



Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

Der Endbericht ist als kurzes zusammenfassendes Projektprodukt für den Transfer der Lernerfahrungen zu sehen. Er dient dem FGÖ einerseits zur abschließenden Bewertung des Projekts. Vor allem aber richtet sich der Bericht an Umsetzer/innen zukünftiger Projekte und dient dazu, Projekterfahrungen und bewährte Aktivitäten und Methoden weiter zu verbreiten. Da in Fehlern zumeist das höchste Lernpotenzial steckt, ist es wichtig auch Dinge zu beschreiben, die sich nicht bewährt haben und Änderungen zwischen ursprünglichen Plänen und der realen Umsetzung nachvollziehbar zu machen.

Der Endbericht ist – nach Freigabe durch Fördernehmer/in und FGÖ - zur Veröffentlichung bestimmt und kann über die Website des FGÖ von allen interessierten Personen abgerufen werden.

Projektnummer	2522
Projekttitel	klein und gesund!® Akademie
Projektträger/in	ggf Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	07.06.2014 – 17.11.2014 – 5 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	Tagesmütter, Kindergärtner/innen, Pädagog/inn/en, Hort-Betreuer/innen, Mitarbeiter/innen in Kinder- und Familienhotels.
Erreichte Zielgruppengröße	Schwerpunktzielgruppe: 24 Multiplikator/innen – fortlaufend
Zentrale Kooperationspartner/innen	
Autoren/Autorinnen	Dipl.-Päd. Carola Smith
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	carola.smith@gesundheitsfoerderung.at
Weblink/Homepage	www.kleinundgesund.at
Datum	04.02.2015

1. Kurzzusammenfassung

Die ggf klein und gesund!® Akademie bietet einen Lehrgang zur Ausbildung von klein und gesund!® Trainer/innen. Der Lehrgang stellt ein innovatives Aus- und Fortbildungsmodell dar. Ziel ist die Vermittlung von praxisrelevanten Grundlagen für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil von Anfang an.

Projektbegründung

Der gemeinnützige Verein ggf Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung ist seit 1998 im Gesundheitsförderungsbereich für Erwachsene aktiv. Zahlreiche Gespräche mit Eltern und Pädagog/inn/en zeigen, dass das Bewusstsein für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zunimmt, jedoch gleichzeitig die Verunsicherung über richtige Strategien groß ist. Mit der Initiierung der klein und gesund!® Akademie verfolgen wir das Ziel, Eltern und Pädagog/inn/en praktisches Wissen aus dem Bereich Gesundheitsförderung für Kinder zu vermitteln. Wir möchten Menschen, die mit Kindern leben bzw. arbeiten (Eltern, Großeltern, Tagesmütter, Kindergärtner/innen, Pädagog/inn/en, Hort-Betreuer/innen, Mitarbeiter/innen in Kinder- und Familienhotels) motivieren, dieses Wissen in den jeweiligen Settings anzuwenden.

Die direkte Zielgruppe des Lehrganges sind alle erwachsenen Bezugspersonen, die das Aufwachsen ihrer Sprösslinge mit „kl.u.gen“ (klein und gesund!®) Impulsen begleiten möchten. Die indirekte Zielgruppe sind Kinder bis Ende des Volksschulalters. Der Lehrgang läuft über 5 Monate und besteht aus 5 geblockten Modulen. Bei jedem Lehrgangsmodule werden zwei Stundenpläne parallel geführt. Jener für die teilnehmenden Erwachsenen und jener für die Kinder. Während der Theorieeinheiten für die erwachsenen Teilnehmer/innen widmen sich die Kinder analogen Themen, betreut durch eine erfahrene Pädagogin.

Die Förderung durch den Fonds Gesundes Österreich ermöglicht uns, den Lehrgang im kommenden Jahr wieder anzubieten. Durch das Verfassen des Förderantrages, des Controlling- und Endberichts kam es zu einer erneuten, sehr intensiven Auseinandersetzung der bestehenden Prozesse, Strukturen und Inhalte des Lehrganges, seit dessen Bestehen. Diese genaue Sicht und Bewusstmachung trägt einen wertvollen Beitrag zum weiteren Erfolg des Projektes bei.

2. Projektkonzept

Der Großteil unserer Klientel ist Frauen, die sich nach dem persönlichem Erfahrungszuwachs auch speziell für mehr Wissen rund um Kindergesundheit interessierten. Die Frage nach gesundheitsförderlichen Impulsen für ihre Kinder und die gesamte Familie wurde immer wieder an uns herangetragen. Gesundheitsförderliche Verhaltensweisen sollen von Anfang an gelebt werden. So entstand die Idee zur Kindergesundheitsinitiative klein und gesund!® und das Mission Statement:

klein und gesund!® ... weil es kl.u.g ist, Gesundheit von Anfang an zu leben.

Neben einer Plattform mit kl.u.gen Freizeitangeboten wurde 2012 die klein und gesund!® Akademie initiiert. Die Organisation hat bereits Erfahrung im Projektvorhaben, da sie auch Initiatorin der ggf Fastenakademie (Ausbildung von Fasten- und Gesundheitstrainer/innen sowie Basenfasten-Vitaltrainer/innen) ist und diese seit 14 Jahren erfolgreich führt.

Die Teilnehmer/innen erwerben durch Absolvierung des Lehrganges die Kompetenzen die 4 Bausteine der Gesundheitsförderung bei Kindern nachhaltig zu fördern. Sie verfügen über das notwendige „Handwerkszeug“ um für Kinder gesundheitsförderliche Kurse und Workshops zu gestalten.

Darüber hinaus können sie Schulungen für Erwachsene anbieten, die mit Kindern (bis 10 Jahre) arbeiten (Pädagog/inn/en und Mitarbeiter/innen in der Hotellerie, Gastronomie).

In Folge wird das Gesundheitsverhalten aller beteiligten Akteure optimiert. (z.B.: qualitativ hochwertige Lebensmittel genießen, Freude am Zubereiten von Speisen haben, sich des Ursprungs von Lebensmitteln bewusst werden, neue Speisen in der Gruppe kennen lernen, Achtsamkeit für seinen Körper entwickeln, zur Ruhe kommen können, Wertschätzung erfahren, Kreativität ohne Bewertung erleben, Selbstwert entwickeln, Freude an der Bewegung spüren) Und dies nicht nur mit punktuellen Maßnahmen, sondern fest implementiert im jeweiligen Setting. (z.B im Ernährungsbereich: zuckerfreier Vormittag im Kindergarten uvm...)

Das Projekt selber wird als Lehrgang in ausgewählten und thematisch passenden Hotels abgehalten. Das Curriculum ist so gestaltet, dass die vermittelten Inhalte in verschiedenen Settings angewendet werden können: Öffentliche und private Kindergärten, öffentliche und private Volksschulen, Familien (Angebot von Freizeitaktivitäten), Hotels (Angebot von Urlaubspackages).

Die direkte Zielgruppe des Lehrganges sind Eltern, Großeltern und alle Bezugspersonen, die das Aufwachsen ihrer Sprösslinge mit kl.u.gen Impulsen begleiten möchten, Tagesmütter, Kindergärtner/innen, Pädagog/inn/en, Hort-Betreuer/innen, Mitarbeiter/innen in Kinder- und Familienhotels. Diese fungieren als Multiplikator/inn/en durch ihre Arbeit mit der indirekten Zielgruppe. Dies sind Kinder bis Ende des Volksschulalters.

Die klein und gesund!® Initiative zielt darauf ab, den Gesundheitsgedanken und das damit verbundene Anwenderwissen in die Hotellerie und auch Gastronomie zu bringen. Das Konzept dafür ist bereits in der Erprobung. Unsere Trainer/innen weisen die Qualifikation auf, Hotelbetriebe hinsichtlich gesundheitsförderlichen Aktivitäten zu schulen. Die Nachfrage seitens der Hotels ist gegeben. Das Hotel kann sich in Folge als klein und gesund!® Hotel positionieren.

Neben der Schulung potentieller Hotels können die Trainer/innen Urlaubspackages für Familien anbieten. Sogenannte Familienhotels und kinderfreundliche Hotels suchen diesbezüglich eine qualitative Erweiterung ihres Angebotes im Sinne eines gesundheitsförderlichen Urlaubes (Programmgestaltung und Verpflegung).

Der Lehrgang richtet sich an Pädagog/inn/en, die an einem oder mehreren Modulen im Sinne einer Fortbildung teilnehmen möchten. Diese bringen ihr erworbenes Wissen in das Setting Kindergarten/Volksschule ein und können so die gewünschten Veränderungen initiieren. Der Kindergarten/die Volksschule kann sich in Folge als klein und gesund!® Kindergarten/Volksschule positionieren.

klein und gesund!® Trainer/innen tragen als externe Anbieter klein und gesund!® Workshops an Kindergärten und Schulen heran. Einige unserer Trainer/innen praktizieren das bereits.

Die angestrebten Veränderungen sind nachhaltige Verhaltensänderungen bei der indirekten Zielgruppe anzustoßen und so an einen gesünderen Lebensstil heranzuführen.

3. Projektdurchführung

Der Lehrgang fand 2014 im Zeitraum von 07.06. – 17.11. statt – aufgeteilt in 5 Module. Dabei gibt es 3 Hauptmodule (Ernährung, Bewegung & Entspannung, Seelische Gesundheit & Didaktik), 1 Hospitationsmodul und 1 Prüfungsmodul mit Wiederholungstag. Die Teilnahme der Kinder ist bei Modul 1-3 vorgesehen. Der Lehrgang hat 2014 zum 3. Mal stattgefunden und wird auch 2015 wieder durchgeführt werden.

Methoden:

- ✓ Systematische Erhebungs- und Evaluationsmethoden
- ✓ Workshops, Kurse, Seminare, Schulungen (ist Organisationsstruktur der klein und gesund!® Akademie)
- ✓ Etablieren von längerfristig bestehenden Gruppen von Personen (klein und gesund!® Trainerpool besteht und wird laufend erweitert)
- ✓ Entwicklung gemeinsamer Strategien und Programme (werden im Plenum bei Modul 1 und 3 gemeinsam mit den Akademieteilnehmer/innen erarbeitet)
- ✓ Organisation von gemeinschaftsbildenden Veranstaltungen (ggf Genussfest für Trainer/innen und Freunde der ggf)
- ✓ Methoden zur Verbesserung der Zusammenarbeit von Akteur/inn/en im Setting (klein und gesund!® Teamtreffen)
- ✓ Etablierung von dauerhaften Ansprechpersonen, Teams, Gremien im Setting (Projektmanagement ggf Büro, Etablierung von sogenannten Regionaltrainer/innen in Planung)

Die Projektstruktur, sowie die Projektrollen sind anhand der Datei „Projektrollenliste“ ersichtlich. Der geplante und tatsächliche Projektablauf waren deckungsgleich, die einzelnen Module haben zur festgelegten Zeit stattgefunden.

Die Teilnehmer/innen steigen mit unterschiedlichem Vorwissen in den Lehrgang ein. Es ist zu gewährleisten, dass jede/r Teilnehmer/in mit einem Maximum an Erfahrungs- und Wissenszuwachs den Lehrgang durchläuft. Die bei der Anmeldung eingereichten Lebensläufe geben der Internen Projektleiterin Einblick in den vorhandenen Wissensstand. Die Referenten versuchen die Teilnehmer/innen dort abzuholen wo sie stehen.. Die kleine Gruppengröße bietet Gelegenheit auf den individuellen Wissensstand einzugehen.

Die klein und gesund!® Akademie ist ein Produkt der klein und gesund!® Initiative. Die Etablierung von längerfristig bestehenden Vernetzungsstrukturen mit Organisationen wird bereits seit Beginn an praktiziert. Es bestehen Kooperationen mit ideologisch übereinstimmenden Vereinen, diese werden laufend erweitert. (Rote Nasen Clowndoctors, City Farm Schönbrunn, Iss dich bunt, Marko Simsa Konzerte und Theater für Kinder, Lilarum Figurentheater, Dschungel Wien Theaterhaus für junges Publikum, VGE – Verein zur Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft, Bio Austria Kärnten, ARGEF, Elternwerkstatt)

4. Evaluationskonzept

Aufgrund der Gemeinnützigkeit ist es uns nicht möglich die Kosten für eine externe Evaluation zu tragen. Es ist uns ein besonderes Anliegen, die Selbstevaluation sehr gewissenhaft durchzuführen und wir binden alle handelnden Akteure/innen dabei ein. Dieses Qualitätsmanagement legt den Grundstein für die ausreichende Teilnehmer/innenzahl am Lehrgang in den Folgejahren und begründet schlussendlich den Projekterfolg.

Die Evaluierung der Planung und Durchführung der Lehrgangsmodule wird im ersten Schritt von der Internen Projektleiterin gemacht. Parallel dazu erfolgt eine Evaluierung hinsichtlich des Kinderkurses durch die begleitende Pädagogin. Gemeinsam werden die Beobachtungen beider Personen besprochen und notiert. Im Anschluss an das jeweilige Modul werden diese Ergebnisse mit der Pädagogischen Lehrgangsleiterin besprochen.

Mit der Evaluation werden Aspekte hinsichtlich Projektprozess (Organisatorischer Ablauf, Vermittlung der Inhalte, Qualität der Inhalte, Nützlichkeit der Inhalte), Projektergebnisse (Zufriedenheit der Teilnehmer/innen - Erwachsene und Kinder) und Grundprinzipien der Gesundheitsförderung erfasst und geprüft.

Die Evaluation soll auch hervorbringen, inwiefern das/die Modul/e für private Zwecke oder als berufliche Qualifikation besucht wird/werden. Bisher waren von den 24 Teilnehmerinnen 11 Personen aus dem Kinderbetreuungsbereich, 2 Personen aus der Hotellerie, 5 Personen Quereinsteigerinnen, die sich neu orientieren möchten, 5 Personen haben den Lehrgang aus rein persönlichen Motiven besucht und 1 Person ist angehende Lehrerin.

Das Evaluationskonzept ist fix im Projektablaufplan integriert.

Zu den Methoden zählen das persönliche Gespräch (aufgrund der Gruppengröße möglich), Feedback Bogen, Reflexionsbogen bei Kochworkshops.

Die Interne Projektleiterin hält während des Moduls täglich Anregungen, Beobachtungen, Verbesserungsmöglichkeiten schriftlich fest. Gemeinsam mit der begleitenden Pädagogin werden folgende Punkte besprochen:

- * Wünsche und Ziele der Teilnehmer/inn/en werden zu Beginn schriftlich festgehalten und besprochen
- * Zufriedenheit der Teilnehmer/innen
- * Umsetzbarkeit der theoretischen Inhalte aus Sicht der Teilnehmer/innen
- * Umsetzbarkeit der praktischen Inhalte aus Sicht der Teilnehmer/innen
- * Interesse der Kinder an den vermittelten Inhalten

Weiteres wird anhand eines Feedback Bogens die Meinung der Teilnehmer/innen zu folgenden Bereichen evaluiert:

- * Organisation im Vorfeld
- * Organisation vor Ort
- * Referent/inn/en und Inhalte
- * Veranstaltungsort (Unterbringung, Verpflegung, Mitarbeiter/inn/en)
- * Persönliche Wünsche

Diese Dokumentation fließt zurück zur verantwortlichen Bildungsmanagerin, den Referent/inn/en, den Verantwortlichen der Veranstaltungsorte und dem ggf Vorstand. (Nach jedem Modul wird eine schriftliche Zusammenfassung der Feedbacks erstellt, die an genannte Personen gemailt wird.) Die Ergebnisse werden für das jeweils nächste Modul berücksichtigt und mit der Lehrgangsgruppe am Beginn des nächsten Moduls besprochen.

Die zeitliche Dichte des Kurses wurde thematisiert. Es handelt sich um intensive Ausbildungsmodule, die sehr früh am Morgen (07:30) starten und bis am Abend (21:00) dauern. Besonders für Teilnehmer/innen mit Kindern ist dies eine lange Zeitspanne. Es gab 2014 eine Adaptierung bei Modul 3 dahingehend, dass versucht wurde die Abendeinheiten etwas kürzer zu gestalten. Ein möglicher Lösungsansatz wäre einen zusätzlichen Tag anzuhängen um mehr Zeit zu schaffen. Allerdings würde das einen höheren Kostenfaktor für die Teilnehmer/innen (eine zusätzliche Übernachtung mit Verpflegung) bedeuten.

Der Lehrgang wurde sehr positiv bewertet, die Zufriedenheit der Teilnehmer/innen ist gewährleistet. Für Teilnehmer/innen ohne pädagogischen Hintergrund kommt das Thema „Didaktik“ etwas zu kurz. Allerdings kommen die meisten Teilnehmer/innen aus dem pädagogischen Bereich. Um hier ausreichend Know-how zu vermitteln wurde ein Fortbildungstag konzipiert, der sich vertiefend mit dem Thema Didaktik auseinandersetzt. Siehe auch unter Punkt 5.

Die Evaluation ist aus der Erfahrung der letzten 3 Jahre sinnvoll und ausreichend. Aufgrund der überschaubaren Gruppengröße ist die wichtigste Evaluation nach wie vor das persönliche Gespräch, das sehr intensiv gepflegt wird.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Das Ziel der klein und gesund!® Akademie ist es, Multiplikator/inn/en auszubilden, die sich der Bedeutung von Gesundheitsförderung und Chancengerechtigkeit bewusst sind. Die eigentliche Wirkung zeigt sich anhand der Kurse und Workshops, die die Absolvent/inn/en nach Abschluss des Lehrganges mit der indirekten Zielgruppe durchführen. Die Wirkung soll und wird sein, dass nachhaltige Gesundheitsimpulse in den genannten Settings implementiert werden und pädagogische Institutionen, wie auch die Hotellerie die Bedeutung der frühen Gesundheitsförderung erkennen und umsetzen. Durch ihre Aktivitäten in Kindergärten, Schulen und im Freizeitbereich haben sie die Möglichkeit einen wesentlichen Beitrag zur Chancengerechtigkeit zu leisten. Klein und gesund!® Trainer/innen können mit ihrem erworbenen Wissen in pädagogischen Einrichtungen aktiv werden und so nicht nur Kinder von aufgeklärten Eltern erreichen, sondern auch Kinder „gesundheitsferner“ Familien. Die Programmidee sieht vor, dass Eltern eingeladen werden bei den Workshops in Kindergärten und Schulen aktiv teilzunehmen.

Beispielspielsweise hat sich aktuell folgende Workshop-Reihe durch die klein und gesund!® Akademie ergeben: „kl.u.g durch das Kindergartenjahr“ – Kindergarten Am Heidjöchl, 22. Bezirk. Positiv anzumerken ist, dass die Begleitung regelmäßig und damit nachhaltig über ein Kindergartenjahr stattfindet. Weiteres wird das klein und gesund!® Programm von einem Kindergarten in Anspruch genommen, der sich in einem Wiener Gemeindebezirk befindet, in dem vornehmlich „gesundheitsferne“ Familien angesiedelt sind. Alleine bei diesem Projekt kommen 3 Multiplikator/inn/en zum Einsatz. Weitere Projekte in dieser Richtung werden Österreich weit stattfinden.

Bei der Durchführung des Lehrganges hat sich die Organisationsstruktur des Lehrganges bewährt. Durch die Blockung an den Wochenenden bzw. in der schulfreien Zeit ist die Teilnahme der Kinder möglich. Viele Teilnehmer/innen gaben dies als wesentlichen Entscheidungsgrund für die klein und gesund!® Akademie an. Die Einbindung und aktive Teilnahme der Kinder wertet den Lehrgang auf und bereichert ihn. Die große Bandbreite der vermittelten Inhalte und die abwechslungsreiche Gestaltung (Vorträge, Kochworkshops,

Exkursionen, Praxiseinheiten, Hospitation) wurde als sehr positiv bewertet. Als hinderliche Faktoren werden die Unterbringungskosten, zusätzlich zu den Ausbildungskosten, genannt. Daher ist grundsätzlich angedacht, den Lehrgang auch an anderen Orten (z.B.: Wien) im Form von Wochenendkursen anzubieten um die Kosten der Unterbringung zu umgehen.

Eine Einschätzung zur Beteiligung der Schwerpunktzielgruppe am Projektverlauf ist schwer festzumachen, da das Curriculum für den Lehrgang festgelegt ist. Auf Fragen und Wünsche zur Vertiefung in bestimmten Themenbereichen wurde selbstverständlich eingegangen. Auf den Austausch von Wissen und Erfahrung wurde während der Module großen Wert gelegt und Raum dafür geschaffen. Feedback-Bögen wurden evaluiert und verwertet um Partizipation von Meinung zu ermöglichen. Besondere Wünsche zur Vertiefung von Wissen wurden abgefragt. Konkret haben sich daraus Fortbildungstage zu folgenden 2 Themen ergeben: „Ganzheitliche Kunsttherapie – Vertiefung“ und „Didaktisches Design von klein und gesund!® Aktivitäten in pädagogischen Institutionen und Hotels“.

Wir freuen uns über die Erreichung unserer Projektziele. Die Absolvent/inn/en der klein und gesund!® Akademie werden eingeladen bei der Initiative mitzuarbeiten. Die Strukturen sind vorhanden, bleiben weiter bestehen und sind stark im Wachsen. Jedes Jahr werden neue klein und gesund!® Tainer/innen ausgebildet, die sich in Folge im Rahmen der Plattform und des Netzwerkes bei gemeinsamen Projekten engagieren.

Geplant ist eine Erhebung nach 5 Jahren, wie viele Absolvent/inn/en aktiv in diesem Bereich arbeiten. Ein jährlicher Weiterbildungskatalog ermöglicht der Organisation bereits jetzt die laufende Kontaktpflege zu den Personen und das Qualitätsmanagement.

Die ggf Akademie ist seitens Ö-Cert zertifiziert. Unsere Qualität als Erwachsenenbildungsorganisation ist gegenüber Bildungsinteressierten und Fördergeber/innen österreichweit sichergestellt. Dies ermöglicht zukünftigen Teilnehmern/Teilnehmerinnen um eine Förderung anzusuchen.

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

Eine Erhöhung der Teilnehmerzahl wird angestrebt. Bisher waren es 13 Absolventinnen, die den gesamten Lehrgang abgeschlossen haben sowie 11 Personen, die einzelne Module besucht haben, ohne die Prüfung abzulegen. Bisher haben 28 Kinder bei mind. 1 Modul teilgenommen.

Es bedarf einer stärkeren Bekanntmachung des Lehrganges. Klassische Anzeigenschaltung ist für den Verein nicht leistbar. Wir bewerben die Akademie durch unsere bestehenden Kooperationen, sehen aber die Notwendigkeit neue Bereiche zu erschließen.

Die Förderung durch den Fonds Gesundes Österreich ermöglicht uns, den Lehrgang im kommenden Jahr wieder anzubieten. Durch das Verfassen des Förderantrages, des Controlling- und Endberichts kam es zu einer erneuten, sehr intensiven Auseinandersetzung der bestehenden Prozesse, Strukturen und Inhalte des Lehrganges, seit dessen Bestehen. Diese genaue Sicht und Bewusstmachung trägt einen wertvollen Beitrag zum weiteren Erfolg des Projektes bei.