



# Newsletter

## Februar 2010

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein  
Flämische Straße 6-10 – 24103 Kiel – Tel: 0431 / 94294 – Fax: 0431 / 94871  
E-Mail: [gesundheit@lvgfsh.de](mailto:gesundheit@lvgfsh.de) - [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)

### INHALT

<b>2. Forum „Früh Früher Frühchen“ am 17. Februar in Kiel</b>	<b>Seite 1</b>
<b>Veranstaltungen im Rahmen des Projektes „Bewegung im Norden“</b>	<b>Seite 1</b>
<b>Jugendfilmtage 2010</b>	<b>Seite 2</b>
<b>Fortbildungsprogramm Servicebüro Kindergarten</b>	<b>Seite 2</b>
<b>Diskussionsforum im Rahmen der Impfkampagne 2010</b>	<b>Seite 2</b>
<b>Neues zum Thema Rück(g)rat</b>	<b>Seite 3</b>
<b>Audit Gesunde Kita: Fünf Kitas zertifiziert</b>	<b>Seite 3</b>
<b>EU-Projekt PoHeFa – Policy, Health and family learning</b>	<b>Seite 3</b>
<b>Infos, Tipps und Termine</b>	<b>Seite 4</b>
<b>Impressum</b>	<b>Seite 4</b>

### Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen die erste Ausgabe unseres Newsletters im Jahr 2010 mit einem Ausblick auf kommende Veranstaltungen und Projekte zusenden zu können und wünschen viel Spaß beim Lesen!

Ihre

Dr. Elfi Rudolph & Team

Die Arbeit der Landesvereinigung wird gefördert vom Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein.

### 2. Forum „Früh Früher Frühchen“ am 17. Februar in Kiel

Im Anschluss an das Forum „Früh Früher Frühchen - Gesundheitliche Förderung und Schutz für die Allerkleinsten“ im vergangenen Jahr findet nun am 17. Februar von 14:30 – 18:30 Uhr in den Räumen des vdek in Kiel, Wall 55, das 2. Forum unter dem Motto: „**Gesundheitliche Förderung und Hilfen für Frühchen-Familien**“ statt. Die Rückmeldungen nach der ersten

Veranstaltung im Februar 2009 ergaben einen hohen Bedarf an Information und Austausch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Dank der Initiative des Ministeriums für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein ist es erneut möglich, eine derartige Veranstaltung durchzuführen.

Das Forum möchte den Austausch fördern und Impulse geben für eine weitere Verbesserung der Versorgungsqualität und ein sensibles, aufmerksames Miteinander aller Beteiligten. In Vorträgen und Diskussionen wird es u.a. um die Themen „Frühgeburten - Möglichkeiten der Prävention“, „Stillen“ und „Betreuung und Förderung eines Frühchens zu Hause“ gehen.

Ansprechpartnerin: Dorothee Michalscheck  
E-Mail: [michalscheck@lvgfsh.de](mailto:michalscheck@lvgfsh.de)

### Veranstaltungen im Rahmen des Projektes „Bewegung im Norden“



Gleich mehrere Veranstaltungen finden in nächster Zeit im Rahmen des Projektes „Bewegung im Norden“ statt:

Am **18. Februar** 2010 wird in der Diakoniestation Husum, Stadtweg 44, eine Fortbildung für pflegende Angehörige angeboten: Unter dem Titel "**Bewegung trotz Krankheit und Pflegebedarf - Prävention von Mobilitätsabbau**" referieren Dr. Bettina Wollesen, Diplom-Sportwissenschaftlerin von der Uni Hamburg und Erika Janssen-Breckling, Physiotherapeutin aus Husum zu den Themen „Altern und Bewegung“ und „Bewegung im Alltag von pflegebedürftigen Menschen“.

Um ältere Menschen zu mehr Bewegung im Alltag anzuregen, hat die Landesvereinigung die Initiative „Komm mit...“ gestartet. Im Rahmen dieser Initiative findet am **24. Februar** das Projekt "**Komm mit - zu Tisch!**" - Menschen ab 60 Jahren kochen für Gäste in der Gemeinschaftsschule Comenius in Flensburg, Drosselweg 12 statt. Hier soll von ca. 12.00 – 17:30 Uhr gemeinsam eingekauft, gekocht und gegessen werden. Durchgeführt wird das Projekt von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Zusammenarbeit mit Herrn Cordsen vom Landesseniorenrat



# Newsletter

## Februar 2010

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein  
Flämische Straße 6-10 – 24103 Kiel – Tel: 0431 / 94294 – Fax: 0431 / 94871  
E-Mail: [gesundheit@lvqfsh.de](mailto:gesundheit@lvqfsh.de) - [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)

Schleswig-Holstein. Herr Cordsen ist selbst ehemaliger Koch und wird die Veranstaltung leiten.

Am **22. April** findet dann von 16:00 - 19:00 Uhr eine Fortbildung zum Thema **"Fit und mobil für den Alltag - Ideenliste zur Bewegungsförderung 60+"** in den Räumen der Landesvereinigung in Kiel statt. Die Referentin ist Dr. Bettina Wollesen, Diplom-Sportwissenschaftlerin von der Uni Hamburg.

Anmeldung, Programme und mehr Infos bei der Landesvereinigung und unter [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de) / Bewegung im Norden.

Ansprechpartnerinnen:  
Dr. Elfi Rudolph, Patricia Beer  
E-Mail: [gesundheit@lvqfsh.de](mailto:gesundheit@lvqfsh.de)



### Jugendfilmtage 2010

„Zu den Themen **„Sexualität, Liebe, Freundschaft, HIV/Aids“** wird es 2010 in 14 Städten Schleswig-Holsteins wieder Jugendfilmtage geben. Das bei Jugendlichen beliebte Medium Film zeigt altersgerecht Geschichten aus dem Leben. Sie sollen zur Auseinandersetzung mit diesen Themen anregen sowie zur Information und Prävention beitragen. Neben dem Angebot für Schulklassen (Kinofilme, Mitmach-Aktionen) gibt es auch kostenlose, begleitende Fortbildungen und Unterrichtsmaterial für Lehrkräfte. Die Veranstaltungen werden mit Unterstützung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung und pro familia Schleswig-Holstein in Kooperation mit örtlichen Partnern organisiert.

Der erste Termin findet vom 25. - 26. Februar in Husum statt.

In Kiel sind die Jugendfilmtage am 31. März 2010 im CinemaxX durchgeführt werden sie vom pro familia Landesverband und der LVGF gemeinsam mit sieben weiteren Kooperationspartnern. Liebe, Sexualität und Freundschaft sind wichtige Themen für Jugendliche auf dem Weg zum Erwachsenwerden. Über all die Facetten der Sexualität zu sprechen, fällt oft nicht leicht. Die bei den diesjährigen Jugendfilmtagen gezeigten Filme „Same, same but different“, JUNO“ und „JARGO“ sind ein guter Anknüpfungspunkt, um ins Gespräch zu kommen. Schülerinnen und Schüler sollen motiviert werden, sich persönlich und handlungsorientiert mit diesen Themen auseinander zu setzen. Nach dem Film gibt es die Möglichkeit, gemeinsam zu diskutieren. Zudem bieten diverse Mitmach-Aktionen im Kinofoyer einen unverkrampften und spielerischen

Zugang zu den Themen Freundschaft, Liebe, Sexualität und HIV/AIDS.

Lehrkräfte können sich in der KN-Lounge gleichzeitig in Ruhe mit Vertretern der verschiedenen Institutionen unterhalten und Anregungen zur weiteren Bearbeitung des Themas im Unterricht erhalten. Das Angebot gilt für Schülerinnen und Schüler ab dem 14. Lebensjahr.

Mehr Infos und Anmeldung:  
Dr. Petra Schulze-Lohmann  
E-Mail: [schulze-lohmann@lvqfsh.de](mailto:schulze-lohmann@lvqfsh.de)

### Fortbildungsprogramm Servicebüro Kindergarten im 1. Halbjahr 2010

Das Fortbildungen vom Servicebüro Kindergarten im ersten Halbjahr 2010 haben im Januar begonnen: Insgesamt gibt es 18 Termine mit verschiedenen Veranstaltungen von den Themen „Früh übt sich, wer...!“ bis zu „Große Medien für kleine Leute?“. Darüber hinaus werden kindergarteninterne Fortbildungen zu den Projekten "Lebenslust-Leibeslust" und "Rück(g)rat" angeboten.



Zwei Fachtagungen finden in diesem Jahr statt: Am 10. März die Tagung "Audit Gesunde Kita" in Kiel und am 28. Oktober die Fachtagung "Gesundheitsförderung im Kindergarten" in Bad Segeberg.

Das Programm vom Servicebüro Kindergarten finden Sie unter [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de) /Fortbildungen

Ansprechpartnerin: Sabine Hoffmann-Steuernagel  
E-Mail: [hoffmann-steuernagel@lvqfsh.de](mailto:hoffmann-steuernagel@lvqfsh.de)

### Diskussionsforum im Rahmen der Impfkampagne 2010

„**Impfen! Früh und vollständig**“ **Warum?**“ lautet das Thema der diesjährigen Veranstaltung im Rahmen der schleswig-holsteinischen Impfkampagne, die am 28. April von 15:00 – 19:00 Uhr in zeitlicher Nähe zur Europäischen Impfwoche (21.-27. April 2010) stattfindet. Veranstaltungsort ist das Restaurant der Holstenhallen in Neumünster, Justus-von-Liebig-Straße 2-4.

Impfungen bieten einen sicheren Schutz vor schweren Infektionskrankheiten. Wegen der besonderen Gefährdung in der frühen Kindheit ist es wichtig, empfohlene



Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein  
Flämische Straße 6-10 – 24103 Kiel – Tel: 0431 / 94294 – Fax: 0431 / 94871  
E-Mail: [gesundheit@lvqfsh.de](mailto:gesundheit@lvqfsh.de) - [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)

Impfungen bis zum Ende des 15. Lebensmonats durchzuführen. Noch vor Schuleintritt sollte ein vollständiger Impfschutz aufgebaut sein, der dann im Grundschulalter aufgefrischt wird. Versäumte Impfungen können jederzeit nachgeholt werden.

Die Veranstaltung will den aktuellen Sachstand zum Thema Impfen von der frühesten Kindheit bis ins Jugendalter und insbesondere ein Forum für Diskussionen bieten.

Das Programm richtet sich an Ärztinnen, Ärzte, Fachleute aus den Bereichen Gesundheit, Erziehung und Bildung sowie an alle, die sich für das Wohl und die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen einsetzen. Sie finden es im März unter [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de). Für die Veranstaltung gibt es Fortbildungspunkte

Ansprechpartnerin: Dr. Elfi Rudolph  
E-Mail: [gesundheit@lvqfsh.de](mailto:gesundheit@lvqfsh.de)

### Neues zum Thema Rück(g)rat



Demnächst startet das 50. Rück(g)rat-Projekt in Schleswig-Holstein. Bereits seit dem Jahr 2005 gibt es das Programm Rück(g)rat, dessen Ziel es ist, Ergonomie und Bewegung im Kindergarten- und Schulalltag zu optimieren und Rückenschmerzen vorzubeugen. Bisher haben **45 Kindergärten** und **vier Schulen** an Rück(g)rat teilgenommen oder mit dem Projekt begonnen.

Auch die Landfrauenschule Hanerau-Hademarschen möchte das Programm durchführen. Es ist das erste Mal, dass das Projekt damit für junge Erwachsene angeboten wird. Die Landfrauenschule ist bereits von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung zur „Gesunden Schule“ zertifiziert worden. Die Schule ist ein Internat und die Schülerinnen sind von morgens um 7:30 Uhr bis abends um 19:00 Uhr mit Ämtern und Unterricht in einen festen Tagesablauf eingebunden. Insgesamt bleibt wenig Zeit für Entspannung und Bewegung. Gleichzeitig ist die körperliche Belastung der Schülerinnen sowohl im theoretischen Unterricht bedingt durch langes Sitzen als auch im praktischen Unterricht bedingt durch ungünstige Arbeitshaltungen sehr hoch.

Das Projekt Rück(g)rat wird in der Landfrauenschule in verschiedenen Projektbausteinen durchgeführt: Nach einer Begehung und Situationsanalyse, die bereits erfolgt ist, wird eine regelmäßige stattfindende „Bewegte Pause“ im Unterricht eingeführt. Dazu findet eine arbeitsplatzbezogene Rückenschule für die Schü-

lerinnen statt. Zudem werden die Sitzmöbel individuell angepasst und die Lehrerinnen und Lehrer nehmen an einer speziellen Fortbildung teil. Zum Projektabschluss soll dann im Sommer 2010 ein Bewegungstag gefeiert werden.

Ansprechpartnerin: Dörte Wilken-Nöldeke  
E-Mail: [wilken-noeldeke@lvqfsh.de](mailto:wilken-noeldeke@lvqfsh.de)

### Audit Gesunde Kita: Fünf Kitas zertifiziert



Im Rahmen eines Pilotprojektes und mit Unterstützung des Gesundheitsministeriums, der Unfallkasse Nord und dem BKK Landesverband Nord kann die Landesvereinigung seit 2009 ausgewählten Einrichtungen das Prüfverfahren Audit kostenfrei anbieten.

Über 80 Kindergärten in Schleswig-Holstein haben bereits Interesse bekundet. Das "Audit Gesunde KiTa" ist eine unabhängige Qualitätsbestimmung für Gesundheitsförderung in der KiTa. Es entspricht den in der Wirtschaft üblichen Zertifizierungsverfahren und belegt den erreichten Stand der Qualität der KiTa in Bezug auf Gesundheitsförderung.

Bisher sind bereits fünf Kitas zertifiziert worden:

- der Kindergarten "Schmuddelkinder in Bewegung" in Kiel-Pries
- die Kinderstube Travemünde e.V.
- der Kindergarten der Gemeinde Schenefeld
- der Elternverein Kindergarten Bargtheide e.V.
- und die Kindertagesstätte Hauke Haien in Neumünster.

Am 10. März 2010 findet in Kooperation mit der Unfallkasse Nord die Fachtagung „Audit Gesunde Kita“ im Hotel Birke in Kiel statt.

Ansprechpartnerin: Sabine Hoffmann-Stuernagel  
E-Mail: [hoffmann-stuernagel@lvqfsh.de](mailto:hoffmann-stuernagel@lvqfsh.de)

### EU-Projekt PoHeFa - Policy, Health and Family Learning

Das EU-Projekt PoHeFa, ein „Projekt zur Förderung von Strategien, Gesundheit und Familienbildung auf kommunaler Ebene“ startete unter dänischer Federführung am 1. August 2009.

Beteiligte Länder sind Zypern, Dänemark, England,



# Newsletter

## Februar 2010

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein  
Flämische Straße 6-10 – 24103 Kiel – Tel: 0431 / 94294 – Fax: 0431 / 94871  
E-Mail: [gesundheit@lvqfsh.de](mailto:gesundheit@lvqfsh.de) - [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)

Finnland, Italien, Deutschland. Projektträger in Schleswig-Holstein sind die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung und die Heinrich-Böll-Stiftung Schleswig-Holstein mit finanzieller Unterstützung der Techniker Krankenkasse.  
Als Partnerstädte sind Flensburg und Lütjenburg mit dabei.

Ziel des PoHeFa-Projektes ist es, kommunale Entscheidungsträger und Gesundheitspraktiker vor Ort zu sensibilisieren und zu unterstützen, nachhaltige Gesundheitsstrategien und Programme zu entwickeln und zu implementieren. Dabei sollen die soziokulturellen Bedingungen negativen Gesundheitsverhaltens verstärkt einbezogen werden.

Kommunale Gesundheitsförderungsangebote zum Schwerpunkt Übergewicht und gesunder Lebensstil für junge Menschen und Familien sollen erfasst, analysiert und verbessert werden, mit dem Ziel, einen nachhaltigen Effekt zu erreichen. Angestrebt wird ein gesteigertes Bewusstsein bei politischen Entscheidungsträgern, Multiplikatoren und Familien. Der Einfluss des sozialen Lebensumfeldes der Kinder und Familien und dessen Einfluss auf das Gesundheitsverhalten stehen besonders im Blickpunkt.

Hintergrund des Projektes ist die Tatsache, dass überall in Europa Übergewicht, insbesondere bei Kindern, ein ernstzunehmendes Problem darstellt. Es gibt zwar eine Vielzahl von Projekten und Aktivitäten in den Bereichen Ernährung und Bewegung, die jedoch häufig nicht den Fokus auf den Einfluss soziokultureller Faktoren legen und diese nicht entsprechend konzeptionell berücksichtigen.

Das „Kick off Meeting“ zur detaillierten Projektplanung fand Ende September in Brüssel statt. Das zweite Partnermeeting ist vom 22.-24. Februar in Rom geplant.

Das Projekt soll sich über einen Zeitraum von drei Jahren erstrecken.

Ansprechpartnerin: Sabine Hoffmann-Steuernagel  
E-Mail: [hoffmann-steuernagel@lvqfsh.de](mailto:hoffmann-steuernagel@lvqfsh.de)

### Infos, Tipps und Termine

**Neuaufgabe: „Krebsleitfaden – Ein Wegweiser für Betroffene“ (Dezember 2009)**

**Brust/ife-Termine 2010**

**Fortbildungsprogramm Servicebüro Kindergarten für das 1. Halbjahr 2010**

### 2. Forum „Früh Früher Frühchen“

am 17. Februar 2010 von 14:30 – 18:30 Uhr im vdek in Kiel

### Fortbildung für pflegende Angehörige: "Bewegung trotz Krankheit und Pflegebedarf - Prävention von Mobilitätsabbau"

am 18. Februar 2010 von 14:00 – 17:30 Uhr in der Diakoniestation Husum, Stadtweg 44

### Veranstaltung "Komm mit - zu Tisch!" - Menschen ab 60 Jahren kochen für Gäste

am 24. Februar 2010 von 12:00 – 17:30 Uhr in der Gemeinschaftsschule Comenius in Flensburg, Droselweg 12

### Fachtagung „Audit Gesunde Kita“

am 10. März 2010 im Hotel Birke in Kiel

### Jugendfilmtage

am 31. März 2010 im CinemaxX in Kiel

### Fortbildung für zertifizierte Kursleiterinnen und Kursleiter: "Fit und mobil für den Alltag - Ideenkiste zur Bewegungsförderung 60+"

am 22. April 2010 von 16.00 - 19.00 Uhr in der LVGF in Kiel

### Diskussionsforum „Impfen! Früh und vollständig Warum?“

am 28. April 2010 von 15:00 bis 19:00 Uhr im Holstenhallen-Restaurant in Neumünster

### Fachtagung Gesundheitsförderung im Kindergarten“

am 28. Oktober 2010 in Bad Segeberg

**Alle Informationen und Programme finden Sie unter [www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)**

### Impressum

Herausgeberin:  
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V.  
in Schleswig-Holstein  
Flämische Straße 6-10 - 24103 Kiel  
[www.lv-gesundheit-sh.de](http://www.lv-gesundheit-sh.de)

Redaktion:  
Hilke Lind  
Dr. Elfi Rudolph (v.i.S.d.P.)  
Tel: 0431 - 94 2 94  
Fax: 0431- 94 8 71

E-Mail für Infos, Anregungen und Newsletter-Abbestellung: [lind@lvqfsh.de](mailto:lind@lvqfsh.de)

Februar 2010