

„Lessons learned aus dem Projekt Health4teen“



Gefördert von:



In Kooperation mit:





Lessons Learned aus dem Projekt health4teen

Gesundheitsförderung für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche
zwischen 14 und 17 Jahren - mit stadtteilbezogenem Ansatz

Impressum

Herausgeberin: ÖSB Consulting GmbH, Meldemannstraße 12-14, 1200 Wien, www.oesb.at

AutorInnen:

ÖSB Consulting GmbH: Amela Cetin Bakk. phil., Mag. Jürgen Unfried

Interne Evaluation und Gesamtverantwortliche des Bereiches Productive Ageing:
Mag^a. Alexandra Ertelthalner-Weilhartner, MA, MA

Lektorat: Mag^a. Irene Kari

private + public service GmbH, Höchstädtplatz 3, Top 401, 1200 Wien, www.ppsg.at

Gestaltung: Susanne Trautenberg

private + public service GmbH, Höchstädtplatz 3, Top 401, 1200 Wien, www.ppsg.at

Konzept:

ÖSB Consulting GmbH, Meldemannstraße 12-14, 1200 Wien. www.oesb.at

Fotos: ÖSB Consulting GmbH, www.i-stockphoto.com

Erschienen: Wien, 2012

Druck: digitaldruck.at

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
2. Projektbeschreibung	3
2.1. Ausgangslage	3
2.2. Projektumsatz	3
2.3. Projektdauer	4
2.4. ProjektfördergeberInnen	4
2.5. Zielgruppe und Settings	4
2.6. Projektvision	4
2.7. Projektziele	4
2.8. Projektevaluation	4
2.9. Projektablauf	5
2.10. Projektmaßnahmen und Aktivitäten	6
2.10.1. Strukturaufbauphase	7
2.10.2. Interventionsphase	7
2.10.3. Abschlussphase	9
3. Projektumsetzung und Lernerfahrungen aus dem Projekt	10
3.1. Lernerfahrungen aus dem Projektmanagement, der Projektsteuerung und der Projektkommunikation	10
3.2. Settingspezifische Lernerfahrungen	14
3.2.1. Lernerfahrungen aus dem Setting ÖSB	14
3.2.2. Lernerfahrungen aus dem Setting Kooperative Mittelschulen	15
3.2.3. Lernerfahrungen aus dem außerschulischen Setting	18
4. Fazit der Lernerfahrungen aus dem Projekt	21



1. Einleitung

Ziel dieses Leitfadens ist es, interessierten LeserInnen die gesundheitsförderliche Projekte oder Aktivitäten in der Jugendarbeit umsetzen bzw. planen, eine praktische Unterstützung zu bieten. Der vorliegende Lessons Learned Leitfaden enthält aus diesem Grund die gesammelten Lernerfahrungen aus dem Projekt health4teen für den Projekt- und Umsetzungszeit-

raum von September 2010 bis Juni 2012.

Zu Beginn des Leitfadens wird das Projekt health4teen näher vorgestellt und die geplanten Ansätze, Aktivitäten und Angebote des Projekts laut Konzept präsentiert. Anschließend wird auf die im Projekt in der Praxis umgesetzten Maßnahmen näher eingegangen und die daraus ge-

zogenen Erfahrungen und Rückschlüsse für eine erfolgreiche Realisierung von gesundheitsförderlichen Projekten in der Jugendarbeit vorgestellt.

2. Projektbeschreibung

2.1. Ausgangslage

Gesundheit und Lebenserwartung werden neben Lebensstilfaktoren und Umweltbelastungen in hohem Maße von Geschlecht, sozialer Lage und Bildungsniveau beeinflusst. Je geringer Bildungsgrad, Einkommen und berufliche Position (sozioökonomischer Status), desto schlechter ist der Gesundheitszustand und desto höher ist das Krankheitsrisiko. Forschungsergebnisse belegen, dass sich die soziale Ungleichverteilung von Gesundheitschancen und Krankheitsrisiken bereits im Kindes- und Jugendalter manifestiert. Das Aufwachsen in sozial benachteiligter Situation vermindert die Chancen von Kindern und Jugendlichen auf ein gesundes Leben (Robert Koch-Institut 2008 a). Dies ist besonders schwerwiegend, da in diesen Lebensphasen der Grundstein für gesundheitliche Ressourcen und Belastungen gelegt wird. Besonders hohes Risikopotential besteht dabei für Jugendliche, die frühzeitig

ihre Bildung abbrechen und/oder denen der Einstieg in den Arbeitsmarkt nicht gelingt (Robert Koch-Institut 2008 a). Die Kumulation sozioökonomischer sowie gesundheitlicher Risikofaktoren bedingt einen erhöhten Förderbedarf für diese ausgrenzungsgefährdete Bevölkerungsgruppe. Durch die Verzahnung von gesundheitsorientierten Angeboten mit bildungs- und arbeitsmarktpolitischen Maßnahmen, können ausgrenzungsgefährdete Jugendliche in dieser schwierigen und herausfordernden Lebensphase optimal unterstützt werden. Solch ineinandergreifende Maßnahmen sind insbesondere in sozial benachteiligten Stadtteilen erforderlich (Robert Koch-Institut 2008 a).

Aus diesen Gründen wurde das Projekt health4teen ins Leben gerufen. Es sollte 14- bis 17-Jährige Jugendliche im 10. Wiener Gemeindebezirk in dieser besonders herausfordernden Lebens- und Entwicklungsphase mit aufsuchenden, niederschweligen, partizipativ

entwickelten, gender- und diversitysensiblen Gesundheitsförderungsangeboten erreichen und gesundheitlich unterstützen.

2.2. Projektumsetzung

Das Projekt **health4teen – Gesundheitsförderung für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche mit stadtteilbezogenem Ansatz** wurde von der ÖSB Consulting GmbH in Kooperation mit dem Frauengesundheitszentrum FEM Süd und dem Männergesundheitszentrum MEN umgesetzt.



Abbildung 1:
Logos KooperationspartnerInnen

2.3. Projektdauer

Das Projekt hatte eine Laufzeit von 22 Monaten und wurde im Zeitraum vom 01.09.2010 bis 30.06.2012 umgesetzt.

2.4. ProjektfördergeberInnen

Das Projekt wurde von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG sowie dem Wiener ArbeitnehmerInnen Förderungsfonds – waff mit dem ESF – Europäischer Sozialfonds und dem Arbeitsmarktservice Wien finanziert, wobei die WiG das Projekt bis 30.06.2012 und der WAFF sowie der ESF und das AMS Wien bis 31.12.2011 förderte.



Logos FördergeberInnen

2.5. Zielgruppe und Settings

Das Gesundheitsförderungsprojekt wurde in den Settings Kooperative Mittelschulen im 10. Bezirk sowie Übergangsmangement für 14 bis 17-Jährige, in der Einrichtung „c'mon14 – Case Management für SchülerInnen ab 14“ durchgeführt. Letzteres Setting bot Berufs- und Bildungsberatung, längerfristige Begleitung, Unterstützung bei der Lehrstellensuche und Case Management für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche im Alter von 14-17 Jahren in Wien an. health4teen richtete sich vorrangig an die von c'mon14 betreuten SchülerInnen des 10. Bezirks

bzw. im Case Management betreute Jugendliche.

Eine weitere Zielgruppe des Projekts waren MultiplikatorInnen im Setting, d.h. das Projektteam von c'mon14 sowie ausgrenzungsgefährdete Jugendliche der bereits genannten Altersgruppe im außerschulischen Bereich (Grätzelarbeit).

2.6. Projektvision

Ausgrenzungsgefährdete Jugendliche sind in ihrer gesundheitsbezogenen Lebensqualität gestärkt. Sie finden unterstützende und gesundheitsfördernde Angebote, Strukturen und Rahmenbedingungen vor, sind in ihren individuellen Gesundheitskompetenzen gestärkt und zu einer gesundheitsfördernden Lebensweise befähigt.

2.7. Projektziele

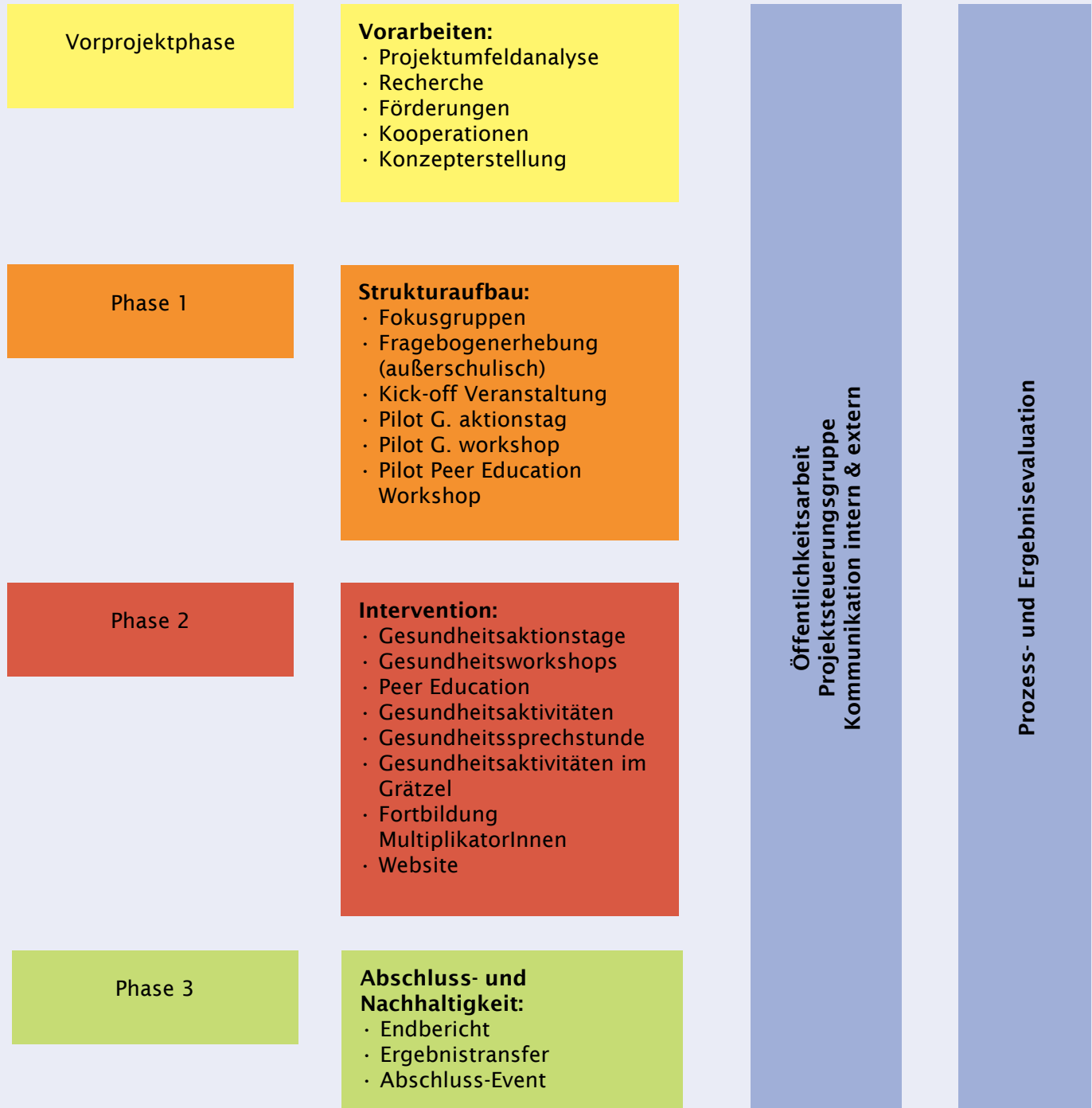
Das vorliegende Gesundheitsförderungsprojekt health4teen sollte 14 bis 17-Jährige ausgrenzungsgefährdete Jugendliche in dieser besonders herausfordernden Lebens und Entwicklungsphase mit aufsuchenden, niederschweligen, partizipativ entwickelten, gender- und diversitätsensiblen Gesundheitsförderungsangeboten erreichen und gesundheitlich unterstützen.

2.8. Projektevaluation

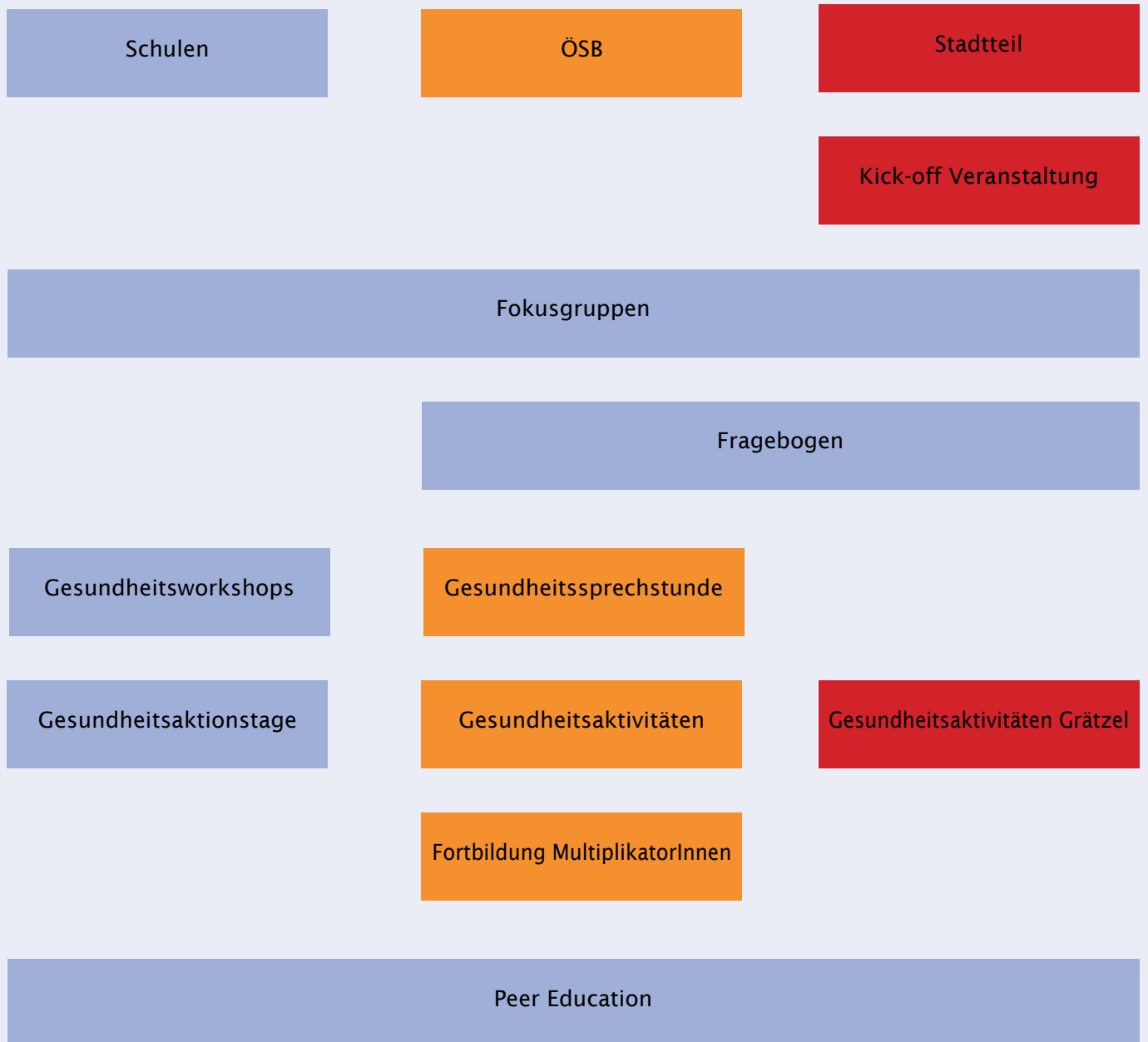
Das Projekt health4teen wurde im Zuge einer Selbstevaluation auf Nutzen und Zielerreichung laufend überprüft, um rechtzeitig Anpassungen in den Prozessen und Angeboten vornehmen zu können. Dabei wurde ein Mix aus quantitativen und qualitativen Methoden der Sozialforschung eingesetzt. In der Startphase wurde der Evaluatorin eine beratende Rolle bei der Reformulierung der Projektziele, in der Konzeption der Fragebögen sowie der Fokusgruppenleitfä-

den im Rahmen der Ist-Analyse und in den Steuerungsgruppen-sitzungen zugeordnet. Die Zwischen- sowie Endergebnisse der Evaluation sind in einem Bericht festgehalten und in detaillierter Form den FördergeberInnen zur Verfügung gestellt worden.

2.9. Projektablauf



2.10. Projektmaßnahmen und Aktivitäten



2.10.1. Strukturaufbauphase

Im Rahmen der Strukturaufbauphase waren folgende Schritte und Methoden zum Projektstrukturaufbau geplant:

- **Kick-off Clubbing** im Setting 10. Bezirk (Grätzelarbeit) mit Jugendlichen der Zielgruppe.
- **Ist-Analyse:** Fokusgruppendifkussionen, ExpertInneninterviews, teilnehmende Beobachtung und Fragebogenerhebung mit 300 Jugendlichen.

Kick-off Veranstaltungen

Als Start und ein wichtiger Meilenstein des Projektes galt die Durchführung eines Projektevents im 10. Bezirk. Ziel dieser Veranstaltung war es, die Zielgruppe mit einem attraktiven Event (Clubbing) einzubinden, sie über das Projekt zu informieren und ihre Bedürfnisse zu erheben. Über gezielte Öffentlichkeitsarbeit sollten neben **SchülerInnen** der eingebundenen Schulen im Bezirk auch „**out-of-school**“ Jugendliche über KooperationspartnerInnen angesprochen werden.

Ist-Analyse

Im Rahmen der Ist-Analyse sollten unter Einsatz qualitativer und quantitativer Methoden der Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten von 14- bis 17-Jährigen ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen in kooperierenden Kooperativen Mittelschulen im 10. Bezirk erhoben und die Erkenntnisse in einem Gesundheitsbericht zusammen gefasst werden. Auf dessen Basis sollten zielgruppengerechte Angebote erstellt werden. Anhand von zwei Fokusgruppendifkussionen mit jeweils etwa

6-10 Jugendlichen sollten zu unterschiedlichen Zeitpunkten die Bedürfnisse und Interessen partizipativ erhoben werden und in die Projektplanung bzw. -umsetzung Eingang finden. Die Bedürfnisse, Interessen und Ideen der AkteurInnen des Settings (Case ManagerInnen, Projektteam) sollten ebenfalls im Rahmen von Fokusgruppendifkussionen zu unterschiedlichen Zeitpunkten erhoben und in die Projektplanung und -umsetzung einbezogen werden.

Die erhobenen Daten und Erkenntnisse sollten weiters in Form eines Gesundheitsberichts veröffentlicht und einem größeren InteressentInnenkreis zugänglich gemacht werden.

2.10.2. Interventionsphase

Im Zuge der Interventionsphase des health4teen Projektes waren diverse Maßnahmen und Aktivitäten geplant, die im folgenden Abschnitt kurz dargestellt und beschrieben werden.

Peer Education Programm

Basierend auf der Grundannahme, dass Gesundheitsförderungsangebote dann gut angenommen werden, wenn diejenigen, die die Botschaften vermitteln, von der Zielgruppe akzeptiert werden, sollten MultiplikatorInnen aus der Zielgruppe der Jugendlichen zu sogenannten Peer Helfern „ausgebildet“ werden. Ziel war es, zielgruppenangehörige Jugendliche zu gesundheits- und jugendrelevanten Themen zu schulen und zu informieren, damit sie ihr Wissen an andere Jugendliche weitergeben können. In Anlehnung an bereits erprobte und erfolgreich etablierte Peer Education Programme u.a. aus dem Modellprojekt Gehsteig sollten in vier Workshops jeweils ca. 10 Peer Helper im Rahmen von vier jeweils vierstündigen Einheiten

(insgesamt 16 Stunden pro Workshop) „ausgebildet“ werden.

Um der besonderen Situation von ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen Rechnung zu tragen, sollten neben Standardinhalten der Workshops (Rauchen, Sucht, Sexualität, Ernährung, Bewegung/Sport, Entspannung/Stressabbau) Wunschthemen der TeilnehmerInnen partizipativ und flexibel festgelegt werden.

Gesundheitsaktionstage im Setting Schule

Um die Jugendlichen in den Schulen mit health4teen bekannt zu machen, sowie eine Vielzahl mit einem differenzierten, niederschweligen Angebot zu erreichen, sollten in Schulen Aktionstage rund um das Thema Gesundheit durchgeführt werden. Damit sollte der Zielgruppe



eine niederschwellige, unverbindliche Möglichkeit geboten werden, vor Ort gesundheitsförderliche Angebote auszuprobieren und sich rund um das Thema „Gesundheit“ zu informieren. Es war geplant, vorerst zwei Pilot-Aktionstage durchzuführen, um das Konzept zu erproben. Dabei sollte das umfangreiche Angebot von health4teen, sowie verschiedene Einrichtungen der Gesundheitsförderung in Wien mit ihrem Angebot für Jugendliche vorgestellt werden. **Schnupperangebote** (die auch zur Erprobung der Gesundheitsaktivitäten dienen) runden das Angebot ab und sollten die Jugendlichen

zum Mitmachen animieren. Die Gesundheitsaktionstage sollten breites Wissen über die eigene Gesundheit vermitteln, im Allgemeinen zum Thema Gesundheit sensibilisieren sowie zu einer weiteren Teilnahme an den health4teen Angeboten – wie den Gesundheitsworkshops – motivieren.

Gesundheitsworkshops

Zur Vertiefung des Wissens der SchülerInnen zu gesundheitsrelevanten Themen waren mehrstündige Gesundheitsworkshops geplant. Neben der Wissensvermittlung sollten sie auch der Erhebung der Bedürfnisse der Zielgruppe sowie der



partizipativen Entwicklung von Maßnahmen für die Zielgruppe dienen. Ursprünglich waren vier zweistündige Workshops zu gesundheitsrelevanten Themen für die SchülerInnen angedacht.

Gesundheitssprechstunden

Aufgrund der vielfältigen Problemlagen von Jugendlichen (Abgrenzung von bzw. Konflikte in der Familie, gesundheitsgefährdende Lebensweisen, biographische (Neu-)Orientierung usw.) sollten für die Zielgruppe freiwillige, vertrauliche (und wenn möglich muttersprachliche) Einzelgespräche mit einem/einer MedizinerIn und einem/einer PsychologIn zur Verfügung gestellt werden. Etwaige Daten waren dabei grundsätzlich nicht an Dritte (Case ManagerInnen, Schulen etc.) weiterzugeben, es sei denn, die/der Betroffene äußerte den ausdrücklichen

Wunsch. Bei besonders schwierigen Problemlagen sollten die TeilnehmerInnen an weitere qualifizierte Beratungseinrichtungen bzw. FachärztInnen verwiesen werden.

Gesundheitsaktivitäten

Zentraler Projektbestandteil waren regelmäßig stattfindende, bedürfnisgerechte, partizipativ entwickelte Gesundheitsaktivitäten für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche im Gruppensetting in den Räumlichkeiten des Projektes c'mon14 (ÖSB Consulting GmbH, Mariahilfer Straße 123, 1060 Wien). Inhalte und Ausrichtung waren aus den Ergebnissen der Ist-Analyse (Fokusgruppen, Befragung der Jugendlichen) sowie aus den Gesundheitsworkshops abzuleiten. Wie auch bei anderen Angeboten sollte insbesondere bei den Gesundheitsaktivitäten für FreundInnen/Bekannte der Jugendlichen, welche nicht im Rahmen von c'mon14 betreut wurden, die Möglichkeit zur unverbindlichen und kostenlosen Teilnahme bestehen. Dadurch sollte die Motivation gesteigert und die Netzwerkbildung weiter gefördert werden. Bei Interesse sollten die Peer Helper in die Umsetzung der Gesundheitsaktivitäten einbezogen werden. Die Umsetzung der Angebote sollte durch externe ExpertInnen erfolgen, welche über entsprechende Qualifikationen sowohl in der ganzheitlichen Gesundheitsförderung als auch insbesondere in der Arbeit mit Jugendlichen verfügen.

Gesundheitsaktivitäten im Grätzel

Die Gesundheitsaktivitäten im Grätzel (10. Wiener Gemeindebezirk) boten die Möglichkeit, neben den ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen in Schulen auch jene im außerschulischen Umfeld zu erreichen. Um möglichst viele Jugendliche im außerschulischen Setting zu errei-

chen, war eine enge Kooperation mit dem Frauengesundheitszentrum FEM Süd sowie dem Männergesundheitszentrum MEN angedacht. Diese Institutionen sind in Favoriten lokalisiert und haben dadurch einen breiten Zugang zu sozial benachteiligten Jugendlichen. Geplant waren etwa eine Zusammenarbeit beim Kick-off – Gesundes Favoriten



sowie die punktuelle Umsetzung von Gesundheitskursen, Workshops oder Beratungen in den Räumlichkeiten bzw. mittels den Zugangswegen von FEM Süd und MEN.

MultiplikatorInnenschulungen

Im Sinne eines „CapacityBuilding“ war eine Fortbildung „Gesundheitsförderung für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche“ für MultiplikatorInnen (Case ManagerInnen) im arbeitsmarktpolitischen Setting geplant. Die partizipativ entwickelte **Fortbildung** der MultiplikatorInnen sollte durch das multiprofessionelle Projektteam unter teilweisem Hinzuziehen externer ExpertInnen realisiert werden. Unter Berücksichtigung der Zeitressourcen der MitarbeiterInnen war ein Gesamtstundenausmaß pro MitarbeiterIn von **16 Stunden denkbar**. Die MultiplikatorInnen sollten das erlernte Wissen in den Beratungsalltag einfließen lassen und ausgrenzungsgefährdete Jugendliche kompetent beraten, motivieren und gegebenenfalls an passende Beratungseinrichtungen weitervermitteln. Darüber hinaus sollten sie die erworbenen Informationen und Erkenntnisse in Form

von allgemeinen Vorträgen z.B. im Rahmen der Info-Workshops sowie der mobilen Beratung von c'mon14 weitervermitteln.

Website

Im Zuge von health4teen war eine **Website** geplant, auf welcher der Ansatz sowie die Angebote beschrieben und somit der breiten Öffentlichkeit (den Jugendlichen, Case ManagerInnen, KooperationspartnerInnen, Schulen, LehrerInnen bzw. weiteren Interessierten) zugänglich gemacht werden sollte. Eine Internet Lounge mit kostenlosem Internetzugang (Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 10:00 bis 15:30 Uhr) stand für Jugendliche vor Ort bei c'mon14 zur Verfügung. Da die Zielgruppe mittels Internet auch außerhalb der Öffnungszeiten und Angebote erreichbar ist und diese in Anspruch nehmen kann, sollte aufbauend oder in Abstimmung mit den online-Aktivitäten von c'mon14 bzw. in Kooperation mit dem Projekt health4you(th) eine Internet-Plattform für health4teen implementiert werden. Neben jugendgerechten Informationen zu Gesundheitsangeboten im Raum Wien sollte die Möglichkeit geschaffen werden, Teile der Aktivitäten virtuell abzuwickeln (z.B. Chat mit PsychologIn/MedizinerIn). Auf diese Weise sollte für die Zielgruppe eine einfache Möglichkeit, sich anonym, unverbindlich, ohne Anreisezeiten zum Thema Gesundheit zu informieren und mit anderen Jugendlichen bzw. ExpertInnen in Austausch zu treten, geschaffen werden. Mit Hilfe einer Linkliste sollten die Jugendlichen einfach und schnell zu interessanten Beratungseinrichtungen inklusive deren Angeboten in Wien gelangen. Dadurch sollte auch auf die Gesundheitsangebote des Projekts health4teen auf der Website aufmerksam gemacht werden.

2.10.3. Abschlussphase

In der Abschlussphase wurde eine Abschlussveranstaltung mit allen KooperationspartnerInnen, Peer Helfern, FördergeberInnen und BeraterInnen von c'mon14 durchgeführt und die Ergebnisse und Lernerfahrungen des Projektes in Form eines gedruckten Endberichts der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.



3. Projektumsetzung und Lernerfahrungen aus dem Projekt

Im folgenden Abschnitt sollen nun die Erfahrungen und Erkenntnisse, die aus der Projektumsetzung resultieren, reflektiert werden.

Zu Beginn werden Maßnahmen sowie die gesammelten Lernerfahrungen aus dem Projektmanagement, der Projektsteuerung und der Projektkommunikation sowie Daten zur Zielgruppen-erreichung des Projektes aufgezeigt. Danach wird auf die praktische Umsetzung und der daraus gewonnenen Erfahrungen einzelner Maßnahmen in den unterschiedlichen Settings des Projektes health4teen eingegangen und übersichtlich nach den Settings geordnet dargestellt.

3.1. Lernerfahrungen aus dem Projektmanagement, der Projektsteuerung und der Projektkommunikation

Die im Projekt gewählten grundlegenden Strategien haben sich bewährt. Die Zielgruppen konnten in den Planungs- und Umsetzungsprozess im Rahmen von Fokusgruppendifkussionen mit Jugendlichen, Fokusgruppen und ExpertInneninterviews mit AkteurInnen des Settings (c'mon14 Team, Schulpersonal, Jugendzentren) ausreichend und partizipativ in den Projektaufbau und in die Projektumsetzung eingebunden werden. Besonders die in der Strukturaufbauphase gesetzten Aktivitäten erwiesen sich als sinnvoll, denn gerade am Projektbeginn ist es wichtig, mehr über das Gesundheitsverhalten und das Gesundheitsverständnis, sowie Wünsche und Angebote der Zielgruppe zu erfahren und diese systematisch zu erheben und einzubinden.

Diese Tatsache wirkte sich vor allem auf die Zufriedenheit und das Feedback der TeilnehmerInnen aus den umgesetzten Aktivitäten positiv aus.

Besonders die Entscheidung, die Maßnahmen vor Ort in den 10. Bezirk zu verlegen, erwies sich als sinnvoll, da dadurch wesentlich mehr Jugendliche, sowohl qualitativ als auch quantitativ erreicht werden konnten.

Überblick über die Zielgruppenerreichung des Projektes:

Die nachstehende Tabelle gibt über die quantitative Erreichung der Zielgruppe der Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren Auskunft:

Projektmaßnahme	TN gesamt
Ist-Analyse (Fokusgruppen Jugendliche)	21
Ist-Analyse (Fragebogenerhebung)	161
Gesundheitssprechstunde	365
Gesundheitsworkshops	167
Gesundheitsaktionstage	443
Gesundheitsaktivitäten	406
Ist-Analyse (Teilnehmende Beobachtung)	20
Gesundheitsaktivitäten im Grätzel	313
Kick-off Veranstaltungen in Jugendzentren	225
Peer Education Programm	46
Summe gesamt	2167

Tabelle 4: Gesamtüberblick Projektmaßnahmen Jugendliche und Teilnahmen (Stand: 30.06.2012)

Eine weitere Zielgruppe stellen die AkteurInnen des Settings ÖSB (Case ManagerInnen c'mon14) sowie AkteurInnen in Kooperativen Mittelschulen und außerschulischen Einrichtungen als MultiplikatorInnen dar. In MultiplikatorInnenschulungen konnten insgesamt 36 MultiplikatorInnen erreicht werden und so die Nachhaltigkeit des Projektes über das Projektende hinaus zusätzlich gesichert werden.

Lernerfahrungen aus der Ist-Analyse

Um die Projektaktivitäten und Maßnahmen bestmöglich mit den Bedürfnissen von ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen bzw. der Zielgruppe in Einklang zu bringen, wurden im Vorfeld in der Strukturaufbauphase **drei Fokusgruppen mit Jugendlichen** im Jugendzentrum PAHO und in der KMS Josef-Enslein Platz durchgeführt. Damit wurde das Ziel verfolgt, die Zielgruppe bereits in die Planung der Angebote miteinzubeziehen und so die Zufriedenheit und die Inanspruchnahme von health4teen Angeboten zu steigern. Ebenso gab es **zwei Fokusgruppen mit Case-ManagerInnen von c'mon14, Interviews und eine teilnehmende Beobachtung.**

Ein weiterer wichtiger Baustein im Projekt war die schriftliche **Befragung der Zielgruppe** mittels Fragebogens zur Erhebung der Gesundheitssituation von ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen im 10. Bezirk und zur Ableitung konkreter Angebote für die Zielgruppe im Projekt.

A) Fokusgruppen

Die durchgeführten Fokusgruppen mit sowohl den MitarbeiterInnen von c'mon14 als auch den Jugendlichen brachten wichtige Ergebnisse und Einblicke über die Bedürfnisse und Interessen der Zielgruppe, die bei der wei-

teren Planung und Umsetzung der Angebote berücksichtigt wurden. Die Themen und Inhalte der Erhebung im Zuge der Fokusgruppen bezogen sich primär auf die Gesundheit und das Wohlbefinden, die Wünsche und Visionen der Zielgruppe.

Die wichtigsten Auswertungsergebnisse aus den Fokusgruppen mit BeraterInnen von c'mon14:

Wenn es um die **Freizeitaktivitäten** der Jugendlichen geht, so wurden als Lieblingsbeschäftigungen eher passive und sitzende Tätigkeiten wie z.B. das Internetsurfen oder „Faulenzen“ genannt. Daher ist ein verstärktes Angebot an kostenlosen und fortlaufenden Bewegungsangeboten im Umfeld der Zielgruppe notwendig.

Der **Gesundheitszustand** der Jugendlichen wird vor allem über soziale Komponenten definiert und beobachtet. Es wird von einem eher schlechten Gesundheitszustand berichtet, der nach außen bereits durch das Auftreten, die körperliche Haltung und Kleidung sichtbar wird. Die Ernährungsgewohnheiten hängen von den finanziellen Mitteln, welche die Jugendlichen zur Verfügung haben und den Lebensstilen, die vermittelt werden und die sind meist sehr einseitig statt abwechslungsreich. Ein weiteres Merkmal, welches im Zusammenhang mit dem eher schlechten Gesundheitszustand beobachtet wird, ist Über- oder Untergewicht, sowie mangelnde Zahnhygiene.

Das **Gesundheitsbewusstsein** wird als eher eingeschränkt beschrieben, ist kaum ausgeprägt und wird darauf zurückgeführt, dass Jugendliche aus sozial benachteiligten Milieus im täglichen Leben mit „ganz anderen“ Problemen konfrontiert sind. Dadurch kommt dem Thema Gesundheit und Wohlbefinden eine untergeordnete Rolle zu.

Ressourcen der Jugendlichen an denen die Gesundheitsförderung ansetzen kann, ist das Selbstbewusstsein der Jugendlichen, Offenheit und das Interesse für Neues. Bei den Angeboten sollte man den Schwerpunkt auf das soziale Wohlbefinden setzen, z.B. durch die gemeinsame Gestaltung der eigenen Schulumlichkeiten.

Außerdem sollten die Angebote auf Interaktionen und praktischen Übungen aufbauen und nicht auf Vorträgen o.ä.

Die wichtigsten Auswertungsergebnisse aus den Fokusgruppen mit Jugendlichen:

Insgesamt besteht bei der Zielgruppe sowohl in den Jugendzentren, als auch Schulen, großes Interesse für Gesundheitsthemen, die sie vor allem mit Bewegung und aktiven Gesundheitsangeboten verbinden. Aus den berichteten Erfahrungen der Jugendlichen geht hervor, dass sie zwar (teilweise) an Workshops zu Gesundheitsthemen (wie z.B. Sexualität) teilgenommen haben, jedoch konnten sie selber kaum mitwirken oder sich selbst in das Geschehen einbringen. Daher ist ein wichtiges Kriterium für die Teilnahme an Gesundheitsförderungsangeboten das Einbeziehen der Jugendlichen. Sei es durch die Bestimmung der Musik zu der sie tanzen möchten, diversen Gruppenübungen im Zuge von Workshops oder dem Bestimmen der Inhalte von diesen. Wichtig ist es daher, Wahlmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen und die Zielgruppe zu involvieren.

Aufschlussreich für die weitere Planung und Umsetzung von health4teen Angeboten (als auch für zukünftige Projekte) sind an dieser Stelle besonders die genannten Themen und Angebote, die die Jugendlichen interessieren:

Sport und Bewegungsaktivitäten

Die Wünsche fallen sehr schmal aus und sind außerdem vom Geschlecht abhängig. Mädchen nennen traditionell das Tanzen (vor allem Hip Hop) als Lieblingsaktivität und die Jungs wünschen sich Fitness und alternative Trainingsmöglichkeiten, sowie Kampfsport und Selbstverteidigung (Thaiboxen). Dagegen wünschen sich und nennen beide Gruppen das Kochen als gemeinsame Aktivität.

Risikoverhalten und Lebensstile

Als Problembereiche werden vor allem Themen aus dem Bereich der psychosozialen Gesundheit genannt, wie Alkohol, Rauchen, Sexualität und Aids, Schulden bzw. finanzielle Probleme sowie Stress und Konflikte. Hier sprechen sich die Jugendlichen einheitlich für Umgangsstrategien aus. Sie möchten wissen, wie sie sich in der jeweiligen Problemlage verhalten können, welche Möglichkeiten ihnen zur Verfügung stehen und nicht nur aufgeklärt werden.

Soziale Kontakte und Netzwerke als wesentliche Gesundheitsressourcen

Wenn Jugendliche von positiver Gesundheit und Wohlbefinden berichten, dann immer im Zusammenhang mit Situationen mit „Anderen“. Die Anderen können Freunde, Eltern oder andere wichtige Bezugspersonen (BetreuerInnen des Jugendzentrums, c'mon14 BeraterInnen oder LehrerInnen) sein. Die Bedeutung von sozialen Kontakten wird vor allem dann deutlich, wenn die Jugendlichen gebeten werden über Situationen zu berichten, wo sie sich besonders wohl fühlen, wie sie mit Problemen umgehen oder was sie als Ressource für ihre Gesundheit oder im Umgang mit Problemen sehen. An diesen Stellen kommen die „Anderen“ ins Spiel und werden zur wichtigsten Gesundheitsressource.

Allgemeine Beobachtung im Zuge der Fokusgruppen

Bei der Durchführung der Fokusgruppen ist besonders die Ernsthaftigkeit der Jugendlichen aufgefallen unter der die Themen ausgearbeitet wurden. Die Motivation kann evtl. durch die wahrgenommene Mitbestimmungsmöglichkeit, in diesem Fall von eigenen Gesundheitsförderungsangeboten, erklärt werden.

B) Interviews

Als Ergänzung der Fokusgruppen wurde ein gemeinsames Interview mit dem c'mon14-Teamleiter des 10. Bezirks und einem c'mon14 Berater durchgeführt. Das wesentliche Ziel dieses Interviews war der Erfahrungstransfer hinsichtlich Rahmenbedingungen und Umsetzungsmöglichkeiten von Workshops in den betreuten Schulen des 10. Bezirks.

Als Vorbereitungsgrundlage zur Umsetzung des **Peer Education Programms** diente hier das Expertengespräch und Leitfadenterview mit Dr. Karl Bohr (Institut für Sozial- und Gesundheitspsychologie), welches als Grundlage für die weitere Planung und Konzepterstellung des Peer Education Programms verwendet wurde. Die Endkonzeption erfolgte im ersten Halbjahr 2011 und die Bewerbung laufend in Schulen und Jugendzentren.

Aufgrund der Ergebnisse der Ist-Analyse und der Bewerbungsphase wurden einige Adaptierungen vorgenommen, die aus den ersten Umsetzungs- und Lernerfahrungen resultieren.

- Das Konzept wurde laufend an die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten der Schulen angepasst und wurde dadurch flexibler und offener gestaltet.

- Im außerschulischen Setting entstand die Idee und das Grobkonzept des Videowettbewerbs für Jugendliche als Ergänzung zum ursprünglichen Peer Education Konzept beziehungsweise als alternativer Zugang und Methode in der Arbeit mit der Zielgruppe. Im Jänner 2012 begann an zwei Kooperative Mittelschulen (KMS) die Umsetzung des Peer Education Programms, welches im Juni 2012 erfolgreich abgeschlossen werden konnte.

C) Teilnehmende Beobachtung

Ein Ergebnis des Interviews war die Einladung zur Beobachtung/Mitgestaltung eines c'mon14-Workshops in einer Schule im 10. Bezirk. health4teen wurde somit die Möglichkeit geboten, eine Beobachtung der Zielgruppe durchzuführen und im Zuge dessen das Wissen über Bedürfnisse und Gewohnheiten der Jugendlichen zu erweitern. Die Ergebnisse dieser ersten Erhebungen wurden bereits zu Beginn der Angebotsgestaltung berücksichtigt und mit den Bedürfnissen der Zielgruppe abgestimmt.

D) Fragebogenerhebung zur Erhebung des Gesundheitszustandes der Zielgruppe

Die Erstellung des Fragebogens wurde im ersten Halbjahr 2011 finalisiert und beendet. Schwerpunkte der Befragung waren Gesundheit allgemein, physische und psychische Gesundheit, soziale Unterstützung sowie Gesundheits- und Risikoverhalten. Um den Fragebogen auf seine „Jugendfreundlichkeit“ zu erproben und den offiziellen Start zu signalisieren, wurde ein kleiner Pretest mit Jugendlichen im Rahmen der Veranstaltung „Kick-off Gesundes Favoriten“ durchgeführt. Aufgrund dessen wurden kleine Adaptierungen vorgenommen. Das Ausfüllen des Frage-

bogens dauert zwischen 15-20 Minuten. Die Befragung wurde immer in Anwesenheit eines/r health4teen MitarbeiterIn durchgeführt, sodass jederzeit Verständnisfragen beantwortet und die Motivation der Jugendlichen aufrechterhalten werden konnte – dieses Vorgehen erwies sich als sehr wichtig, da aufgrund dieser Zugangsweise bzw. durch den persönlichen Kontakt die Bereitschaft zur Teilnahme der Jugendlichen an der Befragung gefördert werden konnte. Die zu Beginn des Projektes geplante Fragebogenerhebung zum Gesundheitszustand der Zielgruppe in Kooperativen Mittelschulen erwies sich im Laufe der Umsetzungsphase aufgrund bürokratischer Hürden (Zuständigkeiten, Datenschutz, Zustimmungserklärungen etc.) als sehr schwierig und langwierig. Daher wurden folgende **Zugänge** zur Durchführung der Fragebogenerhebung gewählt:

- Erhebung bei Veranstaltungen und an öffentlichen Plätzen im Grätzel (beispielsweise auf der Favoritenstraße/ Umkreis Reumannplatz).
- Erhebung im Rahmen der Beratungseinheiten von c'mon14 Case ManagerInnen mit Jugendlichen.

Das Projektteam ging somit bei der Erhebung „auf die Straße“ und nutzte hierfür den öffentlichen Raum. Diese Vorgehensweise erwies sich als sehr effektiv. Die Bereitschaft zur Teilnahme sowie das Interesse an Sinn und Zweck der Befragung waren bei den Jugendlichen sehr groß. Allerdings hatte diese Vorgehensweise den Nachteil, dass die Erhebungen nicht zielgruppenspezifisch genug waren, um repräsentative Aussagen über den Gesundheitszustand ausgrenzungsgefährdeter Jugendlicher im 10. Bezirk treffen zu können. Die in einem Gesundheitsbericht zusammengefassten Ergebnisse der Befragung können daher nur

über den Gesundheitszustand der an der Befragung teilgenommenen Jugendlichen Auskunft geben.

Die Ergebnisse zur Jugendlichenbefragung im 10. Bezirk sind im Detail im „Gesundheitsbericht – Ergebnisse der IST-Analyse im Zuges des Projekts health4teen“ zu finden. Der Gesundheitsbericht steht für interessierte LeserInnen im Downloadbereich des „WieNGS - Wiener Netzwerks Gesundheitsfördernde Schulen“ unter <http://www.wiengs.at> als pdf bereit.

Lernerfahrungen aus Kommunikations- und Informationsmaßnahmen (extern und intern) sowie Vernetzungsaktivitäten: Über den gesamten Projektzeitraum wurden laufend interne und externe Kommunikationsmaßnahmen gesetzt, die für den Erfolg des Projektes eine wesentliche Rolle spielen.

Extern wurden z.B. umgesetzt:

- Vernetzung mit Regionalteam Favoriten
- Jugendkulturforschung: Teilnahme am Jour fixe – Jugend ohne Wertekultur
- Kick-off – Gesundes Favoriten
- Vernetzungstreffen mit der Paritätischen Thüringen
- Projekteintrag/-beitrag health4teen auf den Websites des NGA Netzwerkes und WiG Internetseite
- Webautritt von health4teen. Die Projekthomepage wurde laufend aktualisiert, vor allem mit aktuellen Terminen/ Angeboten und Kontaktmöglichkeiten

Folgende Informations- und Kommunikationsmaßnahmen wurden z.B. intern gesetzt:

- Erstellung des Infolders für MultiplikatorInnen
- Evaluationszwischenbesprechungen
- Zwei Zieleworkshops
- Synergiegespräche mit health4you(th) und c'mon14
- Vernetzung mit health4teen-Steiermark
- Projektsteuerungstreffen
- Kooperations- und Koordinationsgespräche mit FEM Süd und MEN
- Teambesprechungen

Besonders wichtig war vor allem die Teilnahme an den Treffen des Regionalteams Favoriten. Gemeinsam mit c'mon14 war das Projekt health4teen seit Projektstart im Regionalteam Favoriten vertreten. Es standen bei diesen Treffen Vernetzungsaktivitäten sowie der Erfahrungsaustausch mit Vereinen und im 10. Bezirk agierenden Institutionen im Vordergrund. Zusätzlich wurden auch die Arbeitskreise zu „Kinder und Jugend“ besucht und die TeilnehmerInnen laufend über Neuigkeiten des Projektes informiert.

Lernerfahrungen aus und zu Partnerschaften und Kooperationen:

Von großer Bedeutung im Projekt war das laufende Eingehen und Pflegen von bestehenden als auch neuen Partnerschaften und Kooperationen. Hierzu wurden z.B. folgende Aktivitäten gesetzt und Kooperationen eingegangen:

- Sept. - Dez. 2011 intensive **Bewerbungsphase in Kooperativen Mittelschulen**. Hierzu wurden folgende Zu-

gangs- und Kontaktmöglichkeiten genutzt: telefonische Kooperationsgespräche mit DirektorInnen, Projektvorstellung per E-Mail an alle KMS Schulen, sowie persönliche und direkte Bewerbung der Angebote in den einzelnen Schulen (mit Projektfolder, sowie Flyer zu einzelnen Angeboten).

- Sept. – Dez. 2011 intensive **Bewerbungsphase im außerschulischen Bereich**: Kooperationsgespräche mit Jugendtreff PAHO, Projekt Spacelab Urban, Mädchencafé flash, Jugendzentrum OPS und Back on Stage.
- Austauschtreffen und Kooperationen mit **c'mon14** bzgl. Fragebogenerhebung, Zugang zu Schulen, MultiplikatorInnenschulung, gemeinsamer Organisation und Durchführung von Angeboten.
- **WieNGS** (Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen): Teilnahme an der WieNGS Tagung und Verfassen von Projektbeiträgen im WieNGS Newsletter, sowie Zusammenarbeit im Rahmen von Gesundheitsaktionstagen.
- **Sponsoring-PartnerInnen**: Im Berichtszeitraum konnten einige Sponsoring-Partnerschaften geschlossen werden. Dabei sind folgende besonders hervorzuheben: Fa. Aumann Catering (gesunde Brötchen), Fa. Bahlsen GmbH (Müsliriegel), Fa. Hausfreund HandelsgesmbH „Obstkorb“ (Obst), Fa. Innocent Alps GmbH (Smoothies), Fa. Rauch Fruchtsäfte GmbH (Fruchtsäfte), Fa. Sneckbox 888 Vertriebs GmbH (gesunde Snacks), Fa. Stadlbauer Marketing & Vertriebs GmbH (Wii Sports), Fa. Waldquelle GmbH (Wasserflaschen).

- **Verein Dialog**: Kooperation im Bereich Suchtprävention im Setting Schule bei den Gesundheitsaktionstagen.
- **Wiener Gesundheitsförderung**: Kooperation im Setting Schule bei den Gesundheitsaktionstagen ausgewählte Module der „WiG Lounge“.
- **Erstellung TrainerInnen-Pool**: Wie sich in der Zusammenarbeit mit Jugendlichen gezeigt hat, spielen für die Qualität und den Erfolg der Angebote die TrainerInnen eine wichtige Rolle. Aus diesem Grund wurden im Projektzeitraum viele Aktivitäten und Recherchen angestellt, um einen TrainerInnen-Pool zu entwickeln. Denn oft kamen die Anfragen und Termine der Schulen und Jugendzentren sehr spontan und darauf musste das Projektteam jederzeit spontan und flexibel reagieren können.

Gesetzte Aktivitäten und Lernerfahrungen aus der Evaluationsarbeit

Folgende Aktivitäten fanden laufend während der Projektumsetzung statt: Zwischenbesprechungen, laufende Evaluation mithilfe von Kurzfragebögen im Zuge der Aktivitäten sowie Eingabe der Daten, kontinuierliche Aktualisierung des Zielerreichungsübersichtsplans, qualitative Erhebungen bzw. Interviews und Auswertungen, sowie Erstellung eines Evaluationsberichts zum Projekt.

Zu den wichtigen Lernerfahrungen hinsichtlich der Evaluationsarbeit zählt, dass das Ausfüllen eines Evaluationsbogens z.B. nach jeder Trainingsstunde bei einer regelmäßig stattfindenden Aktivität nicht zielführend ist und von Jugendlichen als „lästig“ empfunden wird. Aus Sicht der Evaluation ist man natürlich bemüht durch laufende Überprüfungen die Qualität der Angebo-

te hoch zu halten und möchte schnellstmöglich auf sich verändernde Faktoren reagieren können. Die Erfahrung hat uns gezeigt, dass man zu wesentlich aussagekräftigeren und verlässlicheren Informationen kommt, wenn man z.B. im Anschluss an Trainings einfache kurze und offene Fragen stellt wie: „Was hat euch heute besonders gut gefallen“, „Was weniger gut und warum?“ und so ein Feedback von den Jugendlichen durch den/die TrainerIn einholt. Jugendliche sind diesbezüglich bei guter Beziehungsarbeit durch ProjektmitarbeiterInnen bzw. TrainerInnen sehr offen und können reflektiertes und direktes Feedback zu in Anspruch genommenen Angeboten geben.

3.2. Settingspezifische Lernerfahrungen

3.2.1. Lernerfahrungen aus dem Setting ÖSB

Die wichtigste Erkenntnis beziehungsweise Bestätigung aus den gesammelten Erfahrungen ist die schwere Erreichbarkeit der Zielgruppe. 14 bis 17-Jährige Jugendliche aus dem 10. Bezirk sind aufgrund ihrer geringen örtlichen Flexibilität und mangelnden Mobilität z.B. im Setting c'mon14/ Mariahilferstraße 123 im 6. Bezirk schwer zu erreichen und für Gesundheitsaktivitäten und Gesundheitssprechstunden in diesen Räumlichkeiten schwer zu begeistern. Dies haben die umgesetzten Maßnahmen klar gezeigt. Aus diesem Grund wurden die genannten Angebote in den 10. Bezirk und somit zu den Jugendlichen vor Ort verlegt, was sich als sehr sinnvoll und erfolgreich erwiesen hat.

Ursprünglicher zentraler Projektbestandteil waren wöchentlich stattfindende, bedürfnisgerechte, partizipativ entwickelte Gesundheitsaktivitäten und Gesundheitssprechstunden/-beratungen für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche. Inhalte und

Ausrichtung wurden aus den Ergebnissen der Ist-Analyse (Fokusgruppen), der Interessensabfrage sowie aus Befragungen von AkteurInnen aus dem Setting abgeleitet. Wie auch bei anderen Angeboten sollte insbesondere bei den Gesundheitsaktivitäten für FreundInnen und Bekannte der Jugendlichen die Möglichkeit zur Teilnahme bestehen. Denn aus den durchgeführten Fokusgruppen mit Jugendlichen geht eindeutig hervor, dass die Möglichkeit der Teilnahme von FreundInnen an Gesundheitsaktivitäten die eigene Teilnahmewahrscheinlichkeit wesentlich fördert und steigert.

Die ersten Gesundheitsaktivitäten (Hip Hop und Easy Fitness) starteten im Mai 2011 und wöchentlich wurden á 80 Minuten in den Räumlichkeiten der ÖSB in der Mariahilferstraße angeboten. Aufgrund der geringen Erreichbarkeit der Zielgruppe und dem Feedback von AkteurInnen aus dem Setting, dass Jugendliche ungern ihre vertraute Umgebung (inkl. Jugendzentren oder Vereine) verlassen, sollten Gesundheitsaktivitäten in vertrauten und bekannten Gegenden, wo sich die Zielgruppe wohlfühlt und aufhält, umgesetzt werden.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus der MultiplikatorInnen-schulung mit Case ManagerInnen:

Im Juli 2011 konnte die Fortbildung für MultiplikatorInnen umgesetzt werden. Die Fortbildung zu Gesundheit und Jugend fand mit 16 Case ManagerInnen von c'mon14 in zwei Gruppen statt und dauerte jeweils zwei Tage.

Ziele und Lehrinhalte

- Vermittlung der Zusammenhänge zwischen sozialer Benachteiligung und Gesundheit.

- Geschlechtsspezifische Aspekte von Gesundheit und Gesundheitsförderung.
- Aspekte und Thematiken von Gesundheit und Gesundheitsförderung bei ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen (mit und ohne Migrationshintergrund) wie z.B. Mobbing und Konfliktmanagement.
- Rückmeldung und Diskussion der Ergebnisse der Ist-Analyse.
- Vermittlung von Grundlagen von Entspannungstechniken und Stressbewältigungsstrategien.
- Selbstwertstärkung, Ressourcenarbeit in der Betreuung mit ausgrenzungsgefährdeten Jugendlichen.
- Vermittlung konkreter Angebote zum Thema Gesundheit und Gesundheitsförderung für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche im Raum Wien (z.B. Beratungseinrichtungen, Bewegungs- und Sportangebote, Jugendtreffs etc.).
- Reflexion der eigenen Gesundheit der Case ManagerInnen.
- Aktive Gesundheitsförderung für Case ManagerInnen.

3.2.2. Lernerfahrungen aus dem Setting Kooperative Mittelschulen

Auch der Zugang zu Schulen und Einrichtungen im außerschulischen Bereich (Jugendzentren, Jugendtreffs oder Jugendprojekten) erwies sich seit Projektstart generell als schwierig und benötigte Zeit, da unserem Empfinden nach ein großes Misstrauen gegenüber „von oben und außen kommenden Projekten“ bei beiden Einrichtungen herrscht.

Vertrauensbildende Maßnahmen wie persönliche Besuche vor Ort und erweiterte Mitsprache beziehungsweise Einbeziehung in die Gestaltung von Maßnahmen haben diese Situation im Berichtszeitraum erleichtert und eine bessere Erreichung der Zielgruppe ermöglicht.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus den Gesundheitsaktionstagen:

Durch die aktive Bewerbungsphase der Gesundheitsaktionstage konnten 2011 und 2012 einige KMS für eine Kooperation motiviert werden: Zusätzlich wurden laufend neue **Kooperationen** geschlossen und so das inhaltliche Gesamtangebot für die SchülerInnen ständig erweitert (von fünf Stationen zu Projektbeginn gab es beim letzten Gesundheitsaktionstag bereits zehn Stationen mit diversen Gesundheitsangeboten). Kooperationen zur Betreuung von Stationen konnten, abgesehen vom ständigen Kooperationspartner FEM Süd und MEN, z.B. mit der Wiener Gesundheitsförderung – WiG, dem Verein Dialog, Mädchencafé „flash“, Jugendzentrum PAHO oder Arthaberbad, Aids Hilfe Wien und der AUVA eingegangen werden. Das **Schnupper- und Beratungsangebot** zu Gesundheitsthemen umfasste Ernährungsberatung mit Ernährungsquiz, Life Lounge, Smoveys, Glücksrad und Carrera-Bahn mit Ergometer, Beratung zur Suchtprävention mit Greifbox und Quiz, Sexualität oder einen Bewegungsstand mit einer Wii Sports. Abgerundet wurde das Angebot durch eine weitere aktive Station mit Hip Hop Tanz oder Artistik und Jonglage. Generell wurde bei dem Stationsbetrieb darauf geachtet, dass ein differenziertes Angebot an Gesundheitsthemen (sozial, psychisch und körperlich) angeboten wird.

Zusätzlich konnten durch die vielen Sponsoringanfragen auch **Sponsoringpartnerschaften**,

die besonders für diese Maßnahme wichtig waren, geschlossen werden. So stellte z.B. die Waldquelle GmbH Wasserflaschen, Obstkorb/Hausfreund Handels GmbH gesundes Obst, Sneckbox gesunde Snacks für Zwischendurch, Stadlbauer Marketing eine große Wii-Sport sowie Innocent Smoothies kostenlos für die SchülerInnen zur Verfügung.

Vor der Umsetzung der Gesundheitsaktionstage wurden in den Schulen Leitfadeninterviews mit Case ManagerInnen des c'mon14 Teams und LehrerInnen der jeweiligen Schule durchgeführt. Die Interviews dienten einerseits als Vorbereitungsgrundlage und andererseits als Qualitätssicherungsinstrumentarium. Die Inhalte, die abgefragt wurden, richteten sich an die Erfahrungen und Erkenntnis-



se der befragten Personen. So wurden Inhalte wie Ausstattung der Räumlichkeiten, Schul- und Klassenklima, Daten von SchülerInnen (Geschlecht, Herkunft, Arbeitsweise und Bereitschaft) und LehrerInnen (Kooperationsbereitschaft, Einstellungen gegenüber dem Projekt und Ansprechpersonen) im Zuge der Befragung erhoben.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus den Gesundheitsworkshops:

Als aufbauendes Modul gedacht, wurden zu den oben genannten Gesundheitsaktionstagen Gesundheitsworkshops (GWS) in Kooperation mit FEM Süd und MEN angeboten und umgesetzt.

Der GWS hatte als Fortführung des Gesundheitsaktionstages

zum Ziel, mit den Jugendlichen vertiefend Themen wie Grundlagen der Gesundheit, persönliches Gesundheitsbild, Ressourcen, Belastungen und Bedürfnisse und Gesundheitsziele spielerisch zu erarbeiten. Die Workshops bestanden aus einem allgemeinen Teil und einem vertiefenden Spezialworkshop, welche an zwei getrennten Tagen durchgeführt wurden.

Allgemeine Gesundheitsworkshops

Die Umsetzung der GWS-allgemein erfolgte durch externe TrainerInnen und einer Mitarbeiterin des health4teen Projektes. In Form von Gruppenübungen und Aktivierungsübungen konnten die SchülerInnen sich an das Thema Gesundheit herantasten.

Ein **Übungsbeispiel** zur Veranschaulichung aus dem GWS: **„Gesundheitsbild erstellen und Lebensbereiche herausarbeiten die Gesundheit beeinflussen“**

- a) Leitfrage dient als Hilfestellung: Wie lebt ein gesunder Mensch, wie stellt ihr euch einen gesunden Menschen vor? Wie lebt ein ungesunder Mensch, wie stellt ihr euch diesen Menschen vor? Hinsichtlich Alter, Geschlecht, Alltag, Bewegung, Ernährung, Freizeit, Beruf, Freunde, Familie, Hobbies, Lebensstil...
- b) Aus selbsterstellten Gesundheitsbildern gemeinsam Lebensbereiche herausarbeiten, die Gesundheit beeinflussen.

Gesundheitsworkshops zu spezifisch und partizipativ gewählten Themen

Im Rahmen von allgemeinen GWS konnten die SchülerInnen die Themen der darauffolgenden zweistündigen Vertiefungsworkshops mitbestimmen. Zur Auswahl standen folgende Themen:

- Gewaltprävention
- Liebe, Partnerschaft und Sexualität
- Ernährung

Die Umsetzung der Vertiefungsworkshops erfolgte durch unsere KooperationspartnerInnen, dem Frauengesundheitszentrum FEM Süd und dem Männergesundheitszentrum MEN, getrennt für Mädchen und Burschen.

Obwohl die quantitativen Projektziele bei den GWS schnell und früh erreicht werden konnten, wurde das Angebot weiter angeboten, da das Interesse und die Anfragen der Schulen an diesem Angebot bis Projektende hin besonders groß waren. Die Workshopthemen wurden auch auf weitere Bereiche erweitert, vor allem auf Themen, die die SchülerInnen aktuell beschäftigen. In Planungsgesprächen mit LehrerInnen und der Zusammenarbeit mit Jugendlichen stellten sich Themen wie: Glücksspielsucht, kritische Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen, Aids-Prävention und Aufklärung oder das Thema Sucht als besonders wichtig heraus.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus den Gesundheitsaktivitäten und den Beratungen zu gesundheitsrelevanten Themen:

Zu Beginn des Projektes health4teen waren für das Setting KMS die Gesundheitsaktionstage, Gesundheitsworkshops sowie das Peer Education Programm angedacht, doch auch hier wurde das Angebot nach Gesprächen mit den DirektorInnen und LehrerIn-

nen flexibler gestaltet und auch Gesundheitsaktivitäten und Beratungen zu gesundheitsrelevanten Themen angeboten und in der Folge umgesetzt.

Die Reihe an Aktivitäten reichte hierbei beispielsweise von Hip Hop-Tanz, Selbstverteidigung



über Kochen bis hin zu Slackline oder Artistik und Jonglage. Die Umsetzung erfolgte zumeist in den Turnstunden, da ein Angebot für die Jugendlichen in der Schule aber außerhalb der Unterrichtszeit aufgrund diverser rechtlicher Gründe nicht innerhalb der Projektlaufzeit realisierbar gewesen wäre (Frage der Aufsicht, Haftung, Miete des Turnsaals, unterschiedliche Zuständigkeiten etc.).

Das Angebot wurde von den SchülerInnen und LehrerInnen – meist in Schulen wo bereits im Vorfeld Gesundheitsaktionstage und Workshops durch health4teen statt gefunden hatten – sehr gerne in Anspruch genommen. Die Nachfrage war sehr groß und es wurden bis gegen Projektende Juni 2012 Aktivitäten und auch Beratungen (zu Ernährung, gesunde und leicht selber zubereitbare Snacks, Essstörungen etc.) in Schulen umgesetzt. Die Mund zu Mund-Werbung von LehrerIn zu LehrerIn beziehungsweise von Schule zu Schule hat dabei eine wesentliche Rolle gespielt.

Nachdem die Kooperationen mit den Kooperativen Mittelschulen aufgebaut waren, war auch die Umsetzung der Gesundheitsaktivitäten und Beratungen relativ unkompliziert und weniger aufwändig als im außerschulischen Bereich, da in Schulen

die Jugendlichen im Schulalltag mit Anwesenheitspflicht zur Teilnahme nicht extra motiviert werden mussten. Die Aktivitäten und Beratungen wurden als gern gesehene Abwechslung und sinnvolle Ergänzung zum regulären Schulunterricht wahrgenommen, sowohl von den SchülerInnen als auch von den LehrerInnen, für die diese Stunden nicht einfach nur eine „Freistunde“ war. Turn-/LehrerInnen zeigten sich immer aufgeschlossen und sehr interessiert an den gezeigten Übungen und bauten in vielen Fällen nach den Aktivitäten einzelne oder ganze Gruppen von Übungen in ihren eigenen Unterricht ein.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus dem Peer Education:

Von Juli bis Dezember 2011 wurde das Angebot in Schulen bzw. bei den KlassenlehrerInnen aktiv beworben, jedoch aufgrund des Umfangs (16 Std. zu 4x4 Std.) und den Rahmenbedingungen (z.B. pro Klasse mind. 1-2 TN)



als eher unmöglich umzusetzen angesehen. Die Rahmenbedingungen, die zur Umsetzung geplant waren (zeitlicher Rahmen von 16 Std., die Freistellung der einzelnen SchülerInnen etc.) sind hier als Problem genannt worden, dagegen wurden die Ziele und Inhalte des Angebots als sehr sinnvoll und relevant angesehen. Daher wurde versucht,

das Angebot etwas flexibler zu gestalten und an die Rahmenbedingungen der Schulen anzupassen. Statt 16 Stunden zu 4x4 Std. konnten auch 3x4 Std. oder 6x2 Std. absolviert werden. Zusätzlich konnte entgegen dem ursprünglichen Konzept auch eine gesamte Klasse am Peer Education Programm teilnehmen. Durch die intensive persönliche Bewerbungsphase und die Austauschgespräche mit den LehrerInnen konnten in zwei Schulen zwei Klassen zu Peer Helfern „ausgebildet“ werden.

Themen und Inhalte des Peer Education Programms:

Leitend für die Auswahl und Bestimmung der Inhalte waren folgende (erprobte) Erkenntnisse:

- Die Themen sollten aus der Lebenswelt der Jugendlichen sein.
- Themenblöcke sollten vorgegeben sein – jedoch die Möglichkeit für Inputs von den Peers offen lassen.
- Die Art der Vermittlung der Inhalte sollte auch von den Jugendlichen mitbestimmt werden.
- Peers müssen Projektmitglieder als absolute Experten in Gesundheitsfragen sehen.
- Mit Themen aus der Erlebniswelt der Jugendlichen anfangen, nicht Lehrbücher vortragen.
- Kontinuierliche Begleitung und Reflexion des über den Inhalt hinausgehenden Prozesses bzw. der Gruppendynamik, Motivation etc.

In der konkreten Umsetzung setzen sich die Inhalte und Themen im **Setting Schule** aus folgenden Angeboten zusammen:

Themen

- Workshop zu Gesundheitsressourcen (Gesundheitsressourcen erkennen und fördern & Kompetenz zur Weitergabe)
- Kochen & Ernährung „Koche frisch, bleib gesund“
- Sucht: Glücksspielsucht für Jungen und Esssucht und Schönheitsideale für Mädchen
- Sexualität und Beziehungen
- Gewaltprävention
- Bewegung: Hip Hop/ Breakdance (Themen sind von den Jugendlichen ausgewählt worden)

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus der MultiplikatorInnenschulung mit LehrerInnen:

Im Zuge des Projektes konnte im Mai/Juni 2012 neben der MultiplikatorInnenschulung für Case ManagerInnen auch eine Schulung speziell für LehrerInnen konzipiert und in einer der kooperierenden Schulen umgesetzt werden. Die Inhalte und Ziele dieser Schulung unterscheiden sich zur erst genannten vor allem dadurch, dass die Wünsche und Ziele der TeilnehmerInnen sehr konkret waren und dementsprechend auch das Angebot. Die Schulung fand an zwei Terminen statt, zu je drei Stunden und mit insgesamt 15 LehrerInnen.

Im Vorfeld wurden einige Abstimmungsgespräche mit dem Schulpersonal geführt, um vor allem die Themen gemeinsam bestimmen und kreieren zu können.

Das allgemeine Motto der Schulung lautete **„Praktische Tipps und Tricks für einen gesundheitsförderlichen Schulalltag“**.

Die Schulung bestand aus zwei Ebenen: Die erste beschäftigte sich mit der Gesundheit und dem Wohlbefinden der SchülerInnen bzw. mit der Frage „Was können wir als LehrerInnen für die Gesundheit unserer SchülerInnen tun?“. Auf der zweiten Ebene ging es um die Gesundheit und das Wohlbefinden der LehrerInnen und somit die Frage „Was können wir für unsere eigene Gesundheit tun?“.

Das Konzept konnte aufgrund des Erfahrungswissens, welches wir über den gesamten Projektzeitraum gesammelt haben, erstellt werden. Es beinhaltet zum einen bewährte Workshopinhalte und Übungen und zum anderen wichtige Anlaufstellen und Angebote im Bereich „Gesundheitsfördernde Schule“.

In der konkreten Umsetzung setzen sich die Inhalte und Themen aus folgenden Angeboten zusammen:

Themen

- Ausgewählte Übungen zu Gesundheitsressourcen aus dem allgemeinen Gesundheitsworkshop von health4teen (Gesundheitsressourcen erkennen und fördern & Kompetenz zur Weitergabe an LehrerInnen).
- Ausgewählte Übungen aus dem Workshop „BodyTalk“ (Selbstwert, Essstörungen und Körperkult) in Kooperation mit FEM.
- Weitergabe von Adressen und Anlaufstellen für gesundheitsfördernde Angebote (im Speziellen Pausengestaltung der AUYA und das Programm „The class moves“).
- Stress und Burnout (Früherkennung und Prävention) in Kooperation mit dem Experten und Psychologen Mag. Boris Zalokar.

- Work-Life-Balance
- Entspannungstechniken

3.2.3. Lernerfahrungen aus dem außerschulischen Setting

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus den Kick-off Veranstaltungen:

Bereits zu Beginn des Projekts wurde von der ursprünglichen Idee einer großen Kick-off Veranstaltung abgeraten. Denn aus den Erfahrungen, dem Wissen und Gesprächen mit LeiterInnen der Jugendzentren und -vereine geht hervor, dass große Barrieren beim Besuch anderer Jugendzentren bestehen und die Jugendlichen ihr angestammtes Grätzl nicht verlassen. So nahm man diese Erkenntnis und den Ratschlag der ExpertInnen wahr, kleinere Kennenlern-Workshops bzw. Mitmach-Stationen zum



Thema Gesundheit und zum Projekt health4teen für interessierte Jugendeinrichtungen des 10. Wiener Bezirks anzubieten. Zum einen, um eine größere Anzahl an Jugendlichen zu erreichen, aber auch aus Sicherheitsgründen, da kleinere Events mit KooperationspartnerInnen leichter überwacht und die Veranstaltung überschaubar umgesetzt werden kann.

Von Juli bis Dezember 2011 lag der Fokus auf dem Eingehen von Kooperationen und dem Bewerben dieser Projektaktivität in den Jugendzentren, Jugendvereinen und im Rahmen von Veranstaltungen. Am 30. September fand die Lange Nacht

der Jugend (LAJUNA) 2011 statt und diese Information wurde im Vorfeld genutzt, um mit den Jugendzentren nach der Sommerpause erneut in Kontakt zu treten und gemeinsam im Rahmen der LAJUNA 2011 kleinere Kick-offs für das Projekt health4teen zu realisieren.

So konnte ein Kick-off in Kooperation mit dem Jugendzentrum PAHO umgesetzt werden.



Beratungsstunde JZ PAHO



Das Angebot des Infostandes bestand aus Ernährungs-, Bewegungs- und Getränkequizze, die bei der Zielgruppe jedoch nicht so gut angekommen sind. Vielmehr zählten hier die mit den Jugendlichen geführten Gespräche über die Projektangebote und das auf dem Infostand ausgelegte Infomaterial. Weiters erkundigten sich die JugendbetreuerInnen genau über unser Angebot und standen einer weiteren Zusammenarbeit danach insgesamt positiv gegenüber. Neben dem Projektinfostand wurde durch das Projektteam eine Einheit zu Thaiboxen organisiert, sowie ein Fitnessexperte zum Thema „Anabolika, Proteine und gesundheitsschädliche Substanzen im Sport“ eingeladen.

Durch die Kick-off Veranstaltung konnten ca. 90 Personen erreicht werden, die Mehrzahl davon männliche Jugendliche (insgesamt 70 TN) und 10 Mädchen. Die restlichen 10 TN setzten sich aus BetreuerInnen, Eltern und externen BesucherInnen zusammen.

Eine weitere Kooperation und gemeinsame Kick-off Veranstaltung gab es im Rahmen der Budo-Woche und Lajuna 2011 im arbeitsmarktpolitischen Projekt „Spacelab Urban“: Vor der Lajuna Nacht fand die „Budowoche“ unter dem Motto „Friedvolle Lösung von Konflikten“ statt.

health4teen nahm im Rahmen der Budo-Woche und der anschließenden LAJUNA am 30. September insgesamt drei Mal teil. Die Ziele waren die Bekanntmachung des Projektes, die Bewerbung von konkreten Aktivitäten (Flyer) und direkte Gespräche mit Jugendlichen und MitarbeiterInnen. Die Vorgehensweise stellte sich als sinnvoll heraus, denn so konnten die Jugendlichen an unterschiedlichen Tagen und Zeitpunkten erreicht werden. Im Rahmen der Budo-Woche, die in der Woche vor der Lajuna 2011 stattfand, wurden von Spacelab diverse Bewegungs- und Kampfkunst Akti-



Budo-Woche „Spacelab Urban“

vitäten angeboten, bei welchen jeweils ca. 4-6 Teilnahmen verzeichnet werden konnten. Dies hat uns gezeigt, dass es im außerschulischen Setting generell schwierig ist, eine hohe Anzahl von Jugendlichen zu erreichen, was sicherlich auch mit der Organisationsform von Jugendzentren und Jugendeinrichtungen

zusammenhängt. Das Kick-off bei Spacelab Urban ermöglichte uns als Team das „Hineintreten“ in das Setting, das für die spätere Zusammenarbeit sehr hilfreich war. Insgesamt konnten durch den Event 60 Personen erreicht werden.

Das dritte Kick-off wurde in Zusammenarbeit mit den Pfadfindern im Rahmen des **Pfadfinderfestes** im September 2011 realisiert. Insgesamt konnten 75 Personen durch diese Aktivität angesprochen werden.

Das health4teen Angebot umfasste folgende Themen und Angebote: Gesundes Picknick (Picknickdecken, Obstkörbe), Hängematten, Bewegungs- und Ernährungsquiz, Getränke- und Kalorienquiz, diverse Broschüren zu Ernährung und Bewegung, sowie Alkoholsucht. Besonders die Picknickdecken mit dem Obst, sowie das Getränke- und Kalorienquiz sind bei den Müttern und Pfadfindern gut angekommen. Neugierig hat die BesucherInnen das nicht-alltägliche Setting gemacht und viele Fragen ausgelöst. Nicht nur die Jugendlichen und Kinder konnten durch das Picknick, die Gesundheitsquizze und die Beratung erreicht werden, sondern auch die Eltern waren sehr neugierig und zeigten durch die Teilnahme am Picknick großes Interesse. So nahmen an dem Getränke-, Bewegungs- und Ernährungsquiz insgesamt 10 Mütter bzw. Väter und 47 PfadfinderInnen zwischen 5 bis 17 Jahren teil.

Ergebnisse und Lernerfahrungen aus den Gesundheitsaktivitäten und Beratungen zu gesundheitsrelevanten Themen:

Aufgrund der vielfältigen Problemlagen von Jugendlichen wurden der Zielgruppe seit März 2011 freiwillige, vertrauliche Gesundheitssprechstunden im Einzelsetting angeboten. Die

Jugendlichen brauchten keine E-card und keine Anmeldung. Im Speziellen standen mehrsprachige Sprechstunden mit einem Allgemeinmediziner und einer Frauenärztin zur Verfügung.

Das inhaltliche Angebot der medizinischen Sprechstunde wurde in der zweiten Hälfte 2011 auf zusätzliche Beratungseinheiten zu diversen Gesundheitsthemen erweitert. Hierzu zählen besonders die Ernährungsberatung, der Zusammenhang von Bewegung und Ernährung, Erstellung von individuellen Ernährungs- und Bewegungsplänen, Drogenmissbrauch im Sport bzw. Einsatz von illegalen Substanzen und dessen gesundheitliche Folgen. Das erweiterte Beratungsangebot kam besonders gut im außerschulischen Bereich an und wurde vom Jugendtreff PAHO und dem Jugendprojekt Spacelab Urban genutzt.

Seit November 2011 fanden z.B. im Projekt Spacelab Urban regelmäßige einstündige Beratungseinheiten zu dem Thema „Gesunde Bewegung und Ernährung“ statt. In der Beratung ging es speziell um den Zusammenhang von Bewegung und Ernährung. Im Anschluss an die Beratung (wo unter anderem auch Bewegungs- und Ernährungspläne erstellt wurden) fand eine Trainingsstunde im Bewegungsraum von Spacelab statt. Dieses Konzept der Kombination von Beratung und Aktivität erwies sich aus mehreren Gründen als sinnvoll und erfolgreich:

- Besonders wichtig im Zuge der Arbeit mit Jugendlichen ist die Kontinuität, die durch die regelmäßigen Termine, als auch durch den/die selbe/n TrainerIn gegeben sein muss. Ein Wechsel bei den TraineeInnen hat oft den Verlust von TeilnehmerInnen zur Folge, da Jugendarbeit immer auch Beziehungsarbeit ist und bei einem Wechsel oft erst mühsam wieder Beziehungen aufgebaut werden müssen. Ebenso erschwert die Sommer-/Urlaubszeit das Durchführen

regelmäßiger Trainings und den Erhalt einer relativ stabilen Trainingsgruppe. Diese Erfahrung mussten wir besonders im Setting ÖSB machen, da dort durch intensive Bewerbung der Aktivitäten bereits eine kleine stabile Trainingsgruppe entstanden war, diese aber über die Sommermonate nicht gehalten werden konnte.

- **Die Flexibilität des Trainers/der Trainerin:**

- Sowohl Einzel- als auch Gruppenberatung/-training sollte möglich sein.
 - Themen offen lassen und sich nach den Interessen und Anliegen der Jugendlichen richten.
 - Das Eingehen auf die Jugendlichen und Erfahrungsaustausch.
 - Die Motivation zur Teilnahme ohne Druck ausüben.
- **Regelmäßiger Austausch mit den JugendbetreuerInnen** vor Ort, um „am laufenden“ zu bleiben und um schnell auf sich oft sehr rasch ergebende neue Bedürfnisse der Jugendlichen mit passenden Angeboten reagieren zu können.

4. Fazit der Lernerfahrungen aus dem Projekt

Was waren für uns die wichtigsten Erfolgsfaktoren bei der Umsetzung des Projektes in den unterschiedlichen Settings?

- Im außerschulischen Setting erwiesen sich besonders **Kommunikations- und Interaktionsstrategien** mit der Zielgruppe und den AkteurInnen – z.B. durch gemeinsame Veranstaltungen – als sinnvoll und für die weitere Zusammenarbeit bedeutend. Hier wird das Angebot durch die Einzelgespräche bekannt gemacht, man lernt sich kennen und die Zielgruppen erhalten durch die face-to-face Interaktion eine Vorstellung von den ProjektmitarbeiterInnen und den Projektangeboten. Diese Tatsache war besonders für die weitere Zusammenarbeit und den Verlauf des Projektes von Bedeutung.
 - Im außerschulischen Setting waren vor allem **weiche Faktoren und Eigenschaften** für den Verlauf und Erfolg des Projektes von Bedeutung. Wichtig sind etwa Offenheit, Flexibilität, Einfühlungsvermögen, Vertrauen und Interesse an der eigentlichen Zielgruppe und deren Lebenswelten mitzubringen und zu entwickeln.
 - **Veranstaltungen** wie die Lange Nacht der Jugend eignen sich besonders gut, um Zugang zum Setting und den Jugendlichen zu erhalten und bildeten – wie in unserem Fall – die **Basis für die weitere erforderliche Zusammenarbeit**.
 - Erfolg durch **Partizipation und Interaktion**, Wünsche können sich rasch ändern
 - daher ständig in Kontakt bleiben mit Zielgruppe und KooperationspartnerInnen.
 - **Angebote zum Ausprobieren** schaffen und Interesse wecken, der „Bedarf“ wird oft erst sichtbar und für Jugendliche erlebbar, wenn sie auch Angebote ausprobieren können zu denen sie vorher keinen Bezug hatten z.B. Jonglage.
 - Es bedarf Personen (TrainerInnen, Speed-Coaches etc.) mit **Erfahrung in der Jugendarbeit**.
 - Zu berücksichtigen gilt: bei Jugendlichen liegt der **Spaßfaktor** meist **vor dem Gesundheitsgedanken**.
 - Zielgruppenerreichung im Setting Schule leichter als im außerschulischen Bereich, da in der Schule eher die gemeinschaftliche Verpflichtung zur Teilnahme und im außerschulischen Bereich die Freiwilligkeit der Einzelnen dominiert.
 - **Workshopcharakter und klare Strukturen sind im schulischen Bereich** leichter zu realisieren als im außerschulischen, was auf die unterschiedlichen Organisationsformen und die damit verbundenen Gegebenheiten zurückzuführen ist.
 - Zielgruppe (z.B. nur 14 bis 17-Jährige) ist im außerschulischen Setting nicht immer gesondert ansprechbar.
 - **Bewerbung** von Aktivitäten funktioniert bei Jugendlichen eher durch persönliche Gespräche und mit Flyer als mit/hinter Infostand.
- **Annahme von Angeboten bei Jugendlichen braucht Zeit und „Durchhaltevermögen“ bei Bewerbung!** Trainings müssen vor allem zu Beginn oft kurz vor der Durchführung der Einheit bei den Jugendlichen persönlich von TrainerIn beworben werden, um zur Teilnahme zu motivieren. Oft entscheidet der richtige „Schmäh“ und die Teilnahme ist oft eine Frage der Sympathie seitens der Jugendlichen.
 - **Aufsuchende** Angebote, bei Jugendlichen vor Ort und in der Nähe sein.
 - Angebote (Trainings/Beratungen) wenn möglich **im Gruppen- UND Einzelsetting** anbieten, nicht jeder möchte z.B. in Gruppe eine Beratung in Anspruch nehmen.
 - Buntes und geschlechtsspezifisches Angebot an **Aktivitäten für Mädchen und Bur-schen** (getrennte aber auch gemeinsame Aktivitäten).
 - Einsatz von „**Speed-Coaches**“ – TrainerInnen und BeraterInnen die bei unseren KooperationspartnerInnen vor Ort waren und Jugendliche einzeln oder in Gruppen direkt angesprochen und Kurzberatungen zu gesundheitsrelevanten Themen (Richtiges Trainieren, richtige Ernährung, Aufklärung über Anabolika und Co etc.) durchgeführt haben – Diese Vorgehensweise hat sich bewährt, vor allem in der Kombination: eine Stunde Beratung mit anschließender Trainingsstunde durch die selbe Person.



Gefördert von:



In Kooperation mit:

