

im grüna



## alls im grüana

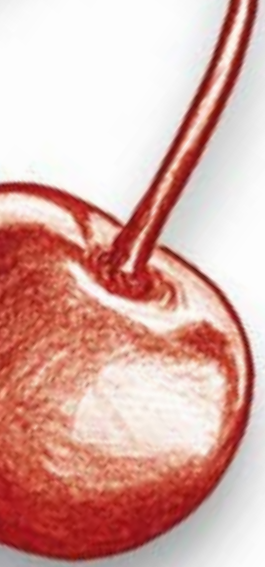
Gesundheitskompetene Jugendarbeit

Wien, 24.03.2017

Mag.a Amanda Ruf, MA

Verein Amazone, Bregenz

alle im grüna



**Verein Amazone**  
zur Herstellung der  
Geschlechtergerechtigkeit

- **Mädchenzentrum**
- **Mädchenberatung**
- **Fachstelle Gender**

**Feministische Bildung und Förderung**  
zur **Dekonstruktion** von  
**Geschlechterrollenbilder**

# alls im grüana 09/2010-12/2012

## Projektträger

BREGENZ

blüdēnz  
Die Alpenstadt | Jugend

Marktgemeinde Lustenau

aha  
Tipps & Infos  
für junge Leute

JUGEND STADT DORNBIRN

stadthohenems

## Partner

invo

koje

mädchenzentrum  
Amazonen



Ludwig Boltzmann Institute  
Health Promotion Research

## Finanzierung

BUNDESMINISTERIUM  
FÜR GESUNDHEIT

Fonds Gesundes  
Österreich

rundum  
sund  
fonds  
gesundes  
vorarlberg

Vorarlberg  
unser Land



# Eingangshypothesen

- **Gesundheit**
  - Gesundheit zeigt sich anhand einer körperlichen, psychischen und sozialen Dimension.
- **Gesundheitsförderung**
  - Neben der reaktiven Behandlung von Krankheit, können Gesundheitspotentiale entwickelt werden.
  - Das (gesundheitsrelevante) Verhalten wird wesentlich durch die Lebenswelt geprägt
- **Kommunikation**
  - Gesundheitsförderung muss sich an den Lebenswelten der Betroffenen orientieren, um für diese Bedeutung zu erlangen.



# Eingangshypothesen

- Partizipation und Empowerment als Strategien der Gesundheitsförderung
  - Betroffene müssen an der Entwicklung von Gesundheitsangeboten teilhaben.
- Empowerment
  - Teilhabe an Entscheidungsprozessen wirkt sich auf die psychosoziale Gesundheit aus.
  - Soziale Ressourcen (Wissen und Entscheidungsmacht) ergeben sich durch den aktiven Austausch in sozialen Netzwerken.
- Gesundheitsangebote für Jugendliche
  - Werden von den Jugendlichen nicht wahrgenommen, bzw. können von diesen im bestehenden Setting nicht genutzt werden.



# Projektziele

- **Globalziel**
  - Akzeptanz von Gesundheitsangeboten bei Jugendlichen in Vorarlberg erhöhen
  
- **Teilziele**
  - *Bedürfnisse* von Jugendlichen in Bezug auf Gesundheit und deren Gesundheitsverhalten *erkennen*
  - *Gesundheitsangebote* in Vorarlberg identifizieren und *verbessern*
  - *Erkenntnisse* anbietenden Institutionen, ExpertInnen und Jugendlichen *vermitteln*
  - *Gesundheitsangebote* zielgruppengerechter *gestalten*



# Zielgruppe

- Jugendliche (Mädchen und Burschen) im Alter von 13-20 Jahren
  
- Regionale Schwerpunktgebiete
  - Regionen Bregenz, Dornbirn, Lustenau, Hohenems und Bludenz
  
- Sekundäre Zielgruppe
  - JugendarbeiterInnen in der Offenen Jugendarbeit
  - MitarbeiterInnen in Gesundheitseinrichtungen mit Angeboten für Jugendliche



# Maßnahmen

- **Forschungsprozess: 10/2010 – 01/2011**
  - Fokusgruppengespräche kombiniert mit der Photo-Voice-Methode
  - Erkenntnisse zu Gesundheitsverhalten und -bedürfnissen
  - Fokus: psychische und soziale Ebene des Gesundheitsbegriffes
- **Fachtagung 05/2011**
  - Präsentation der Ergebnisse + internationale Erkenntnisse
  - Ausarbeitung von Schritten zur Adaptierung des Versorgungsnetzes
- **Gesundheitsangebote im Test 05/2011 – 09/2011**
  - Identifikation von Regionalen Gesundheitsprogramme
  - Bewertung der Programme durch Fachjury
- **Broschüre, Stand, Give Aways 09/2011 – 11/2011**
  - Zielgruppengerechte Darstellung der bisherigen Erkenntnisse
  - Grundlage für vertiefende Workshops, Messeauftritte, Einsätze
  - Breite Öffentlichkeit zum Thema erreichen
- **Workshops 10/2011 – 03/2012**
  - Workshops für OJA und Gesundheitseinrichtungen
  - Ausbildung für Jugendliche zum/zur ‚WohlfühlexpertIn‘ mit Qualifizierung zur Peerberatung, Umsetzung von Wohlfühlworkshops, Reflexion von Gesundheitsangeboten und Teilnahme an taktisch klug
- **Eventbegleitung taktisch klug ab 12/2011**
- **Öffentlichkeitsarbeit 09/2010 bis heute**
- **Regionale AGs zum Thema ‚Gesundheit‘ laufend**





# Erfolge in der Umsetzung

- **Beteiligung der Jugendlichen**
  - Partizipation leben
  - Augenhöhe ernst nehmen
  - Wissen und Knowhow wechselseitig vermitteln
- **Studie „Lebenswelt“**
  - Sensibilisieren für die Lebenswelt Jugendlicher
  - Umsetzung „einfacher“ Maßnahmen mit großer Wirkung
  - Wissen im Anschluss an Lebenswelten generieren
- **Qualifizierung von SystempartnerInnen**
  - Zugänge für Jugendkoordination und Politik
  - MitarbeiterInnen aus Offener Jugendarbeit
  - MitarbeiterInnen aus Gesundheitseinrichtungen
- **Aufzeigen von Optimierungsmöglichkeiten**
  - Feedback von jugendlichen „KundInnen“
  - Anregungen zum Nach- und Mitdenken
  - Gesundheitsförderung kann Spaß machen!
- **Beschreibung von Angeboten**
  - Übersicht und Qualitätskriterien erstellt



# Erfolge in der Wirksamkeit

- **Adaption des Gesundheitsbegriffs**
  - „Gesund ist es dann, wenn ich mich wohlfühle!“
  - Individualisierter Gesundheitsbegriff
  - Fokus auf Psychische und Soziale Dimension
- **Neue Beziehungen zwischen SystempartnerInnen**
  - Nachhaltigkeit der Weiterentwicklung und eines Miteinanders
  - Partizipation leben und stärken
  - gemeinsame Angebots- und Projektentwicklung
- **Selbstwertstärkung von Jugendlichen**
  - Gelebte Teilhabe im Projekt
  - Bühne und Plattformen für die Jugend, z. B. Logogestaltung, Give Aways, Tagung, Konzepte, Einsatz als Wohlfühlexpertinnen bei taktisch klug und Maßnahmen in „ihren“ OJA Einrichtungen
  - Gesundheitsprodukte und -projekte in der Region nachhaltig gestärkt
- **Gesellschaftsgestaltung in Wechselwirkung**
  - Jugendliche sind die ExpertInnen!
  - Erwachsene lernen von Jugendlichen
- **alls im grüana als Good Practice**
  - Bundesweites Referenzprojekt
  - Viele Nachfolgeprojekte, z.B. rund um xund.



## Daten und Fakten

- Über 100 Jugendliche und 80 Erwachsene waren aktiv dabei
- Über 700 Jugendliche und 200 Erwachsene wurden direkt erreicht und unzählige indirekt 😊 ...
- Über 1000 Fotos wurden ausgewertet
- Über 50 Angebote begutachtet
- 10 Fokusgruppen organisiert
- 5 Ausstellungen wurden gestaltet
- 1 Broschüre, 4 Stände + 4 Give aways entworfen
- 5 Lenkungsgruppen durchgeführt
- 12 öffentliche Präsentationen umgesetzt
- 10 Events begleitet
- 14 Tage gewerkshopt
- 70 WohlfühlexperInnen zertifiziert

im grüna



alls im grüana - Blitzlichter

Ergebnisse zum download unter

[www.allsimgrueana.at](http://www.allsimgrueana.at)

alle im drüna

# Gesundheit & Wohlbefinden

Situation: Soziale Kontakte „Im-Mittelpunkt“



*Das ist das Foto von der Band in der ich spiele, während eines Konzertes. Und ich hab das Foto gewählt weil ich finde das ist einfach ein wunderbares Gefühl wenn du auf der Bühne stehst. Ich bau da auch gewissermaßen den Stress ab. (ChZi; m; 18)*

**Blitzlicht Forschung: Photo Voice Zugang**



# Gesundheit & Wohlbefinden

Situation: Sport



*Ich gehe gern in die Berge. Am Foto war ich am Biken. Ich mache Sport als Ausgleich zum PC. Ich sitzt eigentlich viel davor. Fitness und Computer, das Eine ohne das Andere wäre tödlich. (D\_PaFe; m; 16)*

**Blitzlicht Forschung: Photo Voice Zugang**



# Gesundheit & Wohlbefinden

Konnotationen: „objektiv“ vs. „subjektiv“

- *Die Gesellschaft schreibt dir quasi vor was gesund ist. Du hast quasi keinen Einfluss darauf zu sagen, was für dich gesund ist. Das ist einfach so: man sagt der Apfel ist gesund und der Burger ist ungesund. Was vielleicht auch stimmt aber allgemein. Aus meiner Erfahrung: meine Schwester und meine Mutter, wenn die so Diäten machen, dann sag ich jedes mal: das finde ich nicht gesund, dass ihr das macht zum dünner werden. (L\_MiLa; m; 20)*
- *Gesundheit fängt im Kopf an. Es ist nicht gesund wenn man hypersensibel ist. Gesund ist man, wenn man so lebt wie man leben will, dann ist man gesund. (L\_AnRo; w; 19)*

**Blitzlicht Forschung: Photo Voice Zugang**



# Gesundheit & Wohlbefinden

Konnotationen: „physisch“ vs. „psychisch“

- *Ich war früher 2,5 Jahre Karate. Ich hab das wegen meinen Aggressionen gemacht. (L\_SaJa; w; 17)*  
→ Sport zum psy. Wohlbefinden
- *Es ist einfach so, wenn du dich wohl fühlst, dann bist du einfach gesund. Gesundheit ist für mich auch nicht unbedingt medizinisch, weil Gesundheit heißt für mich nicht unbedingt, dass ich körperlich gesund bin; für mich ist es so, dass Wohlbefinden meine Gesundheit bestimmt. (H\_LaKr; w; 15)*  
→ psy. Ebene höher bewertet

**Blitzlicht Forschung: Photo Voice Zugang**



# Gesundheit & Wohlbefinden

Situationen, Funktionen, und Einstellungen

Rückzugsorte\_  
(Alleine-Sein)

Soziale Kontakte\_  
(Clique; Verein; Familie; Selbst im  
Mittelpunkt)

Sport und Konsum\_

Situationen

Gesundheit &  
Wohlbefinden

Konnotationen

Funktionen

\_Alleinsein, Entspannen, Ausgleich

\_Selbstverwirklich  
\_Austausch, Gemeinschaft

\_Ausleben, Aktion

\_Aufmerksamkeit



# Gesundheitsangebote

## Kennen und Bewerten – Zusammenfassung Fokusgruppen

- Niederschwellig und nützlicher Charakter
- Partizipatives Ausgestalten von Angeboten und Inhalten
- Eigene Räume und Treffpunkte
- Alternative Angebote setzen
- Möglichkeit Freunde zu finden
- Über Vereine soziale Entlastung anbieten
- Unstigmatisierte, nicht problemorientierte Lösungsangebote

# Gesundheitsangebote



Multifunktionale  
Zentren

Projekte für arbeits-  
lose Jugendliche

Freiräume

Gesundheits-  
angebote

Beratungsstellen

Sport

Reise- und  
Konzertveranstalt-  
ungen

Musik / Kreativ

im grüna



**Ansprechpartner:**

Mag. Karl-Heinz Marent

[www.allsimgrueana.at](http://www.allsimgrueana.at)

[www.sinnfabrik.eu](http://www.sinnfabrik.eu)

alle im drüna

im grüna



**Danke!**

Mag.a Amanda Ruf  
Verein Amazone  
Kirchstraße 39  
6900 Bregenz  
[www.amazone.or.at](http://www.amazone.or.at)

alle im drüna