunden Schule, die fachlich vertieft und auf dem aktuellen Diskussionsstand vorgestellt werden.

Weiterhin werden die Ergebnisse der Evaluation des bundesweiten Projektes, an dem sich drei Bundesländer beteiligen, vorgestellt. Erfasst wird die erste Projektphase von 2003 – 2006 sowie eine Nachbefragung in 2007. „Gesund leben lernen“ ist bis Ende 2008 angelegt. Durch die Evaluationsergebnisse werden der Stand und die Entwicklung des Projektes seit 2003 verdeutlicht. Resümierend werden Perspektiven für die Gesundheitsförderung an der Schule aufgezeigt.

Auf der Fachveranstaltung werden ebenfalls die in den Jahren 2007 und 2008 ausgebildeten Gesundheitsmoderatorinnen und Gesundheitsmoderatoren sowie deren Schulen zertifiziert und offiziell in das Netzwerk „GESUND LEBEN LERNEN – Netzwerk Schulen für Gesundheit 21“ aufgenommen.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Monika Kislik, Tel. 06131/206922

## Ablauf

- 9:30 Uhr**      **Begrüßung**  
Ute Schmazinski-Damp,  
Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur RLP  
Helmut Hafemann, LZG
- 9:45 Uhr**      **Fachvortrag**  
Gesundheitsförderung in der Schule  
Pädagogische Einflussmöglichkeiten auf das Ernährungs- und Konsumverhalten von  
Kindern und Jugendlichen  
Referentin: Prof. Dr. Barbara Methfessel,  
Pädagogische Hochschule Heidelberg
- 11:00 Uhr**      **Pause**
- 11:15 Uhr**      **Zertifizierung der Schulen und Lehrkräfte**  
Vera Reiß, Staatssekretärin des Bildungsministeriums  
Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG  
Vertreter/in der Gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV)
- 12:30 Uhr**      **Mittags-Imbiss**  
und Ausstellungsbesuch (Ausstellung der GLL-Schulen, Partner)
- 14:00 Uhr**      **Ergebnisse der Evaluation von GESUND LEBEN LERNEN**  
Dipl. Pol., Dipl.-Psych. Thomas Kliche,  
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
- 15:15 Uhr**      **Perspektiven für die Gesundheitsförderung in der Schule in RLP**  
Ute Schmazinski-Damp  
Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur RLP
- 15:45 Uhr**      **Kulturbeitrag**
- 16:00 Uhr**      **Ende der Veranstaltung**
- 

## **Nichtraucherwettbewerb „Be smart – Don’t start“ startet am 17. November 2008** **Rauchfrei: Für fünf Klassen je 1.000 Euro für die Klassenkasse**

*Der Wettbewerb „BeSmart – Don’t Start“ bringt das Thema Nichtrauchen in die Schulen und gestaltet die Teilnahme für Schülerinnen und Schüler attraktiv. Neben den regulären Gewinnen des Wettbewerbs unterstützt die AOK zusätzlich fünf weitere Klassen mit Geldbeträgen, um das Durchhalten zu stärken. Unter erstmalig teilnehmenden Klassen wird ein Klassensatz Rucksäcke verlost.*

Nach den Sommerferien haben alle Schulleitungen der weiterführenden Schulen in Rheinland-Pfalz über das Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Jugend und Kultur die Informationen zum Nichtraucherwettbewerb „Be Smart – Don’t Start“ erhalten. Der Wettbewerb bringt das Thema Nichtrauchen in die Schulen und gestaltet es attraktiv für Schülerinnen und Schüler. Um die Motivation zur Teilnahme zu erhöhen und insbesondere mehr Klassen „bei der Stange zu halten“, unterstützt die AOK Rheinland-Pfalz dieses Ziel und lobt unter allen Klassen, die bis zum Ende erfolgreich am Wettbewerb teilnehmen, fünf mal 1.000 Euro aus.

In den vergangenen Jahren konnte festgestellt werden, dass viele Schulklassen zum Jahreswechsel aus dem Wettbewerb ausgestiegen sind. Durch die Verlosung von Geldprämien an Schulklassen, die bis zum Ende erfolgreich teilgenommen haben, soll der Anreiz erhöht werden, den Wettbewerb bis zum Ende durchzuführen. Wichtig ist die frühe Prävention, denn die meisten Raucherinnen und Raucher beginnen das Rauchen schon in ihrer Jugend. Versuche, mit dem Rauchen aufzuhören, scheitern insbesondere bei langjährigen Raucherinnen und Rauchern häufig. Deshalb sind im

Rahmen einer langfristigen Förderung des Nichtrauchens gerade Angebote für Jugendliche unverzichtbar.

Im Jahr 2007 schätzten sich 18 Prozent der 12 bis 17-Jährigen als Raucherin bzw. Raucher ein. Bei Kindern und Jugendlichen treten schon wenige Wochen nach einem unregelmäßigen Rauchverhalten, dem sogenannten Probierverhalten, Abhängigkeitssymptome auf. Eine Verzögerung bzw. Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen ist daher ein wichtiges Ziel, das durch „Be Smart – Don't Start“ unterstützt wird. Gleichzeitig gilt es, gezielt die Fehleinschätzung unter Jugendlichen „Es rauchen doch alle!“ zu korrigieren. Mit 57 Prozent geben mehr als die Hälfte der 12 bis 17-Jährigen an, noch nie geraucht zu haben.

### **Nichtrauchen lohnt sich in Rheinland-Pfalz immer!**

Unter den Schulklassen, die in diesem Jahr zum ersten Mal teilnehmen, wird ein Klassensatz „Be Smart-Don't Start-Rucksäcke“ der Marke Eastpack verlost. Viele teilnehmende Schulen setzen sich kreativ mit dem Thema Nichtrauchen auseinander und senden dem Büro für Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) ihre in der Klasse erarbeiteten Beiträge. Auch in diesem Jahr werden alle Kreativeinsendungen an die LZG zum Thema Nichtrauchen belohnt. Ein Newsletter zum Wettbewerb informiert über alle Aktionen.

**Anmeldeschluss** zur kostenfreien Teilnahme am Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“ für Schulklassen ist der **15. November 2008**. Die Anmeldung erfolgt über die Informationsmaterialien oder online über [www.besmart.info](http://www.besmart.info).

Der Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“ ist in Rheinland-Pfalz in die Angebote zur Förderung des Nichtrauchens im Büro für Suchtprävention der Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) eingebunden und wird unterstützt durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen.

Ansprechpartnerin in der LZG:

Sandra Helms, Tel. 06131/206924, oder unter [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de).

---

### **Fundraising & Sponsoring für Lokale Bündnisse für Familie in Rheinland-Pfalz am 24. November 2008 um 9:30 h – 16:30 Uhr im Schloss Waldthausen in Mainz-Budenheim**

*Die „VIVA FAMILIA – Servicestelle für lokale Bündnisse“ der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz veranstaltet in Mainz einen Workshop rund um das Thema „Fundraising & Sponsoring - Spender und Sponsoren gewinnen“. Der Workshop richtet sich an haupt- und ehrenamtliche Akteure der „Lokalen Bündnisse für Familie in Rheinland-Pfalz“ und bietet einen praxisnahen Einstieg in das Tätigkeitsfeld.*

Die „VIVA FAMILIA – Servicestelle für lokale Bündnisse“ der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz veranstaltet in Mainz einen Workshop rund um das Thema „Fundraising & Sponsoring - Spender und Sponsoren gewinnen“. Dieser Workshop richtet sich an haupt- und ehrenamtliche Akteure der Lokalen Bündnisse für Familie in Rheinland-Pfalz und bietet einen praxisnahen Einstieg in die Tätigkeitsfelder Fundraising und Sponsoring.

Im Workshop werden die Grundlagen des Fundraisings vermittelt, eine Auswahl geeigneter Fundraising-Instrumente vorgestellt und die Besonderheiten des Sponsorings erläutert. Der Schwerpunkt liegt auf Unternehmenskooperationen und ihren vielfältigen Gestaltungsformen. Dabei wird gezielt auf die individuellen Möglichkeiten der Lokalen Bündnisse für Familie eingegangen. Der Workshop bietet ferner Gelegenheit zum Austausch über bereits gewonnene eigene Fundraising- und Sponsoring-Erfahrungen. Angeboten werden Vorträge, Gruppenarbeit, praktische Übungen und Diskussionen.

Ziel ist es, dass die Teilnehmenden die grundlegenden Zusammenhänge von Fundraising und Sponsoring verstehen lernen, die vielfältigen Chancen entdecken, die das eigene Lokale Bündnis im Hinblick auf Unternehmenskooperationen bietet und geeignete Schritte für die Identifizierung und Ansprache von Unternehmen kennenzulernen. Den Teilnehmenden wird weiterhin vermittelt, wie sie bereits praktizierte Aktivitäten in der Zukunft systematisieren und noch erfolgreicher gestalten können.

### Die Themen im Überblick:

- Definitionen, Fakten, Trends
- Basics für erfolgreiches Fundraising
- Stärken und Herausforderungen lokaler Initiativen
- Fundraising-Instrumente: was passt zu den Lokalen Bündnissen für Familie?
- Unternehmenskooperationen: Corporate Volunteering, Spenden und Sponsoring
- Bezüge und Beziehungen: wer sind die potentiellen Förderer?
- Spender- und Sponsorenbindung: nach der Zuwendung ist vor der Zuwendung

Die Teilnehmerzahl sollte mindestens 8, maximal 22 Personen umfassen. Es entstehen keine Teilnahmegebühren. Reisekosten werden nicht erstattet.

**Anmeldeschluss** ist der 10. November 2008.

Referentin ist Christiane Sadtler, Fundraising-Managerin (FA), Bad Homburg, Referentin der Fundraising-Akademie gGmbH, Frankfurt am Main

Ansprechpartner in der LZG:

Manfred Schaub, Tel: 06131/206934

---

### **Homepage „Blickpunkt Patient“ – Patientenrechte und Patientenschutz**

*Die Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern, von Patientinnen und Patienten im Gesundheitswesen ist ein sensibles und wichtiges Thema. Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) bietet deshalb zum Themenbereich Patientenrechte und Patientenschutz umfassende Informationen im neuen Webangebot „Blickpunkt Patient“ an, um Patienten zu unterstützen, in eigener Verantwortung Entscheidungen zu treffen.*

Die Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern, von Patientinnen und Patienten im Gesundheitswesen ist ein sensibles und wichtiges Thema. Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) bietet deshalb zum Themenbereich Patientenrechte und Patientenschutz umfassende Informationen im neuen Webangebot „Blickpunkt Patient“ an. „Denn nur ein informierter Patient kann sich am Behandlungsprozess aktiv beteiligen, in eigener Verantwortung Entscheidungen treffen und so Mitverantwortung im Behandlungsprozess übernehmen“, so Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG.

Die Homepage „Blickpunkt Patient“ stellt Organisationen vor, die für Patientinnen und Patienten Dienstleistungen erbringen und bei der medizinischen Versorgung zentrale Ansprechpartner sind. Hier sind Links zu Organisationen mit Patientenbezug, wie Krankenkassen und Pflegekassen, Fachverbände aus Medizin und Therapie, Wohlfahrts- und Sozialverbände, Selbsthilfeverbände und Netzwerke zu finden. Aber auch Internetportale mit Informationen über Symptome, Behandlung und Verlauf von Krankheiten, Links zu Gesundheitsratgebern sowie Links rund um das Thema Patientenrechte und juristischem Rat.

Ein zentrales Kapitel nehmen die Patientenselbsthilfe und Patientennetzwerke ein. Die Selbsthilfearbeit hat große Bedeutung im Netz der sozialen und gesundheitlichen Versorgung. Etwa drei Millionen Menschen engagieren sich in Deutschland in rund 100.000 Selbsthilfegruppen. Hier finden Nutzer Informationen über die regionalen Hilfsangebote für Selbsthilfegruppen und Unterstützung bei der Neugründung oder Suche nach einer entsprechenden Gruppe. Auch das rheinland-pfälzische Gesundheitsministerium stellt hierzu umfangreiche Informationen zur Verfügung.

Patientinnen und Patienten können den Arzt und das Krankenhaus frei wählen, ihre Behandlungsunterlagen einsehen, bei Beschwerden Patientenberatungsstellen und Patientenbeschwerdestellen einschalten, Ansprüche bei Gutachter- und Schlichtungsstellen geltend machen wie auch juristische Beratung in Anspruch nehmen. Eine Vielzahl von Beratungsstellen bietet hierbei ihre (zum Teil kostenlose) Unterstützung an, die wir Ihnen auf den Internetseiten von „Blickpunkt Patient“ vorstellen. Auch die gesetzlichen Krankenkassen beraten auf Wunsch ihre Versicherten kostenlos bei der Durchsetzung möglicher Ansprüche.

Zu all diesen Themen finden Patientinnen und Patienten auf „Blickpunkt Patient“ aktuelle Informationen, übersichtlich aufbereitet und nach einzelnen Schwerpunkten gegliedert. Die LZG möchte mit diesen Informationen Patientinnen und Patienten unterstützen Ihre Rechte zu kennen und als Handelnder wahrzunehmen, sowohl im Rahmen der Krankenbehandlung als auch im Schadensfall. Aber auch für Fachkräfte des Gesundheitswesens können diese Seiten als Informationsquelle dienen. Wer beispielsweise als Ärztin oder Arzt seine Rechte und Pflichten kennt, kann nicht zuletzt seine Patientinnen und Patienten hierbei besser unterstützen.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Stephanie Burlage, Tel. 06131/206915

---

### **Mainzer „Aktionstage zur Männergesundheit“ vom 12. bis 19. September 2008**

*„Unter dem Motto ‚Männer lieben ihr Auto mehr als ihre Gesundheit‘ fanden in Mainz vom 12.-19. September 2008 die ‚Aktionstage Männergesundheit‘ statt mit dem Ziel, Männer für Vorsorge- und Krebsfrüherkennungsuntersuchungen zu gewinnen. Neben der Gesundheitsmesse als Auftaktveranstaltung waren eine ärztliche Beratungswoche, eine Theateraufführung, Vorträge und ein Kinospot zur Kampagne die wesentlichen Angebote. Infomaterial wurde speziell für die Männergesundheitskampagne entwickelt. Eine Homepage informiert rund um das Thema Männergesundheit.*

Am 12. September 2008 war die Römerpassage Ort und Ziel einer Männergesundheitsmesse. Kampagnenpartner aus dem Gesundheits-, Selbsthilfe- und Bildungssektor engagierten sich hier im Rahmen einer moderierten Auftaktveranstaltung mit Informationsständen und Aktionen. Unter anderem wurden Fitness- und Sehtests, Blutdruck- und Blutzuckermessungen sowie Lungenfunktionstests angeboten. In Kurzvorträgen, moderierten Gesprächsrunden und im persönlichen Gespräch an den Informationsständen erhielten Mainzer Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, sich gezielt zu den Themen Prostata-, Darm- und Hautkrebs sowie zur allgemeinen Vorsorgeuntersuchung ‚Checkup 35‘ zu informieren. In Quizrunden konnten Teilnehmerinnen und Teilnehmer vorhandenes oder neuerworbenes Wissen präsentieren. Vor der Römerpassage eröffnete ein begehrtes Prostata-Modell anschaulich den ‚Zugang‘ zur männlichen Vorsteherdrüse. Mainzer Urologinnen und Urologen standen hier für Fragen rund um männerspezifische Erkrankungen und Krebsvorsorgeangebote als Ansprechpartner bereit.

Am Donnerstag, 18. September 2008, beleuchtete das Theaterstück ‚Alarm im Darm‘ im Mainzer Rathaus humorvoll das Thema Darmspiegelung. In zwei nachfolgenden medizinischen Kurzvorträgen wurde die Thematik kompetent vertieft, und die Besucher erfuhren, dass Endoskopie zur Vorsorge und Diagnostik des Darmkrebs nur halb so schlimm ist als gemeinhin angenommen, und dass die Therapie bei Darmkrebs immer besser und verträglicher wird.

Als Kernstück der Kampagne zur Männergesundheit fand vom 15.-19. September 2008 - wie zuvor in Ludwigshafen, Worms und Trier auch - eine Beratungswoche durch Ärztinnen und Ärzte an der TÜV Rheinland Prüfstelle statt. Durch die Medienberichterstattung mobilisiert, kamen neben den regulären TÜV Rheinland-Kunden auch Männer gezielt hierher, um Beratungsleistungen in Anspruch zu nehmen. Einige nahmen sich nach diesem unkonventionellen Arztkontakt vor, einen Termin beim Haus- oder Facharzt nachfolgen zu lassen.

Das verbindende Ziel aller Kampagnenpartner ist es, Männer für die eigene Gesundheit zu sensibilisieren und zur Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen zu motivieren. Denn Männer achten zu wenig auf ihre Gesundheit. Allein in Rheinland-Pfalz erkrankten jährlich knapp 9.000 Männer an Krebs, davon fast 2.500 an Prostatakrebs und 1.500 an Darmkrebs. Über 7.000 Männer erleiden jährlich in Rheinland-Pfalz einen Herzinfarkt, mehr als 1.800 starben allein im Jahr 2007 daran. „Vorsorgeuntersuchungen helfen, doch nur jeder sechste Mann nutzt diese wichtige Möglichkeit der Früherkennung“, so Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG.

Diese Zahlen gilt es zu steigern, damit aus Vorsorgemuffeln gesundheitsbewusste Zeitgenossen werden, so Arldt. Berichte in den Medien, Flyer, Poster, eine Homepage unter [www.maenner-checkup.de](http://www.maenner-checkup.de) sowie der Kinospot „Mein Auto hat Krebs“ sorgen für öffentliche Aufmerksamkeit. „Die LZG initiierte gemeinsam mit dem Gesundheitsministerium die Kampagne und transportiert sie mit den Kooperationspartnern TÜV Rheinland, der Landesvertretung der Techniker Krankenkasse Rheinland-

Pfalz (TK), Lotto Rheinland-Pfalz und weiteren Organisationen seit einem Jahr erfolgreich ins Land. „Als nächste Station wird die Männergesundheitskampagne in Koblenz halt machen“, so Arldt.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Barbara Malik, Tel. 06131/206929

#### **Partner der Männergesundheitskampagne**

- Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen Rheinland-Pfalz
- Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
- TÜV Rheinland
- Techniker Krankenkasse
- Lotto Rheinland-Pfalz GmbH
- Apothekerverband Rheinland-Pfalz e.V. – LAV
- Arbeitsgemeinschaft der LandFrauenverbände in RLP
- Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
- LebensBlicke – Stiftung Früherkennung Darmkrebs
- Kassenärztliche Vereinigung Rheinland-Pfalz
- Landesärztekammer Rheinland-Pfalz
- Bundesverband Prostataselbsthilfe e.V.
- Deutsche Gesellschaft für Urologie e.V.
- Berufsverband der Deutschen Urologen e.V.
- Deutscher Hausärzteverband RLP e.V.
- Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.
- Lionsclub International District 111 MS
- Bayer Healthcare/Bayer vital
- Takeda Pharma

#### **Regionale Kooperationspartner in Mainz**

- Stadt Mainz
- KISS Mainz
- Tumorzentrum Mainz
- Kreisverwaltung Mainz-Bingen (Abteilung Gesundheitswesen)
- Klinikum der Johannes Gutenberg-Universität Mainz
- Volkshochschule Mainz
- Ärztefanclub Mainz 05
- Römerpassage Mainz
- ISIS Apotheke, Lothar Apotheke
- Niedergelassene Ärztinnen und Ärzte

---

#### **Elternschule erprobt neue Wege**

*Die „Elternschule für eine gesunde Familie“ bietet im Raum Koblenz neue und bewährte Veranstaltungen für Eltern und für Erzieherinnen und Erzieher an. Aktuell fand das Modellprojekt für hörgeschädigte Eltern gute Resonanz. Die Elternschule wird im Raum Koblenz - Neuwied bis zum Januar 2009 verlängert fortgeführt.*

Die „Elternschule für eine gesunde Familie“ bietet im Raum Koblenz neue und bewährte Veranstaltungen für Eltern und für Erzieherinnen und Erzieher an. Gefragte Themen sind neben Ernährung und Bewegung, die durch Fachkräfte des Kooperationspartners AOK angeboten werden, Sprachentwicklung und die Erziehung und Unterstützung der Kinder für ein gesundes Aufwachsen.

Von den acht angebotenen Elterntrainings wurde auch ein Training mit hörgeschädigten Eltern im August durchgeführt. Mit der Elterntainerin Dr. Gerda Ohlemann und einem Dolmetscher für Gebärdensprache sowie unterstützenden Pädagogen des Informa-Zentrums für Gehörgeschädigte in Neuwied trafen sich eine Gruppe von Eltern zu mehreren Kommunikations- und Übungsrunden. Durch die hohe Motivation der Eltern konnten die Verständigungsbarrieren überwunden und praktikable Lösungen bei Erziehungsfragen ausgetauscht, erarbeitet und spielerisch erprobt werden. Während die hörenden Kinder hörgeschädigter Eltern einerseits schnell die Gebärdensprache erlernen und mit der Alltagsgestaltung gut und unkompliziert umgehen lernen, testen sie doch andererseits die Spielräume und Grenzen wie andere Kinder aus und gehen öfters lieber zur hörenden Oma und zu Freunden.

Sorgen und Unsicherheiten der Eltern durch das zweisprachige Aufwachsen der Kinder sind vorwiegend beim Grenzen-Setzen (z.B. beim Fernsehen), beim selbst richtig verstanden werden und auch beim Fördern der eigenen Kinder zu finden. Hilfreich waren neben Erziehungstipps auch Atemübungen bei Wut und Streitschlichten zwischen Geschwistern und körpersprachliches Anschauen und gestisches Lenken, um mit dem Kind aufmerksam zu kommunizieren.

Alle Beteiligten werteten den Kurs als gelungenes Experiment, da hier neben der alltagsbezogenen Einzelfallbetreuung, z.B. bei Behördenkontakten, sich Eltern mit ihren Sorgen durch eine professionelle Beratung ernst genommen fühlen, aber auch untereinander als stützend erfahren. Das Gehörlosenzentrum und die Gehörlosenschule in Neuwied können das erprobte Modell nun in Eigenregie weiterführen.

Weitere Modelle für einen gesunden Kita- und Familienalltag boten zwei Fortbildungen für Erziehungskräfte zur seelischen Gesundheit und Resilienzstärkung von Kindern in einer Spiel- und Lernstube mit überwiegend Romakindern, und zum Kinderschutz und Kindergesundheit informierten in Kooperation mit der Katholischen Familienbildungsstätte Koblenz eine Kinderkrankenschwester, eine Familienhebamme und ein Psychologe aus einer Erziehungs- und Familienberatungsstelle.

Aktuell werden Veranstaltungen mit den Kooperationspartnern AOK und Novo Nordisk Pharma GmbH zu Themen rund um Übergewicht, Adipositas und Folgeerkrankungen wie Diabetes 2 oder zum Umgang mit chronisch erkrankten Kindern zwischen Elternhaus und Kita, am Beispiel von Diabetes 1 u.a. vorbereitet.

Aufgrund der guten Resonanz und hohen Nachfrage wird die Elternschule im Raum Koblenz - Neuwied bis zum Januar 2009 verlängert fortgeführt.

Ansprechpartner in der LZG:  
Helmut Hafemann, 06131/206918

---

### **„Entdecken, schauen, fühlen“ – Fachtag zur Sexualerziehung im Kindesalter fand großen Anklang**

*Im Rahmen eines Fachtags am 26. August 2008 trafen sich über 125 rheinland-pfälzische Erzieherinnen, Erzieher und Fachkräfte aus sexualpädagogischen Beratungsstellen im Erbacher Hof in Mainz. Neben fachlichen Impulsen durch Vorträge stand auch der fachliche Austausch der Kita-Fachkräfte und der Beratungskräfte aus den sexualpädagogischen Institutionen im Mittelpunkt, die in den Regionalgruppen gemeinsam am Thema arbeiteten.*

Im Rahmen eines Fachtags am 26. August 2008 trafen sich über 125 rheinland-pfälzische Erzieherinnen, Erzieher und Fachkräfte aus sexualpädagogischen Beratungsstellen im Erbacher Hof in Mainz. „Entdecken, schauen, fühlen“ war das Motto der Tagung, zu dem die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG) und das Sozialpädagogische Fortbildungszentrum (SPFZ) eingeladen hatten. Unterstützt wurde die Tagung von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und dem Ministerium für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Frauen (MASGFF).

Neben fachlichen Impulsen durch Vorträge stand auch der fachliche Austausch der Kita-Fachkräfte und der Beratungskräfte aus den sexualpädagogischen Institutionen im Mittelpunkt, die in Regionalgruppen gemeinsam am Thema arbeiteten.

Die sexualpädagogischen Fachkräfte, die (auch) den Kitas bei Fragen der Sexualpädagogik zur Verfügung stehen, rekrutieren sich aus verschiedenen Institutionen. Die Referentinnen und Referenten werden nicht nur in schwierigen Situationen oder bei Unsicherheiten um Unterstützung gebeten, sie helfen auch bei der Planung und Durchführung von Elternabenden und bei Fragen der konzeptionellen Verankerung von Sexualpädagogik in der Kita. Eine Liste geschulter Referentinnen und Referenten zum Thema „Sexualerziehung im Kindesalter“ finden Sie unter [http://www.lzg-rlp.de/html/aids\\_sexualerziehung.html](http://www.lzg-rlp.de/html/aids_sexualerziehung.html).

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Monika Kislik, Tel. 06131/206922

## **Kinder aus suchtbelasteten Familien: Curriculum zur Fachkräfteschulung vorgestellt**

*Im September wurde auf einer Veranstaltung des Büros für Suchtprävention der LZG das Curriculum zur Fachkräfteschulung im Bereich „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ vorgestellt, an der Vertreterinnen und Vertreter aus zehn Bundesländern teilnahmen. Das Interesse an diesem Schwerpunktthema des Büros für Suchtprävention ist auch in der Jugendhilfe groß. Weiterhin wurden Fachkräfte als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren geschult.*

Am 26.09.2008 fand die Veranstaltung „Kind s/Sucht Familie“ – der Vorstellung des Curriculums zur Fachkräfteschulung im Themengebiet „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ in Rheinland-Pfalz für die anderen Bundesländer statt, an der Vertreterinnen und Vertreter aus zehn Bundesländern teilnahmen, nicht nur aus der Suchtkrankenhilfe, sondern vor allem auch aus dem Bereich der Jugendhilfe. Dies zeigt, wie aktuell das Thema „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ ist und welchen Stellenwert der Austausch und die Kooperationen haben.

Das Büro für Suchtprävention der LZG hat seit einigen Jahren die Thematik „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ als Schwerpunkt in ihre Arbeit aufgenommen. Inzwischen ist es gelungen, diesen Bereich der Suchtprävention flächendeckend in das Land Rheinland-Pfalz zu tragen. Neben fachgerechten Materialien, die entwickelt und produziert wurden, sind in vielen Regionen Netzwerke für „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ entstanden.

Außerdem wurden fünfzehn Fachkräfte zur Leitung von Kindergruppen ausgebildet. Das Büro unterstützt aktuell die praktische Umsetzung von acht Kindergruppen in sieben Regionen des Landes. Weiterhin wurden 32 Fachkräfte als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren geschult. Ihnen ist es nun möglich, in der eigenen Region Fortbildungen für Fachkräfte durchzuführen, damit Kinder in ihren jeweiligen Institutionen und in deren sozialem Umfeld erkannt und unterstützt werden können.

Das Curriculum dieser Fortbildung wurde im Frühjahr auf dem BzGA Länderkooperationskreis den anderen Bundesländern zur Verfügung gestellt. Aufgrund der zahlreichen Anfragen, die sich hieraus ergeben haben, fand die bundesweite Veranstaltung am 26.09.2008 statt.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Nina Roth, Tel. 06131/206924

---

## **Aktionswoche in Mainz zum Welt-Alzheimerstag 2008: „Aktiv für Demenzkranke“**

*Unter dem Motto „Aktiv für Demenzkranke“ für Betroffene, Angehörige und Interessierte fand im September eine Aktionswoche in Mainz statt, die sich an pflegende Angehörige, Freunde und Nachbarn von an Demenz erkrankten Menschen ebenso wie an interessierte Bürgerinnen und Bürger richtete. Neben einer Informationsveranstaltung wurde das „Demenztelefon“ als neues Angebot vorgestellt.*

Fast jeder kennt aus der eigenen Familie, dem Bekanntenkreis oder aus der Nachbarschaft Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind. Viele fühlen sich in dieser Situation ziemlich hilflos: „Wie gehe ich damit um?“ „Was kann ich tun?“ „Wie kann ich auf Betroffene zugehen?“

Die ServiceStelle Demenz und ihre Kooperationspartner, die Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz e. V., die Arbeitsgemeinschaft der Beratungs- und Koordinierungsstellen in Mainz, die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) und die Stadt Mainz nahmen den Welt-Alzheimerstag zum Anlass und boten unter dem Motto „Aktiv für Demenzkranke“ für Betroffene, Angehörige und Interessierte eine Aktionswoche in Mainz an. Diese Aktionswoche vom 15. - 21. September 2008 richtete sich an pflegende Angehörige, Freunde und Nachbarn von an Demenz erkrankten Menschen ebenso wie an interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Den Auftakt der Aktionswoche bildete eine Informationsveranstaltung im Erbacher Hof in Mainz, auf der das „DemenzTelefon Mainz“ (Telefonnummer 06131/4801983) vorgestellt wurde, als ein neues niedrigschwelliges Angebot für Angehörige von Demenzkranken. Weiterhin wurden auf der gut besuchten Veranstaltung zwei Vorträge zu den Themen „Verhaltensveränderungen dementiell erkrankter Menschen“ und „Umgang mit Betroffenen“ gehalten. Im Anschluss wurde von zahlreichen Besuchern die Möglichkeit genutzt, den Referenten Fragen zum Thema Demenz zu stellen.

Der Kinofilm „An ihrer Seite“ im Mainzer Cinestar, ein Spielfilm über ein Ehepaar im Angesicht der Alzheimerkrankheit, das Expertentelefon der Allgemeinen Zeitung Mainz zum Thema Demenz sowie ein Informationsstand der Beratungs- und Koordinierungsstellen und der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) zum Welt-Alzheimerstag in der Mainzer Innenstadt rundeten das Angebot während der Aktionswoche ab. Den Abschluss der Aktionswoche bildete am Welt-Alzheimerstag, der in diesem Jahr auf einen Sonntag fiel, ein ökumenischer Gottesdienst für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen in der Josefskapelle in Mainz.

Mit der Aktionswoche konnten zahlreiche Mainzer Bürgerinnen und Bürger erreicht und über zur Verfügung stehende Hilfen im Zusammenhang mit einer Demenzerkrankung informiert werden. Dies ist besonders wichtig angesichts der Tatsache, dass in Rheinland-Pfalz etwa 70.000 Menschen an einer mittleren bis schweren Demenz erkrankt sind und jährlich weitere 11.000 hinzukommen und dass mehr als 60 Prozent dieser Patienten zu Hause von ihren Angehörigen versorgt und betreut werden.

Ansprechpartnerin in der LZG:  
Katja Schönhofen, Tel. 06131/2069

---

### **Klasse2000 – immer mehr Schulen aus Rheinland-Pfalz sind dabei!**

*Das bundesweit größte Grundschulprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung wächst auch in Rheinland-Pfalz weiter. Im Schuljahr 2007/08 beteiligten sich hier 776 Klassen aus 188 Grundschulen, das sind schon 10 % aller Grundschulklassen. Das klare Konzept, die Unterrichtsbesuche und die vielfältigen praktischen Materialien sind eine wertvolle Unterstützung im Unterrichtsalltag und machen das Programm leicht umsetzbar.*

Das bundesweit größte Grundschulprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung wächst auch in Rheinland-Pfalz weiter. Im Schuljahr 2007/08 beteiligten sich hier 776 Klassen aus 188 Grundschulen, das sind schon 10 % aller Grundschulklassen.

Klasse2000 beginnt in der ersten Klasse und begleitet die Kinder bis zum Ende der vierten Klasse. Ziel ist der handlungsorientierte Aufbau von Lebens- und Gesundheitskompetenzen. Dabei setzt Klasse2000 auf die Zusammenarbeit von Lehrkräften und externen Gesundheitsförderern. Pro Schuljahr gestalten die Lehrkräfte ca. 12 Klasse2000-Unterrichtseinheiten, für die sie detailliertes und praxiserprobtes Unterrichtsmaterial erhalten. Für weitere zwei bis drei Unterrichtseinheiten kommen die speziell geschulten Klasse2000-Gesundheitsförderer in die Schule, die mit den Kindern besondere Stunden durchführen und sie für das Thema Gesundheit begeistern. Das Programm wird laufend evaluiert und aktualisiert.

Klasse2000 fördert die positive Einstellung der Kinder zur Gesundheit. Es vermittelt Wissen über den Körper und gibt praktische Tipps zur gesunden Ernährung, Bewegung und Entspannung. Es unterstützt die Kinder dabei, ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen zu entwickeln: mit Gefühlen und Stress umgehen, Konflikte und Probleme lösen sowie sich selbst behaupten und nein sagen können. So hilft es den Kindern, ihr Leben ohne Suchtmittel, Gewalt und gesundheitsschädigendes Verhalten zu meistern.

Klasse2000 zeichnet sich durch die umfassende Behandlung von Gesundheits- und Präventionsthemen aus – körperlich, psychisch und sozial. Es passt sich sehr gut in den Erziehungs- und Bildungsauftrag der Grundschule ein und fördert zudem das Klassenklima. Das klare Konzept, die Unterrichtsbesuche und die vielfältigen praktischen Materialien sind eine wertvolle Unterstützung im Unterrichtsalltag und machen das Programm leicht umsetzbar.

In Rheinland-Pfalz fördert ein Bündnis die weitere Verbreitung des Programms. Darin arbeiten Bildungsministerium und Schulverwaltung, die Lions Clubs in Rheinland-Pfalz, das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Familie, die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e. V. und der Verein Programm Klasse2000 e. V. zusammen.

**Weitere Informationen:** [www.klasse2000.de](http://www.klasse2000.de)

Ansprechpartnerin:

Martina Jonas, Regionale Koordination Rheinland-Pfalz, Kepler Hof 18, 56626 Andernach, Tel.: 02632/98 96 64, Fax: 02632/98 96 65, E-Mail: [reg-rheinland-pfalz\(at\)klasse2000.de](mailto:reg-rheinland-pfalz(at)klasse2000.de)

---

### **LZG Gesundheitstelefon vom 1.10. bis 15.10.2008**

#### **Was man gegen Liebeskummer und Trennungsschmerz tun kann**

Das Gesundheitstelefon ist ein Angebot der LZG. Im 14-tägigen Wechsel werden aktuelle Gesundheitsthemen angeboten, die sowohl im Internet als auch per Ansagedienst unter der Nummer 06131/206930 angeboten werden. Das aktuelle Thema in der ersten Oktoberhälfte informiert über Liebeskummer und Trennungsschmerz. Mitte Oktober folgt das Thema Wintersportverletzungen.

Am Anfang ist es die große Liebe und dann auf einmal ist es aus und vorbei. Eine Trennung ist manchmal nicht zu vermeiden. Und wie man es dreht und wendet: Sie ist für Menschen in jedem Alter ein schmerzhafter Prozess. Aber warum ist das alles so?

Von der rein hormonellen Seite aus betrachtet, bewirken Hormone den anfänglichen Rausch des Verliebtseins. Dann sorgen sie für das Gefühl von Glück und Zufriedenheit in einer dauerhaften Beziehung. Wenn wir verlassen werden, verflüchtigen sich mit einem Mal die Liebeshormone und wir leiden unter Entzugerscheinungen. Und als ob das alles noch nicht genug wäre, werden zudem Aufputschhormone ausgeschüttet. Was diese Erkenntnis nutzt? Wenn Liebeskummer als Hormonachterbahnfahrt gesehen werden kann, dann ist es – biologisch gesehen – nur eine Frage der Zeit, bis sich wieder ein stabiler Hormonzustand einpendelt. Und tatsächlich zeigt auch die Lebenserfahrung, dass die Zeit alle Wunden heilt. Bei fast allen Menschen verläuft die „Heilung“ vom Seelenschmerz phasenweise. Dies ist hilfreich zu erkennen, wenn man Angst hat, womöglich nie damit fertig zu werden. In allen Phasen können Sie zudem einiges tun, um den Liebeskummer nicht dauernd wieder von neuem anzufachen.

Mehr dazu erfahren Sie vom 1. bis 15. Oktober 2008 über das Gesundheitstelefon der Landezentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG). Wählen Sie Gesundheit, unter Tel. 06131 / 2069-30. Ab dem 16. Oktober 2008 hören Sie den Infotext zum Thema: Typische Wintersportverletzungen vermeiden!

Sie finden die Ansagetexte auch auf der Homepage der LZG unter [www.gesundheitstelefon-rlp.de](http://www.gesundheitstelefon-rlp.de).

Ansprechpartnerin in der LZG:

Stephanie Burlage, Tel. 06131/206915

---

### **Familienservice: Oktober und November 2008**

*Der Familienservice informiert im Oktober zum Thema: „Wenn die Nacht zum Tag wird ... Schlafprobleme bei Kindern“. Wenn das Baby weint und herzerreißend schreit, kaum dass es eingeschlafen ist, bringt es viele Eltern an den Rand der Belastbarkeit. Der Familienservice unterstützt Eltern bei diesem Problem. Fragen werden vom Experten beantwortet. Im November dreht sich alles um das Thema „Wer betreut unsere Kinder? – Grenzen und Möglichkeiten familienergänzender Betreuung“.*

Das Thema des Familienservice im Oktober ist: „Wenn die Nacht zum Tag wird ... Schlafprobleme bei Kindern“. Wer nicht schläft, fühlt sich schwach, ist ständig gereizt und mit den Nerven am Ende. Ihr Baby weint und schreit herzerreißend, kaum dass es eingeschlafen ist. Manche leben monatelang in diesem Ausnahmezustand, der sie an den Rand der Belastbarkeit bringt. „Warum weint mein Baby nachts so oft?“ fragen sie sich sorgenvoll. Ein Experte erklärt, was Schlafprobleme bei Kindern bedeuten und wie Eltern reagieren können. In der Zeit vom 6.10. – 10.10.2008 steht Oberarzt **Dr. Frank Stemberg, Kinderklinik des Klinikums Worms und verantwortlicher Arzt für das Kinderschlaflabor Worms**, als Email-Experte für Nachfragen zur Verfügung. Bitte senden Sie Ihre Frage an [experte\(at\)familienservice-rlp.de](mailto:experte(at)familienservice-rlp.de)

Im November wird das Thema des Familienservice „Wer betreut unsere Kinder? – Grenzen und Möglichkeiten familienergänzender Betreuung“ lauten. Hier wird es um die Frage der sinnvollen und adäquaten außerfamiliären Betreuung von Kindern gehen. Wie können sich Eltern informieren, auf welche Kriterien sollten sie Wert legen, wie können sie mit den betreuenden Institutionen verhandeln und wie können sie trotz „fremder“ Betreuung – ohne schlechtes Gewissen - eine für sie familienfördernde Situation schaffen und beibehalten. Frau Morawitz-Schäfer, Dipl. Psychologin, Kinder- und Jugendpsychotherapeutin, wird als E-Mail-Expertin zur Verfügung stehen.

Ansprechpartner in der LZG:  
Sabine Gaidetzka, Tel. 06131/206928

---

### **Eltern sind blind für Übergewicht ihrer Kinder**

*Wenn es um das Gewicht ihrer Kinder geht, wollen Eltern oft ein Übergewicht nicht wahrhaben. Dies ist wahrscheinlich ein Hauptgrund dafür, dass Bewegungs- und Ernährungsprogramme so wenig Erfolg haben. Ein fataler Fehler, denn bei dicken Jungen und Mädchen steigt das Risiko enorm, im jugendlichen Erwachsenenalter Bluthochdruck, die Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ-2) oder Gicht und Krebs zu entwickeln. Ein Infotelefon des Adipositasnetzwerkes bietet Eltern Unterstützung an.*

Wenn es um das Gewicht ihrer Kinder geht, wollen Eltern oft ein Übergewicht nicht wahrhaben. Dies ist wahrscheinlich ein Hauptgrund dafür, dass Bewegungs- und Ernährungsprogramme in Kindergärten und Grundschulen selten einen nachhaltigen Erfolg zeigen, so eine neue Studie aus Potsdam. Ein Team um Prof. Dr. Petra Warschburger aus dem Institut für Psychologie der Universität Potsdam hatte 500 Mütter von übergewichtigen Kindern befragt und interviewt. Die Kinder waren zwischen drei und sechs Jahre alt. Es stellte sich heraus: 85 Prozent der befragten Mütter waren völlig sorglos und erkannten das vorhandene Risiko für ihre Kinder gar nicht. Demzufolge zeigten sie auch nicht bereit, innerhalb der folgenden sechs Monate an einem Vorsorgeprogramm teilzunehmen. Vielmehr waren sie anscheinend der Meinung, die überschüssigen Kilos seien harmloser Babyspeck, der sich schon von alleine auswächst. Ein fataler Fehler, denn bei dicken Jungen und Mädchen steigt das Risiko enorm, im jugendlichen Erwachsenenalter Bluthochdruck, eine Fettstoffwechselstörung, die Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ-2) oder Gicht und Krebs zu entwickeln. Diese Krankheiten waren bislang meist dem Alter vorbehalten. Aber auch Aufmerksamkeits- und Lernstörungen werden als gewichtiges Risiko diskutiert. Darüber hinaus leiden Seele und Selbstbewusstsein unter den überflüssigen Kilos, spätestens dann, wenn die Kinder in die Pubertät kommen.

Es ist also wichtiger denn je, dass betroffene Eltern frühzeitig die Augen für das Wohl ihrer Kinder öffnen. In der Studie geschah dies erst dann, als die Eltern annahmen, ein Arzt würde sie dazu ermuntern, an einem Vorsorgeprogramm teilzunehmen.

Falls Sie jetzt auch nachdenklich geworden sind, ob Ihr Kind eventuell zur Risikogruppe gehört, dann haben Sie die Möglichkeit, sich von Experten des Adipositasnetzwerkes Rheinland-Pfalz berechnen zu lassen, ob Ihr Kind gefährdet ist und können sich eingehend beraten lassen. Diese sind montags zwischen 16:00 und 17:00 Uhr erreichbar, unter Tel.: 0700-ADIPOSITAS (0700-23476748\*) oder 06131-693334214.

An Telefongebühren für 0700-Anschlüsse fallen an: 12,4 cent/min aus dem Festnetz der Dt. Telekom. Gültig ab: 01.01.2007 – Alle Preise inkl. ges. MwSt. – Taktung 30/30 - Gebühren anderer Anbieter können abweichen.

Im Jahr 2003 wurde das Adipositasnetzwerk Rheinland-Pfalz e.V. gegründet, ein Zusammenschluss von Menschen und Institutionen aus allen Berufsgruppen, die sich mit Adipositas überwiegend bei Kindern und Jugendlichen in Rheinland-Pfalz befasst. Die LZG war Gründungsmitglied des Netzwerkes und ist im Vorstand vertreten.

Ansprechpartner in der LZG:  
Helmut Hafemann, Tel. 06131/206918

---

## **Kompetenz im Job – Seminare und Fortbildungen**

Die LZG bietet Fachkräften ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsprogramm als Multiplikatoren in der Arbeit mit Menschen in unterschiedlichen Settings an, rund um die Themen Gesundheitsförderung und Prävention. Beispielsweise war das Multiplikatorenseminar „Kinder und Medien“ trotz Zusatztermin im August wieder ausgebucht, so dass eine Fortführung im Jahr 2008 angeboten wird. Eine Gesamtübersicht über das Angebot sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie hier:

<http://www.lzg-rlp.de/html/veranstaltungen.html>

---

## **Neue Medien**

Im LZG-Shop sind zahlreiche neue Medien erhältlich. Das Spektrum reicht von der DVD ‚Leben mit dem Vergessen‘ zum Thema Demenzerkrankungen über den Wochenplaner „Fit an jedem Tag“ bis hin zum LZG-Jahresbericht für 2007 und vielem anderen mehr.

Eine Übersicht über die neu erhältlichen Medien finden Sie unter

[http://www.lzg-rlp.de/html/medien\\_neumедien.html](http://www.lzg-rlp.de/html/medien_neumедien.html)

Das ganze Angebot des LZG-Shops finden sie unter

<http://www.lzg-rlp.de/html/medien.html>

---

## **Termine**

Termine der LZG, von Pflegekongress, Fachtagen zu Kindergesundheit, Gesund-Leben-Lernen oder Jugend- und Spielerschutz, der Elternschule und zu vielem anderen mehr finden sie aktuell unter

<http://www.lzg-rlp.de/html/termine.html>

---

### Herausgeberin

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.  
Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz, [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de)

### Redaktion

Stephanie Burlage  
Jupp Arldt, V.i.S.d.P.,

### Ihre Ansprechpartnerin

Stephanie Burlage, Mail: [sburlage\(at\)lzg-rlp.de](mailto:sburlage(at)lzg-rlp.de)

Alle Informationen sind urheberrechtlich geschützt.

### Abonnementhinweise

Newsletter bestellen bzw. abbestellen – Klicken Sie hier

<http://www.lzg-rlp.de/html/newsletter.html>