

# Basisworkshop

## DURCHFÜHRUNG

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung  
Mecklenburg-Vorpommern e. V.



## ZIELE

In diesem Angebot wird den TeilnehmerInnen das Basiswissen und die Prinzipien der Gesundheitsförderung vermittelt. Sie werden befähigt, Gesundheitsförderung in ihrer Einrichtung zu planen und umzusetzen um nachhaltig gesundheitsförderliche Strukturen zu schaffen.

## INHALT

In diesem Basisworkshop gehen wir auf das besondere Setting Kita und Schule ein. Durch Theorie-Input, Diskussionen, Gruppen- und Einzelarbeiten wird die Grundlage für die Weiterarbeit in den einzelnen Fachmodulen geschaffen. Themen sind u.a.:

- Was ist Gesundheit?
- Was beeinflusst unsere Gesundheit?
- Prävention vs. Gesundheitsförderung, welche Unterschiede gibt es?
- Kita und Schule als Setting für die Gesundheitsförderung
- Risikofaktoren für die Gesundheit in der täglichen Arbeit
- Organisatorischer Ablauf, wer hat welche Aufgaben in der Projektlaufzeit?
- Über den Tellerrand, welche Programme helfen Kindern, Jugendlichen und Eltern dabei die Gesundheitsförderung zu stärken?
- Gesundheitsförderung in der Praxis:
  - Wie sieht es in der Praxis aus?
  - Wo fängt man an?
  - Was gibt es bereits und welche Veränderungen sind noch nötig?
  - Praktische Umsetzung

## ZIELGRUPPE

ErzieherInnen, LehrerInnen und LeiterInnen von Kindertageseinrichtungen und Schulen

## VORAUSSETZUNGEN

Option 1 Videokonferenz: ruhiger Raum um aktiv an der Videokonferenz teilnehmen zu können. PC/Laptop mit Videokamera sowie eine ausreichende Internetverbindung

Option 2 Präsenz: Raum mit Stühlen, Grundausrüstung wie Flipchart, Präsentationswand, Beamer etc.

## DAUER

Ca. 4 Stunden (inklusive Pausen)