

# B e r i c h t e

## **Die Landeszentrale und ihre Partner stellen sich im Landtag vor Parlamentarischer Abend am 11. Februar 2004**

Auf Anregung von Gesundheitsministerin Malu Dreyer hat Landtagspräsident Christoph Grimm die LZG und ihre Mitglieder zu einem Parlamentarischen Abend in den Landtag eingeladen. Dieser etwa 10 Mal im Jahr stattfindende Abend bietet wichtigen gesellschaftlichen Gruppierungen Gelegenheit, ihre Arbeit den Parlamentariern, den Damen und Herren der Landesregierung, der Landespressekonferenz und sonstigen Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens bekannt zu machen. Die LZG freut sich über diese besondere Möglichkeit, bietet Sie doch die Chance, beispielhafte Projekte und Aktionen der Gesundheitsförderung den Entscheidungsträgern und Meinungsmachern vorzustellen.

Der Parlamentarische Abend der LZG findet am Mittwoch, den 11. Februar 2004 um 19.00 Uhr statt, traditionsgemäß im Anschluss an das Plenum des Landtags. „Wir möchten an diesem Abend die Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz als unsere gemeinsame Sache in den Mittelpunkt stellen“, betont Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG. Hier böte sich nicht nur die Chance, einen Ausschnitt der unterschiedlichen Arbeitsansätze und die Vielfalt der Akteure und Institutionen vorzustellen, sondern auch einen Dialog zwischen Politik und Vertretern der Gesundheitsförderung zu initiieren.

Nach Grußworten von Ministerpräsident Kurt Beck, Gesundheitsministerin Malu Dreyer und Landtagspräsident Christoph Grimm wird im Wappensaal und Foyer des Landtags Rheinland-Pfalz unter dem Motto „Gesundheit braucht Partner“ ein „Markt der Möglichkeiten“ eröffnet. Die Präsentation soll in eher unkonventioneller und im wahrsten Sinne des Wortes „bewegender“ Art über die Vielfalt der Arbeitsansätze informieren und das große Chancenpotential aufzeigen, das eine Vernetzung und Kooperation der Gesundheitsakteure bietet.

Neben dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit werden Vertreter von den Vereinigungen der Ärzte und Apotheker, der pflegenden und therapeutischen Berufe, Versicherungsträgern, Selbsthilfeorganisationen, engagierten Firmen und anderen Gruppen aus dem Bereich der Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz an diesem Abend zusammenkommen. Insgesamt 31 Akteure werden vielseitige und auch unterhaltsame Themen für die verschiedenen Bereiche der Gesundheitsförderung vorstellen.

Ansprechpartnerin für dieses Projekt in der LZG ist: Ingeborg Germann Telefon: 06131 / 20 69 20, Telefax: 06131 / 20 69 69, e-mail: <a href="mailto:igermann@lzg-rlp.de">igermann@lzg-rlp.de</a>
---

## Inhaltsverzeichnis

### Berichte

- **Die Landeszentrale und ihre Partner stellen sich im Landtag vor  
Parlamentarischer Abend am 11. Februar 2004** 1
- **Gesunde Schule – Netzwerk Schulen für Gesundheit 21 in  
Rheinland-Pfalz** 3
- **Koch- und Ess-Spaß in rheinland-pfälzischen Grundschulen startet  
im Februar** 5
- **Be strong – be clean – feel good; Landesweiter Wettbewerb für  
junge Menschen startet im Februar 2004** 6
- **Gesundheitsangebot an der VHS für Migrantinnen und Migranten  
aufbauen** 6
- **Mit Lebkuchenherzen auf das Thema Organspende aufmerksam  
machen „Initiative Organspende“ informierte am 5. Dezember** 7
- **Fest „bunt wie das Leben“ zum Welt-Aids-Tag in Mainz** 8
- **Klasse2000 – Schulungen für Gesundheitsförderer** 8
- **Nationale Kooperationserklärung für Gesundheitsförderung  
bei sozial Benachteiligten unterzeichnet** 9

**Berichte aus den Referaten** 10

**Kompetenz im Job - Fortbildungsangebote** 14

**LZG-Termine auf einen Blick** 18

**Neue Medien** 19

**Gesundheitstelefon** 19

**Informationen aus dem Ministerium** 20

**Aus den Mitgliedsverbänden** 22

### Anhang

– Pressespiegel

### Impressum

Das LZG-*forum* erscheint 4mal im Jahr, jeweils am Anfang eines Quartals.

Inhaber und Verleger: Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)

Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz, Tel. 06131/2069-0; FAX: 06131/2969-69

Internet: [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de); e-mail [info@lzg-rlp.de](mailto:info@lzg-rlp.de)

Redaktion: Stephanie Burlage, LZG

V.i.S.d.P.: Jupp Arldt, Geschäftsführer

Das Land Rheinland-Pfalz unterstützt die Arbeit der LZG und fördert sie wesentlich mit Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit. Hinzu kommen Mitgliedsbeiträge und die Förderung durch Sponsoren.

## Gesunde Schule – Netzwerk Schulen für Gesundheit 21 in Rheinland-Pfalz

Mit ersten Projekten und Fortbildungen startet das Kooperationsprojekt „Gesund leben lernen“ der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V., den Spitzenverbänden der gesetzlichen Krankenversicherung und des Ministerium für Bildung, Familie und Jugend, ins neue Jahr. Erfreulich ist die hohe Resonanz, die das Projekt auf die Ausschreibung der Landeszentrale vor den Sommerferien 2003 erzielte. Das Projekt kann direkt mit voller Leistung starten: Um die vorhandenen 50 Plätze in Rheinland-Pfalz haben sich insgesamt 76 Schulen verbindlich beworben. Bereits durch die Auswahl der Schulen betonen die LZG, die Krankenkassen und das Ministerium die Bedeutung der „Chancengleichheit im Zugang zur Gesundheitsförderung“. Unter den ausgewählten Schulen finden sich alle Schulformen aus Rheinland-Pfalz wieder. Soziale und strukturelle Benachteiligungen von Schulen wurden als Auswahlkriterien zugrunde gelegt. Damit ermöglichen die Projektbeteiligten insbesondere Jugendlichen in benachteiligten Lebenssituationen einen verbesserten Zugang zur Gesundheitsförderung und die Möglichkeit zur Erprobung gesundheitsförderlicher Lebensweisen.

Der Schwerpunkt des Projekts „Gesund leben lernen“ liegt in Rheinland-Pfalz auf Vernetzung der am „Setting Schule“ Beteiligten. Bereits im Dezember haben sich die Vertreter der Projekt-Schulen in insgesamt 6 **Regionalgruppen** getroffen und sind in die Kooperation und das Thema

„Gesundheitsförderung im Setting Schule“ eingestiegen.

Die Versammlungsorte der Regionaltreffen waren beteiligte Schulen in Trier/Bitburg, Mainz/Kirn, Neuwied, Ludwigshafen, Pirmasens, Kusel.

Aus den Erfahrungen der Lehrkräfte auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und durch die Begleitung des Projektes durch drei Projektkoordinatoren, entwickelten sich die ersten Ansätze zur Zusammenarbeit.

Neben den regionalen Arbeitsgruppen konnten interessierte Lehrkräfte der Projektschulen bereits im Jahr 2003 mit der **Fortbildung** zu Gesundheitsthemen beginnen. Die Veranstaltungen „Iss dich fit“ des IFB und „Koch- und Ess-Spaß in Grundschulen“ bildeten einen ersten Einblick in Projekte zum Thema Ernährung.

Der zentrale Baustein des Projektes ist die **Ausbildung** von Lehrkräften der beteiligten Schulen zu **Moderatoren für Gesundheitsförderung**. Lehrkräfte werden ausgebildet, die Prozesse zur Gesundheitsförderung an der eigenen Schule zu initiieren, zu erkennen, zu unterstützen und auszuwerten. Die Ausbildung findet in Kooperation mit dem IFB statt und startet im März 2004.

Aktuelle und weitere Informationen können zukünftig der Homepage der LZG unter [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de) entnommen werden.

Ansprechpartnerin für dieses Projekt in der LZG ist: Sandra Brüning  
Telefon: 06131/2069- 22, Telefax:: 06131/2069-69, e-mail: [gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de](mailto:gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de)

### Liste der am Netzwerk beteiligten Schulen (Stand: 15. Dezember 2003)

- Regionale Schule, Altenglan
- Fachschule für Sozialwesen , Bad Kreuznach
- Berufsbildene Schule im Europäischen Berufsbildungswerk (Euro BBW), Bitburg
- Priv. Gymnasium Weierhof am Donnersberg, Bolanden / Weierhof
- Bischöfliche Realschule Marienberg in Trägerschaft des Bistums Trier, Boppard
- Grundschule Burgen, Burgen
- Grundschule Daun, Daun

- Ludwigsschule Förderschule, Edenkoben
- Grundschule Eich, Eich
- BBS Germersheim, Germersheim
- Glantalschule, Glan-Münchweiler
- Grundschule St. Nikolaus, Grafschaft-Ringen
- Erich Kästner Realschule, Hermeskeil
- Herzog-Christian-Schule, Herschweiler-Pettersheim
- Pamina-Gymnasium, Herxheim
- Berufsbildende Schule Wirtschaft, Idar-Oberstein
- Berufsschule Ingelheim, Ingelheim
- Grundschule Kastellaun, Kastellaun
- Hermann-Nohl-Schule, Kirchheimbolanden
- Hauptschule Kirn, Kirn
- Jakob-Muth-Schule Schule mit Förderschwerpunkt Lernen und Sprache, Kusel
- Berufsbildene Schule am Jugendwerk St. Josef, Landau
- Thomas-Nast-Grundschule, Landau
- Berufsbildende Schule, Landstuhl
- Janusz-Korczak-Schule, Lauterecken
- Grundschule Löf,
- SFL Schloß-Schule, Ludwigshafen
- Hauptschule Ernst-Reuter Schule, Ludwigshafen
- Schule mit Förderschwerpunkt Motorische Entwicklung, Ludwigshafen-Oggersheim
- Goethe-Grundschule, Mainz
- IGS Mainz Standort Berliner Siedlung, Mainz
- Grundschule Heddesdorfer Berg, Neuwied
- Grundschule, Nußbach
- Leibniz-Gymnasium, Pirmasens
- BBS Pirmasens
- Regionale Schule Queidersbach
- St. Martinus-Schule (Förderschwerpunkte Lernen und Sprache), Reinsfeld
- Grundschule Idarwald, Rhaunen
- Regionale Schule Rülzheim
- Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium, Schweich
- Grundschule Steinweiler
- Berufsbildende Schule für Ernährung, Hauswirtschaft und Sozialpflege (einschl. berufl. Gymnasium Gesundheit und Soziales), Trier
- Wilhelm-Hubert-Cüppers-Schule ,Trier
- Bischöfliches Angela-Merici-Gymnasium, Trier
- Schule am Sonnenberg, Unkel
- Berufsbildende Schule, Westerburg
- Ernst-Ludwig-Grundschule, Worms
- Staudingerschule, Worms
- Hauptschule Mitte, Zweibrücken

## Koch- und Ess-Spaß in rheinland-pfälzischen Grundschulen startet im Februar

Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz bietet in Kooperation mit der Akademie für ErnährungsKommunikation in Bingen, mit Förderung der Internationalen Stiftung für Ernährungsforschung und Ernährungsaufklärung (ISFE), Schweiz und des Ministeriums für Bildung, Frauen und Jugend Rheinland-Pfalz, ein Projekt für Grundschulen in Rheinland-Pfalz an, um die Ernährungskompetenz von Kindern im Grundschulalter zu stärken.

Problematisches Ernährungsverhalten und Adipositas beeinträchtigen die Gesundheit von Kindern in zunehmendem Maße und können schwerwiegende Langzeitfolgen nach sich ziehen (Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes Mellitus, chronische Krankheiten der Leber, einige Krebsarten, Gicht, Neurodermitis, Bluthochdruck, Mangelkrankheiten, Krankheiten der Verdauungsorgane und des Kauapparates, Suchterkrankungen). Probleme im Ernährungsverhalten sind zumeist auch mit psychosozialen Beeinträchtigungen verknüpft.

Das Projekt „Koch- und Ess-Spaß in der Grundschule“ zielt darauf ab, präventiv Ess-Störungen und Adipositas entgegenzuwirken.

Das Projekt gliedert sich in drei Module:

Am **05. und 06. Februar 2004** findet ein zweitägiges Fortbildungsseminar in der Akademie für ErnährungsKommunikation in Bingen statt. Dabei werden neben den Fachvorträgen zum Thema „Förderung der Ernährungskompetenz bei Kindern – Anregungen für die Praxis zur Prävention von Adipositas“ und „Hygieneschutzverordnung an Schulen“ impulsgebende Workshops angeboten, die dazu beitragen, neue Anregungen zur praktischen Umsetzung von fächerübergreifenden Projekten in der Schule zu vermitteln.

An das Fortbildungsseminar schließt sich die **Praxisphase von Februar 2004 – Juli 2004** an:

Schulen entwickeln, mit fachlicher Unterstützung der Projektleitung, eigene Projekte, Schwerpunktthemen und fächerübergreifende Angebote sowie didaktische Einheiten, die sich auf die individuellen Gegebenheiten der Schule beziehen und diese berücksichtigen.

Die Akademie für ErnährungsKommunikation bietet darüber hinaus begleitende Angebote für die Elternarbeit an, beispielsweise Kochkurse für Eltern und Kinder.

Unterstützt wird die Praxisphase durch ein **Tagesseminar am 27. April 2004:**

Es werden Beispiele von „Best Practise“ vorgestellt und fachliche Impulse vertieft.

Das Konzept des Projektes berücksichtigt, dass die nachhaltige Vermittlung von Ernährungskompetenz bei Kindern im Grundschulalter neben dem Wissenserwerb im aufklärenden und informativen Unterricht vor allem einen Erfahrungs- und Begegnungsraum bieten sollte. Das bedeutet, die nachhaltige Verankerung der Ernährungsförderung im Setting Schule und das Verständnis für Ernährungsförderung als Querschnittsaufgabe zu wecken. Handlungskompetenzen bezüglich des Umgangs mit Lebensmitteln und Nahrung im Alltag der Schülerinnen und Schüler werden im Rahmen des Projektes gefördert. Das Lebensgefühl der Kinder wird berücksichtigt, indem an ihre bisherigen Erfahrungen angeknüpft wird und deren Einstellungen und Verhaltensmuster berücksichtigt und beeinflusst werden. Es werden durch entsprechende, altersgerechte Lernangebote positive Ernährungsgewohnheiten gebildet und unterstützt. Diese können das Erfahrungsspektrum der Kinder erweitern und ihre Entscheidungsgrundlage für ein gesundheitsrelevantes Ernährungsverhalten vergrößern.

Das Projekt wird in Kooperation mit der Universität Gießen, Fachbereich Prof. Dr. Ingrid-Ute Leonhäuser evaluiert und dokumentiert.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies  
 Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: ezinn-spies@lzg-rlp.de

## **Be strong – be clean – feel good**

### **Landesweiter Wettbewerb für junge Menschen startet im Februar 2004**

„Be strong – be clean – feel good“ – unter diesem Motto starten die Regionalen Arbeitskreise Suchtvorbeugung und das Büro für Suchtprävention der LZG im Februar 2004 gemeinsam einen landesweiten Wettbewerb zur Suchtvorbeugung. Der Wettbewerb regt junge Menschen (14 – 20 Jahre) dazu an, sich in kritischer Form mit Konsum- und Mißbrauchsverhalten auseinander zu setzen. Themengebiete sind: Alkohol – irgendwann ist der Spaß vorbei; Ess-Störungen und Probleme übermäßigen Computer- oder Internetgebrauchs. Jugendliche sind aufgerufen ihre Erfahrungen in einem Song oder in einem kurzen Videofilm darzustellen. Die besten Beiträge werden prämiert und im Rahmen eines Live-Konzerts öffentlich präsentiert. Die offenen Kanäle in Rheinland-Pfalz werden die Beiträge der Gewinnerinnen und Gewinner zudem ausstrahlen.

Tipps für die musikalische Umsetzung bietet music-live e.V. Koblenz, einer der Kooperationspartner des Wettbewerbs. Die Landeszentrale für private Rundfunkveranstalter Rheinland-Pfalz, gleichfalls Kooperationspartner, unterstützt die Jugendlichen bei allen Fragen zur Umsetzung eines Videokurzfilms. Fachlich stehen den jungen Leuten die Regionalen Arbeitskreise und das Büro für Suchtprävention zur Seite. Mitmachen können Schulen, Jugendgruppen in Jugendzentren oder Jugendheimen sowie Bands. Eine Broschüre gibt Hinweise zur Organisation und führt in die Themenstellung ein. Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka  
Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [sgaidetzka@lzg-rlp.de](mailto:sgaidetzka@lzg-rlp.de)

### **Gesundheitsangebot an der VHS für Migrantinnen und Migranten aufbauen**

Gesund sein und gesund bleiben – unter diesem Motto werden zur Zeit an verschiedenen Standorten in Rheinland-Pfalz durch die örtlichen Volkshochschulen in einem Pilotprojekt Vorträge zu Themen der Gesundheitsbildung für Migrantinnen und Migranten angeboten. Grundlage dafür ist ein Kooperationsprojekt des Landesverbandes der Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz, der Landesausländerbeauftragten und der LZG, das unterstützt wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit und das Ministerium für Wissenschaft, Weiterbildung, Forschung und Kultur. Es ist das Ziel des Projektes, Programmverantwortliche und Kursleitende an Volkshochschulen dabei zu unterstützen, Angebote der Gesundheitsbildung für Migrantinnen und Migranten kultursensibel und bedarfsorientiert zu organisieren und zu gestalten.

Migrantinnen und Migranten befinden sich oft in spezifischen Lebens- und Problemlagen, die eine besondere Unterstützung hinsichtlich ihrer Gesundheit erfordern und Interventionen notwendig machen. Bislang haben die Volkshochschulen in dem Bereich der Gesundheitsbildung diese Adressatengruppen nicht im Blick. Andererseits gibt es Zugangsbarrieren, die eine Teilhabe dieser Zielgruppe an dem bestehenden Angebot in Volkshochschulen erschwert. In einem Workshop können verantwortliche Mitarbeiter aus regionalen Volkshochschulen sich mit verschiedenen Fragestellungen zum Thema „Migration und Gesundheit“ vertraut machen und die Möglichkeiten von Interkultureller Kompetenz im Rahmen der eigenen Tätigkeit thematisieren. (sh. Kompetenz im Job).

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [igermann@lzg-rlp.de](mailto:igermann@lzg-rlp.de)



*Organspende schenkt Leben*

**Mit Lebkuchenherzen auf das Thema Organspende aufmerksam machen  
„Initiative Organspende“ informiert am 5. Dezember an  
drei Standorten in Rheinland-Pfalz**

Mit einem Lebkuchenherz als Geschenk informierte die „Initiative Organspende Rheinland-Pfalz“ am **5. Dezember 2003** in Mainz, Ingelheim und Montabaur über das Thema Organspende. Mitglieder der „Initiative Organspende Rheinland-Pfalz“ verteilten mit prominenten Unterstützern einige Tausend Lebkuchenherzen mit Informationen zu den wichtigsten Fragen zur Organspende. In der Mainzer Römer Passage unterstützte der Mainzer Sozialdezernent Michael Ebling die Aktion, in Ingelheim und Montabaur waren die Landräte Claus Schick bzw. Peter Paul Weinert als Partner aktiv.

Mit dieser Aktion unter dem Motto „Geschenktes Leben – das wichtigste Geschenk das Sie machen können“ möchten die Initiatoren gerade im Hinblick auf die Adventszeit das Thema Organspende als eine Möglichkeit des sozialen Handelns in das Bewusstsein der Bürgerinnen und Bürger bringen. Gesundheitsministerin Malu Dreyer unterstützte diese wichtige Aufklärungsarbeit und wies auf das neue Informationsfaltblatt „Organspende schenkt Leben“ hin. Das Faltblatt spricht die zentralen Fragen zur Organspende an und wurde gemeinsam mit der „Initiative Organspende Rheinland-Pfalz“ erstellt. „Wesentlich ist hierbei eine umfassende Information über das Thema Organspende. Denn jeder Mensch kann die Frage nur für sich selbst beantworten. Es gibt kein „richtig“ oder „falsch“, nur das Recht auf eine persönliche Entscheidung“, betonten die Initiatoren.

Aufklärungsbedarf scheint vorhanden zu sein: „Obwohl Umfragen ergeben haben, dass ca. 70 % der Bevölkerung einer Organspende nach dem Tod positiv gegenüberstehen, haben nicht

mehr als 12 % der Bürgerinnen und Bürger diese positive Grundhaltung in einem Organspendeausweis dokumentiert“, erklärt Jupp Arldt, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz, bei der die Initiative Organspende angesiedelt ist. Umfragen belegen auch, dass in erster Linie diejenigen zu den Ausweisträgern zählen, die sich intensiver mit dem Thema auseinandergesetzt haben. Das zeigt, dass die öffentliche Information und Diskussion zur Organtransplantation nicht nachlassen darf, um das Thema in der Bevölkerung wach zu halten. Denn trotz Entwicklungen neuer Medikamente oder neuer medizinischer Technologien ist die Medizin auf Transplantationen angewiesen, um Leben zu retten. Fast 12.000 Menschen stehen auf der Warteliste für ein Spenderorgan. Im vergangenen Jahr gab es jedoch lediglich 3.305 Transplantationen.

Mit kontinuierlich stattfindenden Aktionen zum Thema Organspende will die im Oktober 2002 gegründete „Initiative Organspende Rheinland-Pfalz“ aufmerksam machen und eine breite Öffentlichkeit erreichen. Mitglieder sind das Gesundheitsministerium Rheinland-Pfalz, die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG), die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO) Region Mitte, verschiedene Selbsthilfeverbände, die Landesärztekammer, die Kassenärztliche Vereinigung Rheinhessen, gesetzliche Krankenkassen und der Landessportbund Rheinland-Pfalz. Die Firma Novartis ist Sponsor dieser Aktion.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: igermann@lzg-rlp.de

## Fest „Bunt wie das Leben“ zum Welt-Aids-Tag 2003 in Mainz

Mit einem Fest der Solidarität anlässlich des Welt-Aids-Tages luden die Aids-Beratungsstelle Mainz-Bingen, die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) und die Stadt Mainz ein. Das gemeinsame Fest sollte HIV-Positiven, Angehörigen, Freunden, ehrenamtlichen Helfern und allen, die das Thema Aids angeht, Mut machen und Freude bereiten sowie zugleich Barrieren abbauen.

„Bunt wie das Leben“ war Motto und Programm des Festes, das am **Freitag, den 28.11.03 um 20.00 Uhr im Mainzer Haus der Jugend** startete. Über 200 Menschen waren zu einem „bunten Programmabend“ gekommen, der sich sowohl nachdenklich wie auch entspannend darbot. Angefangen von der Gruppe Giovanni Musici, die selbst eine Geschichte geschrieben hatte und diese mit klassischer Musik untermalte, über das Gespräch mit einem HIV-Positiven (Pfarrerin D. Hillingshäuser) und einem anschließenden Ballettvortrag eines Tänzers (Jörg Weinöhl) vom Staatstheater Mainz. Dann ging es in die lustige und entspannende Richtung mit Travestie (Liesel Stenz) und dem schwul-lesbischen Chor Mainz-Wiesbaden, den Uferlosen. Abschließend begann die Party mit Livemusik der Gruppe Soulmine, bei der ausgelassen getanzt und gefeiert wurde.

Der Eintritt war frei, alle Künstler verzichteten auf ihre Gage.

Stigmatisierung – Ausgrenzung abwehren“. Die aktuellen Daten und Fakten zu HIV und AIDS in **Deutschland** besagen, dass Ende 2002 ca. 40.000 Menschen mit HIV oder AIDS in der BRD lebten. Die Gesamtzahl der HIV-Infizierten seit Beginn der Epidemie beträgt in Deutschland ca. 60.000 Menschen. Wie in den meisten Industrieländern hat sich auch in Deutschland ein nach 1995 beobachteter Rückgang der AIDS-Neuerkrankungen in den letzten Jahren nur noch verlangsamt fortgesetzt. Die Zahl der mit dem Vollbild AIDS neu erkrankten Personen ist mit ca. 700 Personen in etwa auf dem Niveau des Vorjahres. **Global gesehen** leben bisher ca. 40 Millionen Männer, Frauen und Kinder mit HIV oder AIDS.

Stigmatisierung und Diskriminierung von HIV- und AIDS-Betroffenen verhindern sowohl auf medizinischer als auch auf psycho-sozialer Ebene eine wirkungsvolle Unterstützung der von dieser Krankheit betroffenen Menschen. Die Aids-Aufklärungskampagne will alle Bürgerinnen und Bürger anregen, sich mit dem Thema HIV/AIDS zu beschäftigen und zu konfrontieren, um das immer noch verbreitete Schweigen zu brechen und dazu beizutragen, förderliche Lebensbedingungen für Betroffene zu schaffen.

## Klasse2000 - Schulungen für Gesundheitsförderer

Parallel zum neuen Schuljahr starteten Oktober und November bundesweit die jährlichen Schulungen für Klasse2000-Gesundheitsfördererinnen und Gesundheitsförderer. Die rheinland-pfälzischen Schulungen fanden in Mainz, Koblenz und Meisenheim statt und wurden sehr praxisnah gestaltet. Sie dienen nicht nur der Vermittlung von inhaltlichem und methodischem Wissen, sondern auch dem intensiven Austausch der beteiligten Fachleute. Zur Qualitätssicherung des Klasse2000 Programms werden Anregungen und Ideen regelmäßig an das Klasse2000 Projektteam in Nürnberg weitergeleitet.

Das Unterrichtsprogramm Klasse 2000 wurde entwickelt, um Lehrkräfte bei der Umsetzung von Gesundheitsthemen zu unterstützen. Es begleitet die Kinder von der ersten bis zur vierten Grundschulklasse und bietet viele erprobte Unterrichtsvorschläge und eine Fülle von Materialien für die Praxis. Grundgedanke von Klasse2000, dem bundesweit größten Programm zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention an Grundschulen, ist es, dass Gesundheitsförderung über reine Wissensvermittlung hinausgeht. Im Vordergrund stehen die Förderung von Lebenskompetenzen und die Stärkung der Persönlichkeit der Kinder.

Deshalb unterstützt Klasse2000 die Körperwahrnehmung der Kinder und ihre positive Ein-

Die Unterrichtsmethodik setzt auf spielerisches und handlungsorientiertes Lernen, der Unterricht

stellung zur Gesundheit. Ihre sozialen Kompetenzen werden gestärkt, sie werden zu einem kritischen Umgang mit Genussmitteln und Alltagsdrogen angeleitet.

Im Rahmen von Klasse2000 führen Lehrerinnen und Lehrer pro Schuljahr ca. 12 Unterrichtseinheiten durch und erhalten dafür gut ausgearbeitete Unterrichtsvorschläge. Ihre pädagogische Arbeit wird unterstützt durch speziell geschulte Klasse2000-Gesundheitsförderer, die pro Schuljahr zwei bis drei Unterrichtseinheiten durchführen. Dafür bringen sie oft besonderes Material mit, z.B. Stethoskope, Atemtrainer oder Erbsensäckchen für die Wirbelsäule.

Die Gesundheitsförderer sind Fachleute aus Medizin oder Pädagogik, die ihre Arbeit mit den Lehrkräften eng abstimmen. Erfahrungsgemäß reagieren die Kinder begeistert auf die Gesundheitsförderer und entwickeln eine starke Motivation, die Lehrkräfte in den nachfolgenden Stunden aufgreifen können.

soll den Kindern Spaß machen. Für dieses Prinzip steht die Identifikationsfigur Klaro oder auch Klara, die die Kinder im Unterricht begleitet.

Klasse2000 wurde 1991 am Klinikum Nürnberg unter der Mitarbeit von Grundschulpädagoginnen entwickelt. Das Programm wird laufend weiterentwickelt, dabei gehen die Ergebnisse regelmäßiger Lehrerbefragungen und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse ein.

Klasse2000 finanziert sich ausschließlich über Spenden. Jede Klasse benötigt einen Paten, der pro Schuljahr 260 € spendet. Als Paten engagieren sich u.a. Eltern, Privatpersonen, Firmen und Lions Clubs.

Für das Schuljahr 2003/04 können noch erste Klassen angemeldet werden.

Weitere Informationen: in der LZG bei der Regionale Koordinatorin Frau Uta Straka, Telefon 06131 / 20 69 16, Fax 06131 / 20 69 69, e-mail: [Klasse2000.RLP@lzg-rlp.de](mailto:Klasse2000.RLP@lzg-rlp.de)

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Uta Straka

Telefon: 06131/ 2069-16, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [klasse2000.rlp@lzg-rlp.de](mailto:klasse2000.rlp@lzg-rlp.de)

### **Nationale Kooperationserklärung für Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten unterzeichnet**

Eine Erklärung über die nationale Kooperation zur Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten zwischen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), der Bundesvereinigung für Gesundheit e. V. und allen 15 Landesvereinigungen für Gesundheit wurde in Köln unterzeichnet. Vertreter des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung, der Bundesärztekammer und des BKK-Bundesverbandes begleiten und unterstützen die Unterzeichnung dieses in der Bundesrepublik einmaligen Kooperationsverbands. „Ziel ist eine verstärkte Zusammenarbeit und Vernetzung auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung für sozial benachteiligte Menschen“, so Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG Rheinland-Pfalz.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen, so Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, dass es viele Facetten sozialer Benachteiligung gibt.

Es können Menschen mit niedrigem Einkommen, niedriger Schulbildung oder niedriger Stellung im Beruf ungünstigere Gesundheitschancen haben. Bereits im Kindes- und Jugendalter zeigt sich eine höhere Sterblichkeit und Krankheitshäufigkeit bei sozial Benachteiligten. Aber auch gesundheitsrelevante Verhaltensweisen sind ungünstiger, z.B. rauchen Jugendliche desselben Alters als Berufsschüler zu 53 Prozent, als Gymnasiasten zu 37 Prozent. Früherkennungsuntersuchungen, insbesondere ab U7 und Impfungen werden von sozial benachteiligten Familien seltener wahrgenommen. Insgesamt sterben arme Menschen im Vergleich zu reichen im Durchschnitt sieben Jahre früher, und sie haben in jeder Lebensphase ein mindestens doppelt so hohes Risiko, schwer zu erkranken, zu verunfallen oder von Gewalt betroffen zu sein. Gesundheitsförderung sei hier, wie internationale Erfahrungen belegen, eine wichtige Strategie zum Abbau der Ungleichheit.

Es gebe zwar eine Anzahl von Einzelmaßnahmen, dennoch fehle es oft an geeigneten Zugangswegen und einer integrierten systematischen Förderung.

Vor diesem Hintergrund verfolgen die Kooperationspartner differenzierte, zielgruppenspezifische Strategien der Ansprache schwer erreichbarer Gruppen wie z.B. Migrant/-innen, Menschen mit besonders niedrigem Bildungsniveau oder aus sozial schwierigen Familienverhältnissen. Seit dem Jahr 2001 unterstützt die BZgA zudem verstärkt die Entwicklung von Handlungsgrundlagen durch den Aufbau einer bundesweiten Datenbank, die zur Internetplattform mit zahlreichen Service-Angeboten weiterentwickelt wird ([www.datenbank-gesundheitsprojekte.de](http://www.datenbank-gesundheitsprojekte.de)).

Bereits seit vielen Jahren arbeiten die Bundes- und Landesvereinigungen, Landeszentralen und Landesarbeitsgemeinschaften für Gesundheitsförderung an einer Stärkung und Vernetzung der regionalen Aktivitäten zur Gesundheitsförderung und Prävention. Sie verstehen sich dabei als Zusammenschluss der Akteure im Land und binden gleichermaßen Kammern, Sozialkassen, Landesministerien, den Öffentlichen Gesundheitsdienst, Wissenschaft, Krankenhäuser und Betriebe, Sozial- und Wohlfahrtsverbände, freie Träger, Selbsthilfe- und Verbraucherverbände und viele weitere Akteure ein.

## Berichte aus den Referaten

### „Behindert(e) Liebe ?!“

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die in Wohneinrichtungen oder Werkstätten Menschen mit geistiger Behinderung betreuen, sind häufig mit Situationen im Lebens- und Arbeitsalltag der Menschen mit geistiger Behinderung konfrontiert, in denen Sexualität zwischen den Betreuten eine Rolle spielt. Manche Situationen können durchaus verunsichern. Häufig sind die Fachkräfte in Ihrem Engagement auf sich allein gestellt, manchmal mangelt es auch an konkreten Arbeitshilfen und oft fehlt die Zeit, zu kollegialem Austausch. Zu diesem Thema fand am 24.11.2003 im Fridjof-Nansen-Haus in Ingelheim eine Fortbildungsveranstaltung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Wohneinrichtungen und Werkstätten für Menschen mit geistiger Behinderung statt, die sich großen Interesses erfreute, denn die Thematik „Sexualität und geistige Behinderung“ wird immer noch weitestgehend tabuisiert.

Das eintägige Seminar, unter Leitung des Sexu-

alpädagogen Rainer Wanielik (Institut für Sexualpädagogik, ISP Dortmund) thematisierte im Schwerpunkt folgende Fragestellungen:

- Welche konkreten Möglichkeiten der Körper- und Sexualaufklärung, aber auch der Sinnes- und Gefühlswahrnehmung eignen sich für den Arbeitsalltag in der Werkstätte, bzw. im Wohnbereich?
- Wie kann in der Praxis mit dem Spannungsfeld von Förderung der Selbstbestimmung, Intimitätsschutz und pädagogisch/rechtlicher Verantwortung umgegangen werden?
- Welche Einflüsse haben eigene biographische Faktoren auf das berufliche Handeln?

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Seminars waren begeistert, sie beschrieben die Fortbildung auch in der Vielfalt der vermittelten Methoden, als sehr hilfreich für ihre berufliche Praxis. Gewünscht wurden weitere, vertiefende Seminare zu diesem Themenspektrum.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: <a href="mailto:ezinn-spies@lzg-rlp.de">ezinn-spies@lzg-rlp.de</a>
--

### „Iss dich fit !“

Gravierende Ernährungsprobleme zeigen sich auch im schulischen Alltag bereits bei Kindern und Jugendlichen: Ess-Störungen, Adipositas und anderes Ernährungsfehlverhalten belasten immer mehr Schülerinnen und Schüler.

In Kooperation mit dem IFB, Boppard veranstaltete die Landeszentrale für Gesundheitsförderung am 26. Nov. 2003, in der Erich-Kästner-Schule in Bad Neuenahr-Ahrweiler eine Fortbildungstagung, die von 27 Lehrerinnen und Lehrer an weiterführenden Schulen besucht wurde.

Zu Beginn der Veranstaltung setzten die beiden Referenten, Dr. Johannes Oepen (Ärztlicher Leiter des Viktoriastiftes Bad Kreuznach und 1. Vorsitzender des „Netzwerkes Adipositas“, Rheinland-Pfalz, e.V.) und Dagmar Surges (Fachberaterin für Nachhaltigkeitserziehung und Lehrerin an der Erich-Kästner-Schule) mit ihren Beiträgen neue Akzente:

Dr. Oepen stellte in seinem Beitrag die Dimension des Themas „Förderung der Ernährungs-

kompetenz im Zusammenhang von Ess-Störungen und Adipositas“, aus Sicht des Mediziners und Therapeuten dar. Dagmar Surges zeigte in ihrem Referat „Gesunde Ernährung im Rahmen der Gesundheits- und Umweltbildung an der Schule“ die Möglichkeiten der praxisnahen Umsetzung von Projektideen auf.

Die Mittagspause wurde aktiv gestaltet, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Veranstaltung kreierten unter Anleitung von Dagmar Surges ein Zweigänge-Menü, welches viel Spaß bereitete und natürlich zur Nachahmung Anregungen vermittelte.

Am Nachmittag standen die Workshop-Themen „Ess-Störungen-Schön schlank“ und „Welt-Frühstück“ im Mittelpunkt.

Die Resonanz auf die Fortbildung war durchweg sehr positiv, so dass weitere Fortbildungen zu diesem Themenschwerpunkt gewünscht wurden.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies  
Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: ezinn-spies@lzg-rlp.de

### Präventionsprojekt in Fahrschulen wird nach erfolgreicher erster Erprobungsphase fortgesetzt

Das erfolgreiche Modellprojekt in Fahrschulen zur Reduktion alkohol- und drogenbedingter Verkehrsunfälle in Rheinland-Pfalz wird 2004 fortgesetzt. Bis Mai 2004 werden erneut Präventionsveranstaltungen in Fahrschulen angeboten. Zielgruppe sind junge Fahrer (18-24 Jahre), die überproportional häufig in Verkehrsunfälle verwickelt sind. Eine der Ursachen ist das Fahren unter Alkohol- oder Drogeneinfluss. Das Modellprojekt führt das Büro für Suchtprävention der LZG – wie im vergangenen Jahr - in Kooperation mit verschiedenen Ministerien, mit den Fahrschulverbänden Rheinland und Pfalz, der Landesstelle Suchtkrankenhilfe und der Fachhochschule Koblenz durch.

Themen der Präventionsveranstaltungen, durchgeführt von Fachkräften der Suchtvorbeugung in Kooperation mit Fahrschulen, waren

- Auswirkungen von Alkohol-/Drogenkonsum auf das Fahrverhalten und damit verbundene rechtliche Aspekte.
- Einstellungen zum Auto fahren unter Alkohol-/Drogeneinfluss reflektieren,
- alltägliche Situationen, in denen junge Menschen in den Konflikt zwischen Auto fahren und Alkohol trinken geraten und Lösungswege aufzeigen
- Teilnehmerinnen und Teilnehmer in einer positiven Einstellung zur nüchternen Verkehrsteilnahme bestärken.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka  
Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: sgaidetzka@lzg-rlp.de

## **„Alkohol und Drogen am Steuer – Deine Entscheidung“ Neuer Flyer erschienen**

Was geschieht eigentlich, wenn man auf einer Geburtstagsparty nur einmal kurz auf das Geburtstagskind mit anstoßen wollte, es wird dann etwas mehr und man gerät auf der Weiterfahrt mit dem Auto in eine Verkehrskontrolle ? Was sagt die Versicherung dazu, wenn man alkoholisiert einen Verkehrsunfall verschuldet ? Wann wird eine Medizinisch-Psychologische Untersuchung eingeleitet ?

Wie viele Punkte gibt es und was kostet das Fahren unter Alkohol-/Drogeneinfluß ? Antworten auf rechtliche Fragen bietet ein Flyer, den das Büro für Suchtprävention in Zusammenarbeit mit verschiedenen Kooperationspartnern zum Thema „Alkohol und Drogen am Steuer – Deine Entscheidung“ zu Jahresbeginn neu herausgegeben hat. Der Flyer kann ab sofort kostenlos über die LZG bezogen werden.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka

Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [sgaidetzka@lzg-rlp.de](mailto:sgaidetzka@lzg-rlp.de)

Bezugsadresse: Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG), Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz, Ralf Krzistek, gegen ein Rückporto von 0,55 € in Briefmarken.

## **Fachtagung zum Thema Frühintervention bei jungen Menschen fand großen Anklang**

Am 2. Dezember 2003 veranstaltete das Büro für Suchtprävention eine Fachtagung zum Thema Frühintervention bei jungen Menschen. Wolfgang Richter, ev. Beratungsstelle Idar-Oberstein, legte mit einem Grundsatzreferat die konzeptionelle Basis. Plastisch führte sodann Dr. Theo Wessel, Leiter des Drogenrehabilitationszentrums Schloss Bettenburg der Drogenhilfe Tübingen e.V., in das Modell der Motivierenden Gesprächsführung ein. In zwei Arbeitsgruppen wurden anschließend anschaulich Möglichkeiten der Frühintervention in Schule und Jugendarbeit vorgestellt. Im Mittelpunkt dieser Arbeitsgruppen standen Hilfestellungen für den einzelnen Jugendlichen, wobei der Gesprächsführung z.B. in der Art der motivierenden Gesprächsführung eine zentrale Rolle zukommt. Frühintervention, die sich allein am einzelnen orientiert, greift aber zu kurz. Ebenso wichtig ist die Betrachtung des strukturellen Rahmens:

Wie funktionieren Systeme, wie funktioniert das System Jugendzentrum oder Schule, welche Absprachen gelten hier, welche trägerübergreifenden Formen der Kooperation z.B. mit einer Jugend- und Drogenberatungsstelle haben sich bewährt, welche Vereinbarungen für die Zusammenarbeit gibt es hier.

Mit diesen Fragen beschäftigte sich eine weitere Arbeitsgruppe, die die beiden anderen in der Sache gut ergänzte. Bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern kam die gelungene Mischung zwischen Theorie und Praxis der Tagung gut an. Die im Rahmen der Fachtagung aufgezeigten Wege der „motivierenden Gesprächsführung“ und der Entwicklung trägerübergreifender Kooperationsvereinbarungen“ wurden positiv aufgegriffen und eine weiterführende Veranstaltungen zur Verankerung der Ansätze in Rheinland-Pfalz gewünscht.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka

Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [sgaidetzka@lzg-rlp.de](mailto:sgaidetzka@lzg-rlp.de)

## Konfliktfähigkeit lernen – ein Baustein zur Suchtvorbeugung mit Kindern

Mit Konflikten umgehen, sie konstruktiv austragen zu lernen ist ein wichtiger Beitrag zur Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen und zur Suchtvorbeugung. Erfahrungen mit einem Modellprojekt in einer Mainzer Kindertagesstätte wurden nunmehr in einer Dokumentation veröffentlicht. Die Dokumentation stellt anschaulich verschiedenes Handwerkszeug vor, das Kindern dabei hilft, konstruktiv streiten zu lernen.

Erprobt wurden die Materialien bei Kindern zwischen 5 und 11 Jahren.

Die Dokumentation kann gegen Übernahme des Portos bezogen werden über:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG), Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz, Ralf Krzistek, gegen ein Rückporto von 1,44 € in Briefmarken

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka  
Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [sgaidetzka@lzg-rlp.de](mailto:sgaidetzka@lzg-rlp.de)

## RIGG – Ein Projekt gegen Gewalt in engen sozialen Beziehungen

Im Auftrag des Rheinland-Pfälzischen Landtags befasst sich das Rheinland-Pfälzische Interventionsprojekt **Gegen Gewalt in engen sozialen Beziehungen** „**RIGG**“ durch die Vernetzung landesweiter und regionaler Institutionen und Akteurinnen mit der Bekämpfung von Gewalt in engen sozialen Beziehungen. Fachübergreifend und interdisziplinär werden Vorschläge, Empfehlungen und Maßnahmen zur Prävention und Hilfe gegen häusliche Gewalt, deren Opfer vorwiegend Frauen und Kinder sind, erarbeitet.

Auf Empfehlung des MASFG ist die LZG Mitglied beim „landesweiten Runden Tisch“ des Interventionsprojektes und Vertreterin der Fachgruppen „Prävention“ und „Gesundheit“.

Im Rahmen dieser Fachgruppen wurden die Auswirkungen von Gewalterfahrungen auf die Gesundheit der betroffenen Frauen thematisiert. Im Hinblick auf die Ansprache und ärztliche Versorgung der Opfer als auch eine ausreichende Dokumentation von Gewaltspuren wurden Überlegungen dazu angestellt, wie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Gesundheitswesen für dieses Fragestellungen sensibilisiert werden können.

Zu diesen Themen hat die Fachgruppe „Gesundheit“ eine Broschüre für Akteurinnen und Akteure im Gesundheitswesen erarbeitet, die zwischenzeitlich großflächig in Rheinland-Pfalz

verbreitet wurde und auch bei der LZG angefordert werden kann.

Es wurde bei der Erarbeitung dieser Broschüre deutlich, dass bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Gesundheitswesen als einem wesentlichen Teil des Hilfesystems für betroffene Frauen ein großes Interesse an weiterführenden Informationen besteht. Bestätigt wurde dies durch die hohe Akzeptanz einer Fortbildungsveranstaltung, die im Rahmen des Projektes in Kooperation mit der Bezirksärztekammer Rheinhessen durchgeführt wurde. Ausgehend von diesem Bedarf hat sich der Landesweite Runde Tisch als Steuerungsgremium des Interventionsprojektes unter anderem dafür ausgesprochen, das Thema „Gewalt in engen sozialen Beziehungen“ in den Aus- und Weiterbildungsplan aufzunehmen und landesweit zertifizierte Fortbildungsveranstaltungen anzubieten. Ein diesen Empfehlungen entsprechendes Modul für die ärztliche Fortbildung wird im Auftrag der Fachgruppe „Gesundheit“ und in Kooperation der LZG, des MASFG und der Landesärztekammer erstellt und wird im Januar 2004 mit einer Veranstaltung der Bezirksärztekammer und der LZG in Koblenz vorgestellt. (s. Kompetenz im Job)

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [igermann@lzg-rlp.de](mailto:igermann@lzg-rlp.de)

## **Selbstbehauptungstraining ( bald nicht nur) für Seniorinnen gefragt SWR-Berichterstattung in Morgen- und Mittagsmagazin**

Viele ältere Frauen sind aktiv und interessiert, sind kontaktfreudig und kommunikativ.

Die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erfordert meistens, die eigene vertraute Umgebung zu verlassen und sich im öffentlichen Raum zu bewegen. Aber gerade dort fühlen sich ältere Frauen aus Sorge um ihre persönliche Sicherheit und aus Furcht vor Gewalt bedroht.

Mit großer Begeisterung wurde daher erneut ein Sicherheitstraining für Seniorinnen in den Räumen der LZG absolviert. In dem zweitägigen Selbstbehauptungskurs am 2. und 9. Dezember 2003, der speziell auf ältere Frauen abgestimmt war, wurden Atem- und Stimmübungen wie bewusstes sehr lautes Schreien ebenso geübt wie Strategien und körperliche Techniken zur Abwehr von Angriffen.

Unter der Leitung von Gestalttherapeutin Marlene Gebhart wurden bedrohliche Situationen in Rollenspielen lebensnah nachgespielt und Lösungswege geübt.

Eine geplante Berichterstattung durch den SWR für Morgen- oder Mittagsmagazin des WDR wird die ohnehin große und positive Resonanz dieses Projektes sicher noch verstärken, so dass weitere Sicherheitstrainings in Kooperation mit der LZG angeboten werden sollen. Als Zielgruppe stehen nach wie vor Seniorinnen im Vordergrund. Aber auch für ältere Männer, die sich mit ihrer veränderten körperlichen Kraft vertraut machen können und insbesondere für junge Frauen und Mädchen ist dieses Angebot zur Unterstützung und Förderung der Selbstbehauptung ein Beitrag zur Stärkung der eigenen Sicherheit.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: igermann@lzg-rlp.de

# Kompetenz im Job

## **Gelungene Kommunikation**

Kommunikation im beruflichen Alltag ist unser täglich Brot. Doch nicht immer verläuft sie reibungslos beziehungsweise so, wie wir sie uns wünschen. Wer im (Arbeits)Leben überzeugen will, muss Gespräche und Reden so gestalten können, dass sie gedanklich nachvollziehbar, verständlich und klar strukturiert sind. Dieses Fortbildungsangebot mit Gisela Abts richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Öffentlichen

Gesundheitsdienstes und an die Partnern und Mitgliederverbände der LZG.

Termin: 26./27. April 2004

Tagungsort: Landgasthaus Arnoth,  
54483 Kleinich

Referentin:

Gisela Abts, Erwachsenenbildnerin/ Organisationsmanagerin

Kosten: 130€, inkl. Verpflegung und Übernachtung

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: igermann@lzg-rlp.de

### **Fortbildungskonzept Auftakt Januar in Koblenz**

Am 28. Januar 2004 findet im Städtischen Klinikum Kemperhof in Koblenz eine zertifizierte Fortbildung zum Thema: „Gewalt gegen Frauen – ein Thema für die ärztliche Praxis“ statt. Grundlage dieser gemeinsam von der Bezirksärztekammer Koblenz und der LZG organisierten Veranstaltung ist ein Fortbildungsmodul aus

der Fachgruppe „Gesundheit“ im Rahmen des Rheinland-Pfälzischen Interventionsprojektes gegen Gewalt in engen sozialen Beziehungen. (s. Bericht aus den Referaten)

Termin: 28. Januar 2004

Ort: Städt. Klinikum Kemperhof

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: igermann@lzg-rlp.de

### **Workshop „Interkulturelle Kompetenz in der Gesundheitsbildung“**

Für Programmverantwortliche und Kursleiter aus Volkshochschulen (s. Bericht)

Ort: Geschäftsstelle des VHS Landesverbandes in Mainz

Referentin: Astrid Petermann, Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e.V.

Termin: 12. Februar 2004

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131/ 2069-22, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: igermann@lzg-rlp.de

### **Kinder stark machen – zu stark für Drogen**

„Kinder stark machen – zu stark für Drogen“ – unter diesem Motto startete das Büro für Suchtprävention der LZG im Dezember 2003 eine sechsteilige Fortbildungsreihe für Erzieherinnen und Erzieher in Kindertagesstätten. Die Fortbildungsreihe vermittelt Kenntnisse über gesundheitsfördernde und suchtvördernde Faktoren und entwickelt gemeinsam mit den Teilnehme-

rinnen und Teilnehmern Ansätze für die praktische Umsetzung im Alltag der Kindertagesstätten.

Mit folgenden Seminareinheiten wird die Fortbildungsreihe im ersten Quartal 2004 fortgesetzt:

- 21. Januar: Förderung des Selbstwerts
- 11. Februar: Sexualpädagogische Aspekte
- 17. März: Konsumverhalten von Kindern

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Sabine Gaidetzka  
Telefon: 06131/ 2069-24, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: sgaidetzka@lzg-rlp.de

### **Was mich bewegt – lerne ich!**

**IFB-Nummer: 46.813**

### **Bewegung bildet Kinder- bewegt auch Bildung Kinder?**

Der Verein zur Bewegungsförderung Psychomotorik e.V. in Landau lädt in Kooperation mit der Universität Landau dem Aktionskreis Psychomotorik und der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz (LZG) am 19. März 2004 zu einem Tagessymposium ein.

Mit zwei Vorträgen leiten von Prof. Dr. Renate Zimmer mit dem Thema „Bildung im Rückwärtsgang? Pädagogik nach Pisa?“ und Prof. Dr. Klaus Bös „Gesundheitszustand und Gesundheitsförderung von Kindern in einer mediatisierten und technisierten Umwelt“ das Symposium ein.

Ergänzend gibt es zahlreiche Workshops mit namhaften Referenten zu den Themenschwerpunkten Bewegung, Entwicklung und Lernen, sowie Bewegung und Gesundheit.

Schirmherrin der Veranstaltung ist Bildungministerin Doris Ahnen.

Die Veranstaltung ist Teil des Netzwerkes „Gesund leben lernen - Schulen für Gesundheit Netzwerk 21“.

Nähere Informationen und Anmeldungen Verein zur Bewegungsförderung Psychomotorik e.V. Schlettstadter Str. 44a, 76829 Landau oder per Email [reth-scholten@t-online.de](mailto:reth-scholten@t-online.de), [www.psychomotorik-in-landau.de](http://www.psychomotorik-in-landau.de)

Weitere Informationen zum **Projekt „Gesund leben lernen“** und den aktuellen Veranstaltungen erhalten Sie über: LZG, Sandra Brüning, Telefon 06131/ 20 69 22

[gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de](mailto:gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de)

Ansprechpartnerin für dieses Projekt in der LZG ist: Sandra Brüning  
Telefon: 06131/2069- 22, Telefax:: 06131/2069-69, e-mail: [gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de](mailto:gesund-leben-lernen.rlp@lzg-rlp.de)

## **Aus der Reihe „ Wirksamer beraten lernen“ Fortsetzung der achtteiligen Fortbildungsreihe für Lehrer/innen in Rheinland-Pfalz:**

### **3. Einführung in die Beratung an Beispielen individueller und gesellschaftlicher Gewalt 05. – 08.02.2004 Hesseln Kurs-Nr.: 46.792**

Pädagogen haben durch ihre Funktion Einfluss auf Menschen und dadurch Macht. Wenn von Gewalt geredet wird, denken wir gewöhnlich an körperliche Gewalt. Wir bringen jedoch kaum Verhalten und Umgangsformen mit Gewalt in Verbindung, die gesellschaftlich akzeptiert sind wie z.B. verbale Gewalt. Doch sind gerade sie der satte Nährboden für offene Gewalt. Ihre gesellschaftliche Akzeptanz ermöglicht in der Konfrontation mit offener Gewalt, uns auf Ent-rüstung, Unschuld, Nichtverantwortung zurück-zuziehen.

Die besondere Verantwortung von Pädagog(inn)en ist es, eigene Ausdrucksformen von Gewalt kennen zulernen und für die verleugneten, auf andere projizierten Gefühle und Verhaltensweisen mehr Verantwortung zu übernehmen. Ziel dieses Prozesses ist es auch zu erfahren, wie sich diese Gefühle in Liebe, Trauer, Kraft und Empathie verändern.

Leitung: Gerd Meyer-Anaya

Dipl. Sozialpädagoge und Psychologischer Psychotherapeut

Teilnehmer: Für LehrerInnen, die an der Reihe teilnehmen.

Teilnahmegebühr: Kurs Euro 155,--

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies  
Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: [ezinn-spies@lzg-rlp.de](mailto:ezinn-spies@lzg-rlp.de)

## **Bewegung in der Schule**

### **Fortsetzung der Lehrer/innen-Fortbildung mit 5 Veranstaltungen in 2 Blöcke aufgeteilt**

Diese Fortbildung stellt die körperliche Bewegung als das zentrale Medium für Wahrnehmung, Lernen und Mitteilung in ihr Zentrum. Sie hat zum Ziel Lehrer/innen dazu zu befähigen, Bewegung und Tanz innerhalb des Schulalltags in unterschiedlichen Zusammenhängen angemessen einbringen und gestalten zu können.

**Der erste Teil** richtet sich an alle Interessierten mit und ohne Vorerfahrungen und vermittelt vielfältige Zugänge zu unterschiedlichen Bereichen von Bewegung und Tanz. Die Teilnehmenden erarbeiten sich ein breites Repertoire an praktischem Handwerkszeug.

**Der zweite Teil** bündelt die vorhergehenden Erfahrungen zu vorzeigbaren Ergebnissen und ist auch offen für andere Teilnehmende mit Vorerfahrungen. Aus der Erfahrung mit eigenen Wahrnehmungs- und Ausdrucksmöglichkeiten werden eigene Modelle entwickelt.

#### **Teil I (3 Veranstaltungen)**

##### **Veranstaltung 3:**

**AugenBlick Kurs-Nr.: 46.786**

Tanzen als persönlicher Ausdruck und soziale Erfahrung im schulischen Kontext

Ort: Bildungsstätte Eberburg, Bad Münster am Stein- Eberburg

Beginn: 11. März 2004, 16.00 Uhr

Ende: 13. März 2004, 16.00 Uhr

Teilnehmer/-innen: Lehrer/-innen aller Schularten  
Teilnahmegebühr:

Referentin: Brigitte Heusinger von Waldegge  
Dipl. Päd., Tanzpädagogin M.Ed.

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies  
Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: ezinn-spies@lzg-rlp.de

## **Umwelt & Gesundheit**

### **Lehrerfortbildung der LZG in Kooperation mit dem Regionalen Fortbildungs- und Beratungszentrum Boppard**

#### **Lärm und gesundes Hören**

**IFB.: 11.823/01 - Wann: 24. März 2004, 10.00-17.00 Uhr - Wo: IFB Boppard**

Nur in einer gesunden Umwelt können gesunde Kinder heranwachsen.

Lärm stellt eines der großen Umwelt- und Gesundheitsprobleme dar, die auch in Schule zu finden sind.

Das Hören ist wichtig für die gesunde Entwicklung von Kindern. Aber auch die Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern wird durch Geräusche und Lärm-Pegel beeinflusst.

Die Fortbildung vermittelt Fachinformationen zur Wechselwirkung von Lärm auf die Gesundheit, vertiefend werden in Workshops präventiv wirksame Projekte und Maßnahmen vorgestellt.

#### Ablaufplan

9.30 Uhr: Anreise und Begrüßung

10.00-12.00 Uhr Vortrag und Diskussion

- „Physiologische Wirkung von Lärm“  
Referent: Herr Dr. Nehring,  
Ministerium für Umwelt und Forsten
- „Lärmindernde Maßnahmen in Schule und Unterricht“
- 

Referent: Unfallkasse Rheinland-Pfalz

13.30-17.00 Uhr Workshops und Plenum

1. Naturwissenschaftliches Praktikum in der 8.+9.Klasse u.a. zum Thema „Lärm und Hören“ - Ein Modell des Team-Teaching

Referent: Wolfgang Mayer, Cusanus-Gymnasium Wittlich

2. „Sinnes-Erfahrungen und Hören“ - Gesundheitserziehung in der Grundschule

Referentin: Dr. med. Gabriele Hoeltzenbein

3. „Arbeitsschutz – Richtlinien und Möglichkeiten der Lärminderung durch Bau- und Ausstattung

Referent: Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Leitung: Elke Zinn-Spies

TeilnehmerInnen-Kreis: Lehrerinnen und Lehrer weiterführender Schulen

Mindestens 10 Personen

Nähere Informationen: Elke Zinn-Spies, LZG, Tel.: 06131/2069-18

Dr. Peter Sabel, IFB Boppard, Tel.: 06742/8710-17

Ansprechpartnerin in der LZG ist: Elke Zinn-Spies

Telefon: 06131/2069-18, Telefax: 06131/ 2069-69, e-mail: ezinn-spies@lzg-rlp.de

# LZG - T e r m i n e

## auf einen Blick

21. Januar 2004	Fortbildung für Erzieherinnen „Kinder stark machen- zu stark für Drogen“	Seite 15
28. Januar 2004	Fortbildungskonzept „Gewalt gegen Frauen“	Seite 15
5./6. Februar 2004	Koch- und Ess-Spaß in rheinland-pfälzischen Grundschulen Fortbildungsseminar	Seite 5
5. – 8. Februar 2004	Lehrerfortbildung „Beratung an Beispielen...“	Seite 16
11. Februar 2004	Fortbildung für Erzieherinnen „Kinder stark machen- zu stark für Drogen“	Seite 15
11. Februar 2004	Parlamentarischer Abend im Landtag Rheinland-Pfalz	Seite 1
12. Februar 2004	Workshop „Interkulturelle Kompetenz in der Gesundheitsförderung	Seite 15
11. – 13. März 2004	Lehrerfortbildung „Bewegung in der Schule“	Seite 17
17. März 2004	Fortbildung für Erzieherinnen „Kinder stark machen- zu stark für Drogen“	Seite 15
19. März 2004	Fortbildung „Was mich bewegt“	Seite 15
24. März 2004	Lehrerfortbildung „Lärm und gesundes Hören“	
26./27. April 2004	Fortbildung „Gelungene Kommunikation“	Seite 14
27. April 2004	Koch- und Ess-Spaß in rheinland-pfälzischen Grundschulen Tagesseminar	Seite 5

# Neue Medien

Faltblatt „Gewalt macht krank!“

Ein Faltblatt zum Thema Gewalt gegen Frauen in engen sozialen Beziehungen.  
Ab sofort in der LZG zu beziehen gegen ein Rückporto von 0,55 € in Briefmarken

„Kinderstark machen – Umgang mit Konflikten“

Dokumentation zur Suchtvorbeugung für pädagogische Fachkräfte  
Ab sofort in der LZG zu beziehen gegen ein Rückporto von 1,44 € in Briefmarken

Faltblatt „Alkohol und Drogen am Steuer – Deine Entscheidung“

Informationsflyer zu rechtlichen Fragen  
Ab sofort in der LZG zu beziehen gegen ein Rückporto von 0,55 € in Briefmarken

# Gesundheitstelefon

**Die Telefonansage-Themen im 1. Halbjahr 2004:**

- 01.-15.01. Perfekte Frau – gestresste Mutter!**  
**Warum zu hohe Ansprüche krank machen können**
- 16.-31.01. Gesund im neuen Jahr – Gesundheitsscheck für Männer und Frauen**
- 01.-15.02. Sport trotz Schmuddelwetter?!**
- 16.-29.02. Kinder brauchen Bewegung**
- 01.-15.03. Schlafapnoe – wenn der Atem Pause macht!**
- 16.-31.03. Die Entdeckung der Langsamkeit – warum langsamer oft gesünder ist!**

**Der telefonische Ansagedienst des Gesundheitstelefons ist ab sofort rund um die Uhr unter neuer Telefon-Nummer zu erreichen**

**06131/2069 – 30**

Sie finden die jeweils aktuellen Texte im Internet unter [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de).  
Weitergehende Infos zu (fast) jedem Thema und den aktuellen Ansagetext erhalten Sie bei der LZG, Karmeliterplatz 3, 55116 Mainz gegen Einsendung des Rückportos in Höhe von 0,55 Euro.

Ansprechpartnerin für dieses Projekt in der LZG ist: Ingeborg Germann  
Telefon: 06131 / 20 69 20, Telefax: 06131 / 20 69 69, e-mail: [igermann@lzg-rlp.de](mailto:igermann@lzg-rlp.de)

# Informationen aus dem Ministerium

## Menschen mit Behinderungen

### **Malu Dreyer: Persönliches Budget erhöht Lebenszufriedenheit**

Das persönliche Budget unterstützt den Wunsch behinderter Menschen, selbstbestimmt zu leben. Dies unterstrich Sozialministerin Malu Dreyer heute anlässlich des dritten Politischen Weinkellers der rheinland-pfälzischen Landesvertretung in Berlin. Die Ministerin stellte dort gemeinsam mit dem Staatssekretär und Landesbeauftragten für die Belange behinderter Menschen, Richard Auernheimer, das Projekt „Selbst bestimmen – Hilfe nach Maß für behinderte Menschen“ vor, das Rheinland-Pfalz als eines der ersten Bundesländer vor fünf Jahren verwirklichte. Ziel sei es, Menschen mit Behinderungen mit einem gezielteren und individuelleren Hilfesystem ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Das Land war Vorreiter für eine entsprechende Regelung zum Persönlichen Budget auf Bundesebene, wie die Ministerin unterstrich.

Das persönliche Budget ermögliche es Menschen mit Behinderungen, sich die Hilfen einzukaufen, die sie benötigen. Malu Dreyer: „Das Konzept beruht auf der Überzeugung, dass behinderte Menschen Expertinnen und Experten in eigener Sache sind und in der Regel selbst am besten wissen, welche Hilfe sie benötigen und für sich wünschen. Das persönliche Budget ermöglicht eine individuelle und zielgerichtete Hilfeleistung und eröffnet den behinderten Menschen im Idealfall ein Leben außerhalb des Heimes.“ Es komme damit auch einem Grundsatz der Landesregierung entgegen, das Angebot alternativer Wohnmöglichkeiten für behinderte Menschen weiterzuentwickeln. Das persönliche Budget werde vorrangig für die personenbezogene Unterstützung beispielsweise zur Intensivierung der Betreuung im Betreuten Wohnen, als Begleitung

in Problem- oder Krisensituationen, zum Aufbau oder zum Erhalt sozialer Kontakte, zur Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten oder zur Hilfestellung bei der Haushaltsführung genutzt.

Nach Angaben der Ministerin erhalten in Rheinland-Pfalz etwa 770 Personen das persönliche Budget. In etwa 530 Fällen habe eine Heimunterbringung durch das Budget vermieden werden können. Insgesamt wirke sich das Projekt sehr positiv auf die Lebenszufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus: fast 90 Prozent hätten bei einer Befragung angegeben, dass sich ihre Situation aufgrund des persönlichen Budgets verbessert habe, so die Ministerin.

Die Erfahrungen aus dem Projekt bestätigten die Landesregierung darin, dass sie mit ihrem Ansatz auf dem richtigen Weg sei, unterstrich die Ministerin. Wichtigstes Ziel in der Politik für und mit behinderten Menschen seien die auch im Europäischen Jahr der Menschen mit Behinderungen formulierten Leitsätze: Teilhabe verwirklichen, Gleichstellung durchsetzen und Selbstbestimmung ermöglichen. Diese Zielsetzung werde das Land auch nach dem Ausklang des Europäischen Jahres konsequent weiterverfolgen. „Das Europäische Jahr hat eine Dynamik entfaltet, die in die Zukunft wirkt. Jetzt gilt es, diesen Diskussionsprozess über das Europäische Jahr hinaus fortzuführen und das Bewusstsein für die umfassende Gleichstellung behinderter Menschen in einer breiten Öffentlichkeit zu verankern“, so Malu Dreyer.

## Grippe/Pneumokokken Auernheimer und Hessenauer rufen zu Schutzimpfungen auf

„Mit dem Herbst kommt die Grippezeit, für die nur eine konsequente Impfprophylaxe wirksamen Schutz bietet“, wie Gesundheitsstaatssekretär Richard Auernheimer und der Präsident der Landesärztekammer, Frieder Hessenauer, heute in Mainz anlässlich einer gemeinsamen Impfkaktion des Ministeriums und der Landesärztekammer im Mainzer Kaufhaus Karstadt erklärten. Vor allem ältere Menschen, chronisch Kranke und Personen, die aufgrund ihres Berufes mit vielen Menschen in Kontakt kommen, seien besonders gefährdet, sich mit der Virusgrippe zu infizieren. Sie selbst gingen mit gutem Beispiel voran und ließen sich impfen. Gleichzeitig war dies der Auftakt für eine Grippe- und Pneumokokkenschutzaktion, die das Warenhaus für seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter anbietet.

„Die vorbeugende Impfung ist und bleibt der wirksamste Schutz gegen eine Virusgrippe“, wie Auernheimer unterstrich. Die Virusgrippe sei keine banale Erkältung und dürfe nicht unterschätzt werden. Der Herbst sei die richtige Zeit für eine vorbeugende Impfung. Nach Abklingen der ersten saisonal bedingten allgemeinen Erkältungswelle sei jetzt ein günstiger Zeitpunkt für die Schutzimpfung. Meist komme es erst ab Dezember oder im Januar zu einer Häufung von Influenzafällen, so dass der Impfschutz, den das Immunsystem bis etwa zwei Wochen nach der Impfung ausreichend aufgebaut habe, rechtzeitig für die „heiße Phase“ zur Verfügung stehe, so Auernheimer. Eine Virusgrippe dürfe nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Insbesondere für Menschen mit bestimmten Grundleiden, wie Neigung zur Herzschwäche, chronischen Lungenkrankheiten, Diabetes mellitus, chronischen Anämien (Mangel an roten Blutkörperchen) oder Immundefekten könne eine durch Influenzaerreger hervorgerufene Virusgrippe zu einer schweren, sogar lebensbedrohenden Krank-

heit werden. Auch andere chronisch Kranke, ältere Menschen und Personen, die beruflich mit vielen Menschen in Kontakt kommen, seien einem besonderen Risiko ausgesetzt.

Auch Hessenauer warnte davor, sowohl Grippe als auch Pneumokokken-Erkrankungen zu verharmlosen: „Influenza-Viren und Pneumokokken-Bakterien sind Erreger, die tief in die Atemwege eindringen und so zu schweren Krankheitsverläufen führen können. Die Grippeimpfung sollte daher zur guten Angewohnheit werden.“ Regelmäßige, jährliche Grippeimpfungen erhöhten sogar noch den Schutz. Jedes Jahr kursieren nach Angaben des Landesärztekammer-Präsidenten unterschiedliche Subtypen der Influenza-Viren und führen zu zusätzlichen Arztbesuchen, Krankenhauseinweisungen und fordern sogar Todesfälle. Nachweislich 20.000 Tote in der Grippesaison vor vier Jahren und fast ebenso viele im vergangenen Jahr zeigten, wie ernst Grippe zu nehmen sei. Ebenso die Pneumokokken-Erkrankungen, die etwa 12.000 Tote jedes Jahr fordern. In vielen Fällen trotz umgehender Antibiotikagabe. Hessenauer appellierte daher eindringlich an die Bürgerinnen und Bürger, vor allem an die besonders gefährdeten Personengruppen, sich bei ihrem Arzt über Schutzimpfungen beraten zu lassen und Impfungen in Anspruch zu nehmen. Die Ständige Impfkommission am Berliner Robert-Koch-Institut empfiehlt für alle über 60-Jährigen sowie für chronisch Kranke die Pneumokokken- und auch die Grippeimpfung. In diesen Fällen übernehmen die Krankenkassen die Kosten.

"Sowohl gegen die Virusgrippe als auch gegen Pneumokokken-Erkrankungen gibt es hochwirksame und sehr gut verträgliche Schutzimpfungen!" Der Schutz der Pneumokokken-Impfung hält sechs Jahre.

<b>Standardimpfungen für Erwachsene</b>		
	<b>Alter in Jahren</b>	
<b>Impfung</b>	<b>18 - 60</b>	<b>&gt; 60</b>
Tetanus	alle 10 Jahre	
Diphtherie	alle 10 Jahre	
Influenza *	*	jedes Jahr
Pneumokokken *	*	alle 6 Jahre

\* empfohlene Impfungen für Menschen mit chronischen Grunderkrankungen wie etwa Diabetes, Atemwegs-, Herz-Kreislauf-, Leber- oder Nierenkrankheiten, Immunschwäche (unabhängig vom Alter)  
Achtung: Ist keine Grundimmunisierung gegen Polio vorhanden, diese vervollständigen.

### Pneumokokken

- ...sind weltweit verbreitete Bakterien.
- ...trägt jeder Zweite im Nasen-Rachen-Raum, ohne zu erkranken.
- ...sind die bedeutendsten infektiösen Bakterien bei Personen über 60 Jahre (hinsichtlich Häufigkeit, Erkrankungs- und Sterberate).
- ...werden durch Tröpfcheninfektion übertragen, vor allem beim Husten und Niesen.
- ...führen als Leiterkrankung zur Lungenentzündung.
- ...haben als häufige Komplikation eine Blutvergiftung
- ...führen bei 20 bis 40 Prozent der Erkrankungen mit Blutvergiftung zum Tode, trotz Antibiotikabehandlung.
- ...fordern in der Bundesrepublik 12.000 Menschenleben jährlich.

# Aus den Mitgliedsverbänden

## Nehmen Sie Platz Humanbiologische und kulturgeschichtliche Betrachtung zu menschlichen Körperhaltungen

„Sag’ mir, wie und wo Du sitzt, und ich sag’ Dir, wer Du bist“. So ist eines der Kapitel aus dem Buch „Nehmen Sie platz“ überschrieben, mit dem Günter Vogel jetzt auf der Frankfurter Buchmesse einen gleichermaßen amüsanten, wie wissenschaftlichen Überblick zur Humanbiologie und Kulturgeschichte des Sitzens präsentierte. „Sitzen“ beherrscht unseren sprachlichen Alltag, um nicht nur Ortsangaben, sondern auch Situationen und Zustände zu beschreiben.

Sitzen ist ein angeborenes, natürliches Grundbedürfnis, das in den verschiedenen Regionen und Kulturkreisen überformt wurde. Speziell in der modernen Dienstleistungsgesellschaft ist das ursprünglich wohlthuende Bedürfnis zum gesundheitlichen Problem geworden, das zu lösen zu einem dringenden Anliegen geworden ist.

Als Spiegel der Gesellschaft, ihrer Hierarchien und Machtstrukturen, ihrer Sitten und Gebräuche ist Sitzen dem Wandel der Zeit unterworfen. Dem Autor geht es in diesem Sachbuch vor allem darum, am Beispiel des Sitzens aufzuzeigen, wie sehr humanbiologische, kulturgeschichtliche aber auch verhaltenspsychologische und medizinische Aspekte ineinander greifen.

Für all jene, welche die Gesetze der Körpersprache unterhaltsam und lehrreich finden, erweist sich die Lektüre von „Nehmen Sie Platz“ (Logophon Verlag, 196 Seiten, mit 78 Abbildungen, Euro 12,80) als aufschlussreich; ebenso für diejenigen, die nicht wissen, warum sie es „im Kreuz“ haben.

Sitzen ist nicht gleich Sitzen und ein Stuhl nicht wie der andere. Dies werden manche auch ohne die akribische Recherche des Autors ahnen, der sich als Humanbiologe seit Jahren in Forschung

und Lehre mit Stühlen und dem viel zu ausgiebigen Sitzen darauf beschäftigt. Und der sich nur wundern kann über die gesundheitlichen Klagen derjenigen, die meinen, jeder könne ja wohl sitzen wie er wolle. Kann er nicht, stellt Vogel klar.

Dass im Zusammenhang mit den Sitz-Sitten der Sitz-Platz Macht verleihen und durch ihn eine Rangordnung gestiftet werden kann, wird neugierig machen.

Durch die Sitzweise, ja sogar schon die Beinstellung des Sitzenden kann ein Befinden zum Ausdruck gebracht werden, in dem der Fachkundige lesen kann wie in einem offenen Buch. Dies mag überraschend sein, vor allem aber, dass es ein geschlechtsspezifisches Sitzen gibt, das an spezifischen Merkmalen aufgezeigt werden kann.

Wer nach der Lektüre der ersten Kapitel dann auch etwas weiß über die Sitz-Sitten im Wandel der Zeit, eine breitangelegte, amüsante kulturgeschichtliche Betrachtung, der will dann auch mehr über Stühle wissen. Und wird bedient: Vom Gebärstuhl zum Genickbruchstuhl, vom Thonet-Stuhl bis zum Massen-Mitnehm-Stuhl führt Vogel seine Leser, bevor er zum Schluss seines Buches – und jetzt gar nicht mehr zum Erstaunen des Lesers – zum „Lümmeln“ aufruft. „Wenn der Stuhl schon die Eigenschaft eines dekorativen Folterinstruments des menschlichen Rückgrats hat, wenn uns lange eingeredet worden ist, wie schädlich Sitzen sein kann, dann ist vielleicht tatsächlich das Lümmeln die beste Medizin.“ Ein Satz, der die Leser erleichtert aufatmen lässt.

Dr. Günter Vogel studierte Biologie, Chemie und Mathematik an der Universität Heidelberg und Mainz. Promotion in Biologie. Vizepräsident BAG Haltungs- und Bewegungsförderung. Kontakt: Verlag @Logophon.de

### Anhang

- Pressespiegel

11/2003
---------