



JOHANNITER

Zwischenbericht

Hands up 4 your future –
Mach dich fit für dein Leben!





JOHANNITER

Auftragnehmer:

Die Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Regionalverband München

Sachgebiet: Lilalu, das Bildungs- und Ferienprogramm der Johanniter

Anschrift:

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. / Regionalverband München

Schäftlarnstraße 9

81371 München

Lilalu, das Bildungs – und Ferienprogramm

Leonrodstraße 10

80637 München

Hinweis:

Zugunsten der Lesbarkeit wird auf eine gleichzeitige Verwendung männlicher, weiblicher bzw. diverser Sprachformen verzichtet. Sämtliche Ausdrücke, die männlich formuliert sind, gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Präsident:

Dr. h. c. Frank-Jürgen Weise
Bundesvorstand (§26 BGB):
Jörg Lüsse, Thomas Mähner,
Hubertus v. Puttkamer

Landesvorstand:

Dr. Johannes Frhr. von Erffa
Andreas Hautmann
Jürgen Wanat

Regionalvorstand:

Dr. Thomas Geisel
Martin Swoboda

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE93370205000004303900
BIC: BFSWDE33XXX



ISO 9001
Zertifiziertes
Qualitätsmanagementsystem
www.tuv-sued.de/ims-zert





Inhaltsverzeichnis

1	Ausgangssituation – Ihr Auftrag an uns	5
2	Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme – Vorstellung des Projektpartners	6
3	Zielgruppe – Expertise und Erfahrung	6
4	Konzept – Ursprung und Entwicklung	7
4.1	Grobkonzept – Meilensteine und Konzeptidee	7
4.1.1	Weiterentwicklung Grobkonzept – Integration Medienkompetenz	10
4.2	Feinkonzept – Inhalte und Wording	12
5	Netzwerkarbeit – Workshops und Sitzungen	15
5.1	Jour Fixe – Regelmäßiger Austausch	16
6	Durchführungen – Workshops und mehr	17
6.1	Beteiligungsworkshop – Erich-Kästner-Realschule	17
6.2	Schwerpunktworkshops – Freizeitstätte KistE	18
7	Marketing und Social Media	21
8	Zwischenfazit und Ausblick	23

Präsident:

Dr. h. c. Frank-Jürgen Weise
Bundesvorstand (§26 BGB):
Jörg Lüsse, Thomas Mähner,
Hubertus v. Puttkamer

Landesvorstand:

Dr. Johannes Frhr. von Erffa
Andreas Hautmann
Jürgen Wanat

Regionalvorstand:

Dr. Thomas Geisel
Martin Swoboda

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN:
DE93370205000004303900
BIC: BFSWDE33XXX



ISO 9001
Zertifiziertes
Qualitätsmanagementsystem
www.tuv-sued.de/lms-zert



Zeichen für Vertrauen



Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Konzeptidee, Grobkonzept Mai 2020	9
Abbildung 2: Konzeptidee, Grobkonzept inkl. Medienkompetenz	11
Abbildung 3: Konzeptidee, Feinkonzept	13
Abbildung 4: Feedback Fachkräfteworkshop, Mentimeter	16
Abbildung 5: Impressionen Durchführungen, KistE	20
Abbildung 6: Flyer, Innenansicht	22
Abbildung 7: Flyer, Außenansicht	22

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Durchführungen KistE, Oktober 2021	19
---	----



1 Ausgangssituation – Ihr Auftrag an uns

Ausgehend von der Ausschreibung des Gesundheitsreferats der Landeshauptstadt München hat Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme im Mai 2020 den Zuschlag für die Entwicklung und Konzeption eines Maßnahmenplans für ältere Kinder und Jugendliche in Feldmoching-Hasenberg erhalten. Die Ausschreibung war angelehnt an das Gesundheitsförderungsprojekt „München – gesund vor Ort“.

Das Projekt „München – gesund vor Ort“ unterstützt vielfältige Angebote und Programme, um Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit zu geben, in der Stadt gesund leben zu können und sensibilisiert für eine gesunde Lebensweise. Die Ausrichtung und Zielsetzung des Projekts „München – gesund vor Ort“ folgt den nationalen Gesundheitszielen „Gesund aufwachsen – Lebenskompetenz, Bewegung, Ernährung“ und „Gesund älter werden“.

Im Rahmen der Umsetzung des Schwerpunktprogramms soll die Gesundheitsförderung gestärkt und präventive Arbeit geleistet werden, um gesundheitlichen Risiken und Belastungen entgegenzuwirken. Eine umfangreiche Bedarfserhebung war die Grundlage für die weitere Planung und Umsetzung gesundheitsförderlicher Maßnahmen. So wurden die Bedarfe und Voraussetzungen im Stadtteil Feldmoching-Hasenberg abgefragt und analysiert. Dabei wurde in diesem Stadtbezirk ein besonderer Handlungsbedarf für ältere Kinder und Jugendliche identifiziert.

Im Vordergrund stehen somit die älteren Kinder und Jugendlichen des Stadtteils. Dabei werden vorrangig die Kinder/Jugendlichen angesprochen, die eher seltener in Maßnahmen öffentlicher Bildungsprogramme anzutreffen sind. Gleichzeitig wird das gesamte Umfeld der Zielgruppe miteingebunden und es werden Anreize zur Teilnahme geschaffen.

Als Kooperationspartner hat Lilalu ein ganzheitliches Konzept entwickelt, welches die Kinder und Jugendlichen auf allen Ebenen und mit all ihren Sinnen anspricht. Dabei werden die zu behandelnden Themenblöcke miteinander verknüpft und erlebnisorientiert vermittelt. Die Kinder und Jugendlichen werden direkt in ihrer Lebenswelt abgeholt, um einen möglichst niedrigschwelligen Zugang zu den Maßnahmen sicherstellen zu können. Neben der Entwicklung und Umsetzung des Konzepts werden mit Hilfe einer wirksamen Öffentlichkeitsarbeit und Berichterstattung die Bürgerinnen und Bürger des Stadtteils informiert und sensibilisiert.

In den nachfolgenden Kapiteln wird zunächst Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme als Kooperationspartner vorgestellt, bevor die inhaltliche Entwicklung des Konzepts in den Fokus gerückt wird. Im Anschluss werden die ersten Maßnahmen und Durchführungen aufgezeigt sowie abschließend ein Ausblick für die weitere Projektarbeit gegeben.



2 Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme – Vorstellung des Projektpartners

Lilalu, das Bildungs- und Ferienprogramm der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., bietet sowohl außerhalb als auch innerschulische Bildungsangebote für alle Kinder und Jugendlichen – ungeachtet ihres Geschlechts, ihrer sozialen und kulturellen Herkunft sowie ihrer gesundheitlichen Ressourcen an. Die Inhalte des Konzepts von Lilalu umfassen entsprechend des KJHG §11 den pädagogischen, kulturellen, sozialen, sportlichen, kommunikativen, kreativen, gesundheitlichen und naturkundlichen Bereich. Im Rahmen des Bildungs- und Ferienprogramms werden kulturpädagogisch und interkulturell hochwertige Projekte in München und ganz Bayern realisiert, welche in Form von Workshops, Kursen oder Projektwochen angelegt sind.

Ein besonderes Merkmal der Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme ist die hohe pädagogische Qualität. Um diese gewährleisten zu können, liegen allen Angeboten Qualitätsstandards zugrunde, welche stetig evaluiert und weiterentwickelt werden. Neben der Vermittlung von Kernkompetenzen in den Bereichen Bewegung, Motorik, Kreativität sowie gesunde und bewusste Lebensweise sind auch die Sozialkompetenzen der Zielgruppe von zentraler Bedeutung. Zum einen soll den Teilnehmenden ein besserer Umgang mit sich selbst vermittelt werden, zum anderen legt Lilalu einen Fokus auf die Vermittlung von Handlungskompetenzen wie Integrationsfähigkeit, Teamfähigkeit und Konfliktbewältigung.

Darüber hinaus verfolgt Lilalu fünf konkrete Querschnittsaufgaben, die das volle Spektrum der Heterogenität widerspiegeln. Darunter fallen die folgenden Punkte: Integration, Inklusion, Gender Mainstreaming, Partizipation und sexuelle Identität. Entsprechend des Lilalu-Leitprinzips „Vielfalt als Normalität“ wird auf diese Weise einer Sonderbehandlung bzw. einer in den Mittelpunkt gestellten Andersartigkeit entgegengewirkt.

Alle Workshops und Projekte von Lilalu werden ausschließlich von erfahrenen und qualifizierten Workshopleitungen durchgeführt, die über einen einschlägigen Ausbildungsnachweis in der jeweiligen Disziplin verfügen. Des Weiteren werden alle eingesetzten Personen vor ihrem Einsatz durch Lilalu pädagogisch geschult.

3 Zielgruppe – Expertise und Erfahrung

In der Ausschreibung wurde von der Zielgruppe der älteren Kinder und Jugendlichen gesprochen. Lilalu schafft seit Jahrzehnten außerschulische Begegnungsräume für Kinder und Jugendliche unterschiedlichen Alters. Auch in der Ansprache von älteren Kindern und Jugendlichen verfügt Lilalu über fundierte Erfahrungen. Insbesondere die Ermöglichung der Teilhabe an informellen und non-formalen Bildungsprozessen von Jugendlichen, die sonst eher selten an solchen



Bildungsprojekten teilnehmen, liegt Lilalu am Herzen. Dies umfasst unter anderem Jugendliche mit und ohne Migrationshintergrund, aus bildungsfernen Elternhäusern, Jugendliche aus einkommensschwachen Verhältnissen sowie Jugendliche mit Fluchthintergrund.

Mit Hilfe von Multiplikatoren im Sozialraum, einem niederschweligen Angebot sowie der zielgruppenspezifischen Ansprache kann der Zugang zu den älteren Kindern und Jugendlichen ermöglicht werden. Daneben ist es wichtig, die Angebotszeiten, Angebotsinhalte und Angebotsorte an den Interessen der Jugendlichen auszurichten. Außerdem ist die kostenfreie Teilnahme ein zentraler Schlüsselfaktor bei der Gewinnung der Jugendlichen für das Projekt.

Darüber hinaus gilt es, das Umfeld der potentiell Teilnehmenden vom angestrebten Konzept zu überzeugen. Hierbei ist die Netzwerkarbeit mit Freizeit- und Jugendeinrichtungen im Stadtteil Feldmoching-Hasenberg, die direkte Ansprache und das Abholen der Familien sowie die Ansprache des Sozialraums Schule von besonderer Bedeutung.

4 Konzept – Ursprung und Entwicklung

Die ursprüngliche Idee und der Grundgedanke bei der Konzeptentwicklung war es, einen Maßnahmenplan zu entwickeln, der durch eine ausgearbeitete Storyline die einzelnen Themenschwerpunkte miteinander verbindet. In der ersten Konzeptions- und Ideenphase wurden die in der Ausschreibung festgelegten Themenblöcke bearbeitet, heruntergebrochen und neu zusammengesetzt. Daraus ergaben sich zentrale Felder und Schwerpunkte, unter denen sich die einzelnen Themen wiedergefunden haben. Im Rahmen der Konzeption wurden diese Themen immer wieder konkretisiert und im Detail ausgearbeitet. In den nachfolgenden Punkten werden die einzelnen Konzeptionsphasen kurz dargestellt.

4.1 Grobkonzept – Meilensteine und Konzeptidee

Unter dem Motto „Gesundheitskompass“ sollen ältere Kinder und Jugendliche auf unterschiedliche Art und Weise für das gesunde Heranwachsen sensibilisiert werden, konkrete Handlungsempfehlungen erhalten, mit Spaß und Freude spielerisch Erfahrungen sammeln und für eine nachhaltige Lebensweise begeistert werden.

Im Fokus des Konzepts steht das gesunde Heranwachsen von Kindern und Jugendlichen, welches vielfältige Lebensbereiche beeinflusst. In unterschiedlichen Workshops sollen verschiedene Themenschwerpunkte bearbeitet und beleuchtet werden. Dabei ist es von großer Bedeutung bereits im Kindes- und Jugendalter den Grundstein für eine gesunde Lebensweise zu legen, um auf diese Kompetenzen im Erwachsenenalter zurückgreifen zu können.



Ausgangspunkt und Grundlage der Konzeptidee bilden die in der Ausschreibung aufgeführten Themenbereiche:

- Seelische Gesundheit (Schwerpunkt Psychoedukation)
- Bewegung
- Ernährung
- Entspannung
- Körperbewusstsein / Sexualität / Verhütung
- Gesundheitsbewusstsein / Gesundheitskompetenz
- Hygiene

Um die Themenbereiche und die dahinterstehenden Aspekte greifbarer und für die Kinder und Jugendlichen erfahrbarer zu machen, wurden diese in eine erste Storyline eingebettet.

Im Rahmen der ersten Konzeptionsphase war angedacht, dass Kinder und Jugendliche drei Themenkomplexe á zwei Workshops besuchen und durchlaufen. Die Workshops waren jeweils für einen Tag angesetzt und die Teilnehmerzahl pro Workshop auf 12-15 Personen begrenzt. Dabei ist es möglich, Module losgelöst voneinander zu besuchen, sodass bereits ein Wissensgewinn zu verzeichnen ist, wenn Teilnehmende nur einzelne Workshops besuchen. Die beiden Workshops eines Moduls sollten in Abhängigkeit von verfügbarem Personal und Räumlichkeiten, innerhalb eines ausgewiesenen Zeitraums besucht werden, da diese aufeinander aufbauen und so Synergien entstehen können.

Ein motivierender Anreiz für die Kinder und Jugendlichen sollte die Erlangung eines „Gesundheitskompasses“ sein. Dieser bestätigt den Teilnehmenden, dass sich diese mit den Themen „gesunde und bewusste Ernährung“, „Bewegung“ sowie „seelische und körperliche Gesundheit“ auseinandergesetzt haben. Als Zertifikat soll der Gesundheitskompass z.B. als Beilage zu Bewerbungen genutzt werden können. Angedacht war es, gemeinsam mit dem Gesundheitreferats und anderen politischen Kooperationspartnern zu überlegen, ob es möglich ist, ein etwaiges offizielles Zertifikat nach erfolgreicher Teilnahme auszustellen.

Darüber hinaus wurde überlegt, inwieweit die Kinder und Jugendlichen auch extrinsisch motiviert werden können. Vorstellbar wäre z.B., dass die Teilnehmer nach dem Besuch des Themenblocks „Bewegung“ eine Gutschrift für ein lokales Fitnessstudio, Schwimmbad etc. erhalten. So ist es möglich direkte Umsetzungsmöglichkeiten für die Kinder und Jugendliche zu schaffen und diese nachhaltig zu motivieren. Für Sponsoren und Kooperationspartner ist dies zum einen die Möglichkeit, neue Kunden zu gewinnen, andererseits ist die Unterstützung eines sozialen Projekts ein Imagegewinn. Erste Ideen zur konkreten Umsetzung bzw. Überführung der Themen in den Lebensalltag der Kinder und Jugendlichen werden innerhalb der Konzeptidee als Features

beschrieben und benannt. Nachdem ein Modul erfolgreich besucht wurde, sollten die Kinder und Jugendlichen Wertgutscheine oder Goodies, die zum jeweiligen Themenkomplex passen, erhalten.

Die eingangs beschriebenen Themenblöcke aus der Ausschreibung gliederten sich in unserem Erstkonzept wie folgt:

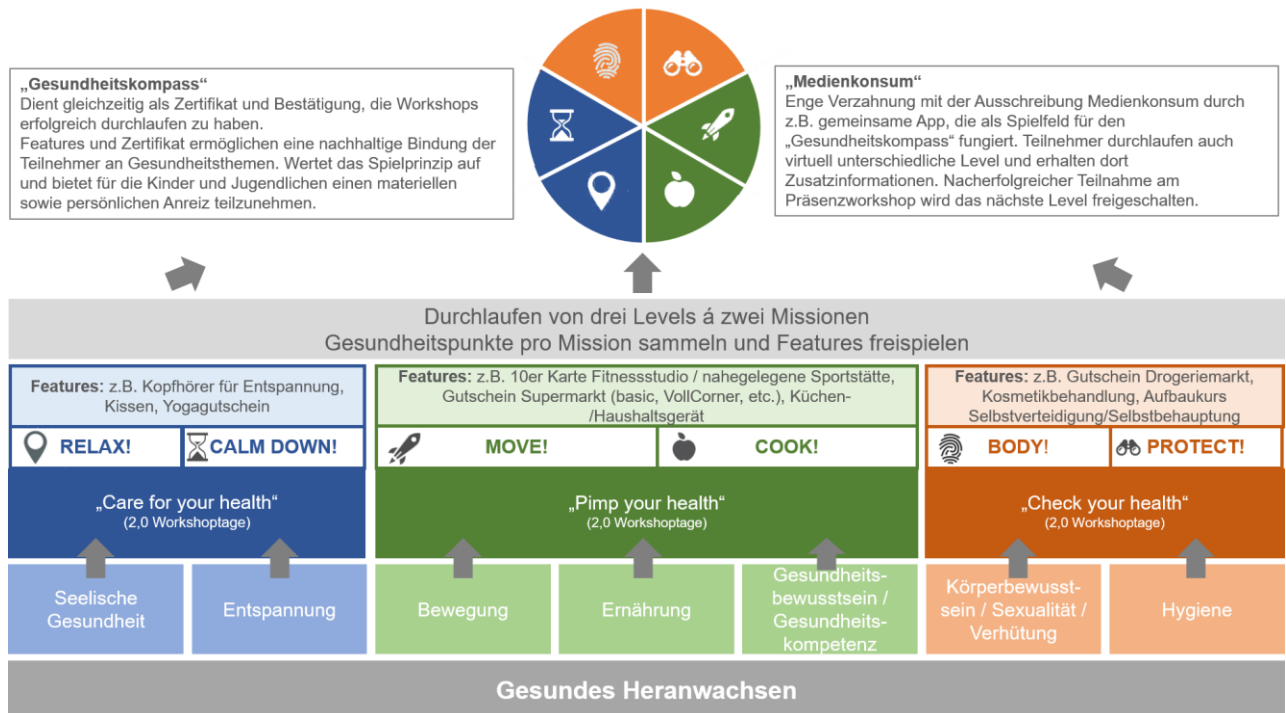


Abbildung 1: Konzeptidee, Grobkonzept Mai 2020

Die Themen „Seelische Gesundheit“ und „Entspannung“ werden im Block „Care for your health“ thematisiert. In den Workshops RELAX! und CALM DOWN! werden unterschiedliche Aspekte im Bereich seelischer Gesundheit und Entspannungstechnik vermittelt. Hierzu gehört zum einen die Auseinandersetzung mit der eigenen Gesundheit und Psyche (Wie ist meine Stimmung? Was regt mich auf/beruhigt mich? Wie kann ich mit Emotionen umgehen?) und zum anderen das Erlernen von Techniken und Möglichkeiten, die zur Entspannung beitragen können (Wie kann ich meine Emotionen regulieren? Was hilft mir dabei „abzuschalten“?). Die beiden Workshops sind konzeptionell eng miteinander verzahnt, sodass sich Rückschlüsse ziehen lassen, die in ihrer Gesamtheit den Themenblock „Care for your health“ auszeichnen.

„Bewegung“, „Ernährung“ und „Gesundheitsbewusstsein / Gesundheitskompetenz“ werden in dem Modul „Pimp your health“ eingeordnet. In den Workshops MOVE! und COOK! wird die Bedeutung von Bewegung sowie einfache Bewegungsmöglichkeiten im Alltag und das Thema gesunde sowie bewusste Ernährung in den Mittelpunkt gerückt. Die Teilnehmenden entwickeln



selbst Übungen, z.B. Auflockerungsübungen für die Arbeit am Schreibtisch. Außerdem sollen die Kinder und Jugendliche sich mit den Bestandteilen der Lebensmittelpyramide auseinandersetzen, selbst gesunde Gerichte kochen und probieren. Dabei wird besonders auf die Lebenswelt der Teilnehmenden eingegangen, sodass insbesondere gesunde Snacks für den Schulalltag und Getränke im Vordergrund stehen. Erfahrungen in diese Bereich hat Lilalu bereits mit einer Realschule aus dem HasenbergI gesammelt. Hier wurde eine Projektreihe zum Thema gesunde und bewusste Ernährung durchgeführt, bei der die schuleigene Küche genutzt wurde.

Die Themen „Körperbewusstsein / Sexualität / Verhütung“ sowie „Hygiene“ finden sich im Themenblock „Check your health“ wieder. Dieser teilt sich auf in die Schwerpunkte BODY! und PROTECT! auf. Hier soll es um die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper (körperliche Entwicklung, Grundlegendes Verständnis über die Zusammenhänge und Bestandteile des Körpers) gehen. In der weiteren Konzeption wurde an dieser Stelle überlegt, inwiefern es sinnvoll ist, das Thema nach Mädchen und Jungen getrennt anzubieten, um im Workshop einen Schutzraum zu ermöglichen und Scham vorzubeugen. Der Workshop PROTECT! schließt an den Erkenntnissen aus dem Workshop BODY! an und beleuchtet, wie wir unseren Körper schützen können bzw. welche Schutzmaßnahmen sinnvoll und wichtig sind (z.B. Verhütung/Geschlechtskrankheiten). Lilalu greift auch hier auf langjährige Erfahrungen aus dem Schulbereich zurück, in dem u.a. Selbstbehauptungsworkshops für Mädchen und Jungen angeboten werden. Darüber hinaus wird eine Kooperation mit Partnern aus der Gesundheitsbranche angestrebt, um deren Expertise in die Workshops einzubinden.

Es war angedacht, dass die drei Themenblöcke aufeinander aufbauen, sodass eine sinnvolle Verknüpfung zwischen den einzelnen Themenbereichen entsteht und die Gruppe auf einen gemeinsamen Erkenntnisschatz zurückgreifen kann. Gleichzeitig sollten aber auch einzelne Module besucht werden können, um einen punktuellen Mehrwert für die Kinder und Jugendlichen zu schaffen und einen niedrigschwelligen Zugang zu den Angeboten zu ermöglichen.

4.1.1 Weiterentwicklung Grobkonzept – Integration Medienkompetenz

Nach der Entwicklung des Grobkonzepts zeichnete sich ab, dass Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme auch den Bereich Medienkomptenz übernehmen und in das bisherige Konzept integrieren soll. Da Medien und Mediennutzung eine große Rolle in der Lebenswelt der Kinder und

Jugendlichen spielen, wurden die entwickelten Themenmodule um den Aspekt der Medienkompetenz erweitert.

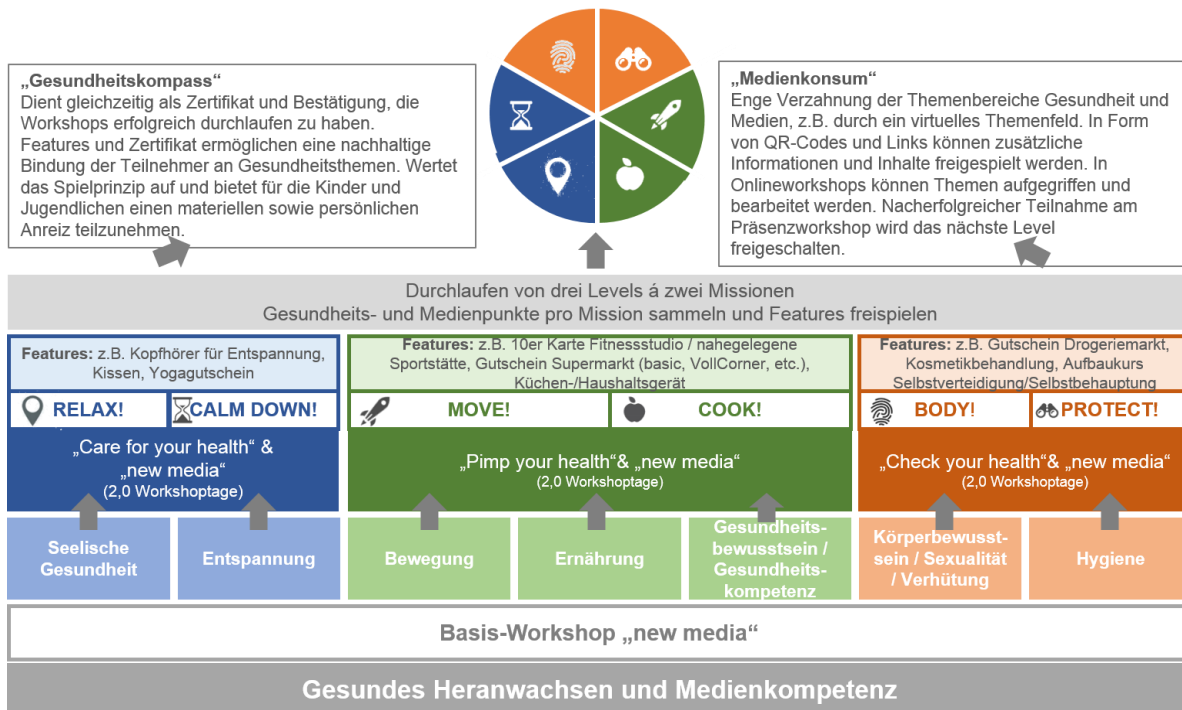


Abbildung 2: Konzeptidee, Grobkonzept inkl. Medienkompetenz

Um die Themenbereiche gesundes Heranwachsen und Medienkompetenz miteinander zu verknüpfen, wird ein Workshop zum Thema „new media“ vorgeschaltet. In diesem setzen sich die älteren Kinder und Jugendlichen mit dem Umgang und der Nutzung von Medien auseinander. Dabei sollen sie für einen sicheren und effizienten Gebrauch von Medien sensibilisiert werden. Es wird aufgezeigt, dass mit dem Konsum von Medien Chancen und Risiken einhergehen. Die Teilnehmenden sollen erfahren, wann und in welchen Situationen Medien hilfreich und nützlich sein können, aber auch Alternativen zum Gebrauch von Medien kennenlernen.

Die bereits vorgestellten Themenmodule wurden durch den Aspekt der Medienkompetenz ergänzt:

- Was bedeutet es für unsere seelische Gesundheit dauernd erreichbar zu sein? Welcher „soziale Druck“ geht damit einher?
- Welche Auswirkungen haben Medien auf die Gesundheit und seelische Verfassung?
- Wie reagiere ich auf Influencer und YouTube-Channels in denen ein bestimmtes Bild von Schönheitsidealen vermittelt werden?
- Was bedeutet Datenschutz und wie schütze ich mich im Netz?



Alle Workshopinhalte sollen mithilfe von Kommunikations- und Begleitmaterialien unterstützt werden, welche individuell für den jeweiligen Themeninhalt konzipiert und bereitgestellt werden. Haptische Materialien unterstützen die Kinder und Jugendlichen darin sich an die Workshopinhalte zu erinnern, sodass diese eine nachhaltige Wirkung haben. Der Einbezug von Medien holt die Kinder und Jugendlichen in ihrer digitalisierten Lebenswelt ab und ermöglicht einen einfacheren Zugang zu den Workshopinhalten.

Die Verknüpfung von neuen Medien und dem gesunden Heranwachsen von älteren Kindern und Jugendlichen verbindet zwei wesentliche Elemente in unserer heutigen Gesellschaft. In den Workshops sollen Themenbereiche aufbereitet und zielgruppenspezifisch vermittelt werden, sodass diese nachhaltig wirken können. Die Teilnehmenden können so einen echten Mehrwert für ihren eigenen Lebensalltag generieren und setzen sich mit ihren persönlichen Handlungsalternativen auseinander. Dabei werden sie dafür sensibilisiert über ihre Entscheidungen und die damit verbundenen Konsequenzen nachzudenken, sodass die Themen Medien und Gesundheit in einem größeren Rahmen betrachtet werden können.

4.2 Feinkonzept – Inhalte und Wording

Nach der ersten Grobkonzeption und der Zuschlagserteilung im Mai 2020, wurden weitere Projektschritte eingeleitet. Im Zuge der intensiven Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsreferat, dem Kennenlernen von Netzwerkpartnern und dem Austausch mit (Fach-)Experten zu den einzelnen Bereichen, konnte das Grobkonzept weiterentwickelt werden. Neben der inhaltlichen Ausgestaltung der einzelnen Schwerpunkte stand auch die Namensgebung für das Projekt und der Teilmodule im Vordergrund. Der Arbeitstitel „gesundes Heranwachsen“ sollte in einen ansprechenden Slogan überführt werden, der ältere Kinder und Jugendliche anspricht und Lust auf das Projekt macht. Es wurde überlegt einen teilweise englischsprachigen Titel zu wählen, um in der Lebenswelt und dem Wording der Jugendlichen anzuknüpfen. Auch die einzelnen Themenmodule sollten einen Titel erhalten, der erste inhaltliche Schwerpunkte der Workshops verrät. Nach mehreren Abstimmungs- und Diskussionsrunden wurde sich für den Projekttitle – **Hands up 4 your future – Mach dich für für dein Leben** - entschieden.

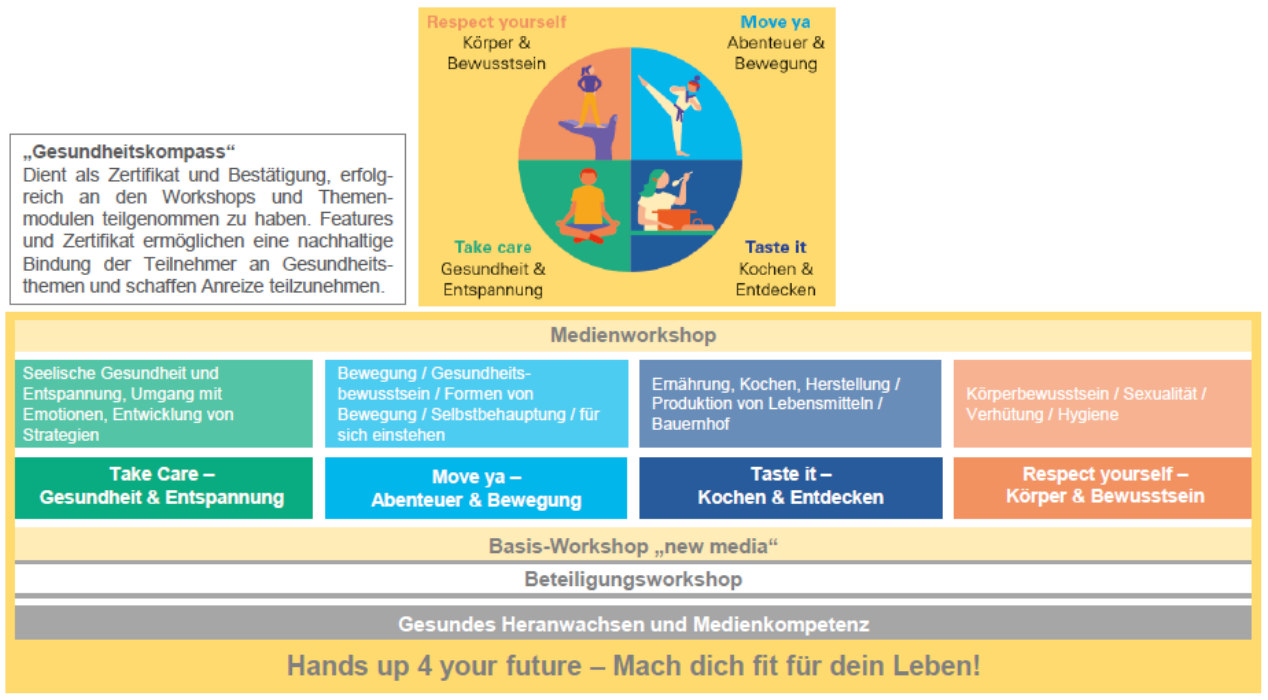


Abbildung 3: Konzeptidee, Feinkonzept

Die bereits vorgestellten Themenmodule wurden im Rahmen der Feinkonzeption weiterentwickelt und konkretisiert. In den einzelnen Modulen finden sich weiterhin die in der Ausschreibung definierten Themen und Inhalte wieder. Insgesamt wurden vier Themenmodule festgelegt, in denen jeweils ein Basis- und ein vertiefender Workshop stattfindet. Nachfolgend werden die einzelnen Module und Inhalte kurz vorgestellt. Diese bilden die tatsächliche Basis für die Durchführungen.

Move ya – Abenteuer & Bewegung

In den beiden Workshops aus dem Modul „Move ya“ geht es um die Schwerpunkte Selbstbehauptung und Bewegung. Die Teilnehmenden lernen für sich selbst einzustehen und sich zu behaupten. Durch spezielle Bewegungstechniken erhalten sie praktische Tipps und erfahren, wie sie in brenzligen Situationen reagieren können. Gleichzeitig erfahren sie, wie wichtig körperliche Fitness für das eigene Körpergefühl und –bewusstsein ist. In einem zweiten Schwerpunkt sollen die Teilnehmenden in einer interaktiven Rallye den Stadtteil aus einer anderen Perspektive kennenlernen und unterschiedliche Formen der Bewegung erfahren. In diesem Teil ist es insbesondere möglich Sportvereine/Anbieter aus dem Stadtteil einzubeziehen, sodass die älteren Kinder und Jugendlichen auch nachhaltig Bewegungsmöglichkeiten aufgezeigt bekommen.



Taste it – Kochen & Entdecken

Auch der Schwerpunkt „Taste it“ setzt sich aus einem Basic- und einem Vertiefungsmodul zusammen. Im ersten Workshop sollen Grundlagen des Kochens und der Ernährung besprochen werden, z.B. Lebensmittelpyramide oder Bestandteile gesunder Ernährung. Im Vertiefungsmodul sollen die Teilnehmenden einen stadtteilnahen Bauerhof besuchen können, um hautnah die Produktion und Herkunft von Lebensmitteln kennenzulernen. Alternativ dazu können die Teilnehmenden in einer Supermarkt-Rallye praktische Erfahrungen sammeln und lernen, wie ein Supermarkt aufgebaut ist und was bei einem Einkauf beachtet werden sollte. Die Kinder und Jugendlichen können in diesem Workshop stark eigenverantwortlich agieren, wodurch das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden gestärkt wird. Neben der praktischen und theoretischen Vermittlung von Inhalten steht die Gemeinschaft während des Kochens und Zubereitens im Fokus der Workshops.

Respect yourself – Körper & Bewusstsein

Im „Respect yourself“ – Modul setzen sich die Teilnehmenden mit dem eigenen Körper, Sexualität und Gesundheit auseinander. Im Basismodul schärfen die Kinder und Jugendlichen ihr Wissen über körperliche Veränderungen, Sexualität, Hygiene und Verhütung. Dabei setzen sie sich spielerisch mit Beziehungskonstellationen und den eigenen Gefühlen auseinander. Um für alle Teilnehmenden ein gutes Miteinander zu schaffen und das Scham-Gefühl der Kinder und Jugendlichen zu berücksichtigen, können die Gruppen nach Geschlecht getrennt werden. Gemeinsam mit der STI-Beratungsstelle des Gesundheitsreferats der Landeshauptstadt München konnte ein vertiefendes Workshopmodul entwickelt werden. Die Experten vermitteln im Workshop ihr Fachwissen zu sexuell übertragbaren Krankheiten und wie man sich vor diesen schützen kann. Gleichzeitig erhalten die Teilnehmenden Hilfestellungen, weiterführende Informationen und Anlaufstellen zu konkreten Fragestellungen.

Take Care – Gesundheit & Entspannung

Im Fokus dieses Moduls steht der Umgang mit den eigenen Emotionen und welche Methoden einem dabei helfen mit Stress oder Druck umzugehen. Spielerisch erfahren die Teilnehmenden, wie sie in Situationen, in denen sie Stress und Anspannung erfahren, reagieren können und welche Strategien ihnen selbst helfen können, zu entspannen. Dabei erfahren die Kinder und Jugendlichen, dass die eigene psychische Gesundheit ausschlaggebend für das körperliche Wohlbefinden ist.



Bei den einzelnen Durchführungen wird die Teilnehmendezusammensetzung berücksichtigt, sodass die Maßnahmen für jüngere und ältere Kinder/Jugendliche getrennt voneinander angeboten werden. So kann gewährleistet werden, dass die Methoden und Inhalte passgenau auf die jeweilige Zielgruppe ausgewählt werden können und die Themen so adressatengerecht aufbereitet werden.

Bei der zeitlichen Ausgestaltung der Formate wurde der Umfang von einem Tag, auf 2-3 Stunden reduziert. Durch die zeitliche Reduzierung kann eine flexible Umsetzung der Workshops ermöglicht werden, sodass der Zugang zu den Maßnahmen vereinfacht wird. Viele Kinder und Jugendliche sind durch die Ganztagsbetreuung an Schulen, Hobbys und Vereinsarbeit zeitlich stark eingebunden, sodass es ermöglicht werden soll, Maßnahmen auch nach dem Schulunterricht, z.B. am späten Nachmittag, besuchen zu können. Die zeitliche Anpassung der Workshops trägt außerdem dazu bei, dass Inhalte einfacher im Rahmen von Schulstunden umgesetzt werden können.

Ergänzend zu den oben genannten Themen soll ein separater Medienworkshop durchgeführt werden, in dem Kinder und Jugendliche erfahren, was Medien so anziehend, aber auch so gefährlich machen. Die Teilnehmenden sollen sich mit ihrem eigenen Medienverhalten auseinandersetzen und für Gefahren im Netz sensibilisiert werden. Dabei können auch aktuelle Trends, wie z.B. Netflix-Serien, berücksichtigt werden.

Bevor die konkreten Durchführungen der hier vorgestellten Inhalte thematisiert werden, sollen zunächst die Projektschritte im Rahmen der Netzwerkarbeit beschrieben werden. Dazu zählen ebenfalls erste Workshopformate für Fachkräfte oder Jugendliche, mit deren Hilfe das damalige Grobkonzept aus der Ausschreibung weiter entwickelt werden konnte.

5 Netzwerkarbeit – Workshops und Sitzungen

Um das Schwerpunktprogramm im Stadtteil Feldmoching-Hasebergl zu etablieren und zu bewerben, wurde über unterschiedliche Kanäle Kontakt zu Fachkräften und Einrichtungen aufgenommen. Durch die Gesundheitsmanagerinnen wurde der Erstkontakt zu zentralen Ansprechpartnern hergestellt und die Teilnahme an Konferenzen initiiert.

Fachkräfteworkshop

In einem gemeinsamen Workshop wurden Fachkräfte über das Projekt, die verschiedenen Themenmodule und Inhalte informiert. Der Workshop hat am 16. März 2021 in einer 2,5-stündigen Onlinesitzung stattgefunden. In dem gemeinsamen Termin hat sich zunächst Lilalu als Kooperationspartner vorgestellt, bevor im Anschluss die einzelnen Schwerpunkte durch die

Workshopleitungen mithilfe einer PowerPoint-Präsentation erläutert wurden. Die Fachkräfte hatten die Möglichkeit nach jedem Themenmodul Fragen zu stellen und Rückmeldung zu geben. So war es möglich die Konzepte mit den jeweiligen Erfahrungen der Fachkräfte und Einrichtungen abzugleichen. Außerdem konnten durch den Workshop erste Kontakte aufgebaut werden.

Die Fachkräfte wurden per E-Mail über den Workshop informiert und haben weiterführende Informationen in Form einer Präsentation erhalten.

Die Abbildung zeigt, dass das Feedback der Fachkräfte durchgehend positiv war und viele Netzwerkpartner Interesse an einer Projektbeteiligung hatten.



Abbildung 4: Feedback Fachkräfteworkshop, Mentimeter

Konferenzen

Um das Projekt auch über den Stadtteil hinaus bekannt zu machen, wurde das Konzept in unterschiedlichen Konferenzen und Sitzungen vorgestellt: Schul- und Jugendhilfekonferenz (25.02.2021), Kommunale Gesundheitsförderung und Prävention (04.10.2021) sowie Stadtteilkonferenz (16.11.2021).

Es war erkennbar, dass das Projekt in allen Sitzungen auf positive Resonanz stieß und die Teilnehmenden interessiert auf die Maßnahmen reagierten.

5.1 Jour Fixe – Regelmäßiger Austausch

Um einen regelmäßigen Austausch zwischen Auftraggeber und Auftragnehmer sicherzustellen und eine kontinuierliche Weiterentwicklung des Projektes zu garantieren, wurden Jour Fixe Termine eingeführt. Der Austausch findet alle zwei Wochen in Form eines Onlinemeetings statt. Im Jour Fixe werden aktuelle Themen und Aufgaben besprochen. Im Anschluss wird durch Lilalu ein Protokoll verfasst, welches an einen Projektverteiler verschickt wird.



6 Durchführungen – Workshops und mehr

Durch die im Rahmen der Netzwerkarbeit entstandenen Kontakte konnten konkrete Durchführungsanfragen generiert werden. Nachfolgend werden die einzelnen Durchführungen und die damit einhergehende Zusammenarbeit mit Netzwerkpartnern vorgestellt.

In einem ersten Schritt sollten in Form eines Beteiligungsworkshops die aus der Anfrage resultierten Themenschwerpunkte und das damit verbundene Grobkonzept mit den tatsächlichen Bedarfen der Zielgruppe abgeglichen werden.

Daran anschließend sollten die tatsächlichen Durchführungen für ältere Kinder und Jugendliche geplant werden. Resultierend aus dem Fachkräfteworkshop und der Netzwerkarbeit vor Ort konnte ein intensiver Kontakt zu Freizeitstätte KistE aufgebaut werden. Diese signalisierten Interesse an Durchführungen bei ihnen vor Ort in der Einrichtung. Nach mehreren Abstimmungs- und Planungsterminen wurde sich darauf geeinigt, dass Workshops zu den Themen „Move ya“, „Respect yourself“ und „Taste it“ umgesetzt werden. Eine Durchführung des Moduls „Take care“ wurde von den Ansprechpartnern der KistE abgelehnt. Über die Diakonie Hasenbergel konnte jedoch ein Ort für die Durchführung der „Take care“-Workshops gefunden werden, sodass diese Maßnahmen ebenfalls mit in die Planung aufgenommen werden konnte.

6.1 Beteiligungsworkshop – Erich-Kästner-Realschule

Rund zwei Monate nach der Zuschlagserteilung konnte an der Erich-Kästner-Realschule ein Beteiligungsworkshop mit Kindern und Jugendlichen stattfinden. Ziel des Workshops war es, die entwickelte Konzeptidee und das skizzierte Grobkonzept mit den tatsächlichen Bedürfnissen und Themen der Kinder und Jugendlichen abzugleichen.

Aufgrund der Corona-Pandemie fanden im Frühjahr/Sommer 2020 kein regulärer Schulunterricht oder Angebote der Kinder- und Jugendhilfe statt. Dementsprechend schwierig war es, Kontakt zur Zielgruppe aufzunehmen und Angebote umzusetzen.

Durch gemeinsame Projekte in der Vergangenheit bestand bereits ein guter Kontakt zur Erich-Kästner-Realschule, sodass es möglich war, einen Workshop im Rahmen der Notbetreuung anzubieten. Am 23.07.2020 konnte dementsprechend ein Workshop mit vier Jungen und einem Mädchen von 09:45-12:00 Uhr stattfinden. In dem Workshop wurden zunächst das Projekt und die inhaltlichen Schwerpunkte (Ernährung, Bewegung, Stärke, Bewusstsein und Medien) vorgestellt. Die Teilnehmenden wurden im Anschluss spielerisch zu den einzelnen Themen befragt, Assoziationen gesammelt und Schwerpunkte festgelegt. Dabei hatten die Schüler die



Möglichkeit ihre eigene Erfahrung zu den einzelnen Themenbereichen einzuschätzen. Zentrale Fragestellungen über alle Themen hinweg waren:

- Wie viel weiß ich schon? (Skalaeinschätzung)
- Was wisst ihr zu dem Thema? Was fällt euch dazu ein?
- Was möchte ich noch wissen? Was möchte ich im Workshop machen?
- Was motiviert mich mitzumachen?

Durch die interaktive Arbeit mit der Kleingruppe war es möglich, die Themenschwerpunkte aus unterschiedlichen Perspektiven zu bearbeiten. Die gesammelten Rückmeldungen und Anhaltspunkte konnten im Anschluss in die weitere Konzeptarbeit integriert werden.

6.2 Schwerpunktworkshops – Freizeitstätte KistE

Ausgehend von den Erkenntnissen aus dem Beteiligungs- und Fachkräfteworkshops wurden die Konzeptinhalte konkretisiert und ausgestaltet. In dieser Konzeptionsphase wurden Expertenteams je Themenmodul gebildet, die gemeinsam konkrete Abläufe und Strukturen entwickelt haben. Parallel dazu wurden Begleitmaterialien entwickelt, welche die zentralen Workshopinhalte zusammenfassen und aufgreifen.

Aufgrund der anhaltenden Corona-Pandemie mussten einige, angedachte Durchführungsphasen verschoben werden, sodass erst rund 1,5 Jahre nach dem Beteiligungsworkshop die ersten Durchführungen der Workshops stattfinden konnten.

In Absprache mit der Freizeitstätte KistE wurden Durchführungstermine festgelegt und organisatorische Abläufe geklärt. So wurden die Workshops über die Einrichtung beworben und mit in das monatliche Programmheft übernommen. Da es laut Erfahrungen der KistE schwierig ist, im Vorfeld verbindliche Anmeldungen zu erhalten und keine potenziellen Besucher ausgeschlossen werden sollten, wurde festgelegt, dass die Workshopleitungen jeweils Kontakt vor Ort zur Zielgruppe aufnehmen und diese zur Teilnahme aktivieren. Es wurde deutlich, dass Beziehungsarbeit und der persönliche Kontakt ausschlaggebend für den Erfolg der Maßnahmen sind. Das offene Zugehen und das Einlassen auf die jeweiligen Besuchenden war somit essentiell, um eine Teilnehmergruppe vor Ort zu gewinnen. Für die Durchführungen konnten die Räumlichkeiten der KistE genutzt werden. Zeitlich wurden die Maßnahmen auf den späten Nachmittag terminiert, um sicherzustellen, dass Kinder und Jugendliche nach dem Schulbesuch teilnehmen könnten.



Die Durchführungstage und Rahmenfaktoren können der nachfolgenden Übersicht entnommen werden:

Modul	Datum	Anzahl der Teilnehmernden
Move ya	02.10.2021	5
Taste it	07.10.2021	3
Move ya	09.10.2021	8
Respect yourself	15.10.2021	8
Taste it	20.10.2021	6
Respect yourself	22.10.2021	8
Gesamtteilnehmerzahl		38

Tabelle 1: Durchführungen KistE, Oktober 2021

Pro Workshop fand sich eine interessierte, kleine Teilnehmendengruppe. Es ist erkennbar, dass jeweils an der zweiten Durchführung eine größere Gruppe zusammen gekommen ist, sodass man davon ausgehen kann, dass der persönliche Kontakt ausschlaggebend für eine Teilnahme ist. Die Besuchenden der Einrichtung kannten in diesem Fall bereits die Workshopleitung, hatten vielleicht schon von den Inhalten der ersten Durchführung gehört und konnten sich so einfacher auf das Projekt einlassen. Gegenseitiges Vertrauen und Beziehungsarbeit sind somit essentiell, um eine Bindung zu den Besuchenden aufbauen zu können.

Bei den Workshops „Move ya“ und „Taste it“ begannen die Workshopleitungen mit ihren Konzeptschwerpunkten, bevor sich eine feste Teilnehmergruppe zusammengefunden hatte, z.B. angefangen zu kochen / erste Übungen in der Turnhalle gemacht. Die aktiven Tätigkeiten der Workshopleitungen haben das Interesse der Besuchenden geweckt, sodass diese nach und nach dazugekommen sind (Reaktion z.B.: „Was machst du da? Kann ich mitmachen?“). Die Durchführungen haben gezeigt, dass die Kontaktaufnahme zur Zielgruppe und das Ansprechen der älteren Kinder/Jugendlichen entscheidend ist. Zum Zeitpunkt der Durchführung waren kleinere Besuchergruppen in der KistE, dennoch war es schwierig diese zur Teilnahme zu motivieren. Den Besuchenden wurde aufgrund der Ausgangssituation ermöglicht auch

später/punktuell in den Workshop reinzuschauen. Dies hatte zur Folge, dass teilweise keine festen Teilnehmendengruppen entstanden sind und es eine größere Fluktuation innerhalb des Workshops gab. Bei den Maßnahmen „Move ya“ und „Taste it“ ist dies für die Workshopleitungen aufgrund der thematischen Ausrichtung einfacher handhabbar, als bei den Inhalten zu „Respect yourself“. Hier wurde sich im Vorfeld auf eine verbindliche Teilnahme geeinigt.

Da zum Zeitpunkt der Durchführungen fast ausschließlich männliche Besucher in der Einrichtung waren, haben – bis auf eine Ausnahme – ausschließlich Jungen/junge Männer an den Workshops teilgenommen. Das Alter der Teilnehmenden umfasste die Spanne von 11-18 Jahren. Für die weiteren Durchführungen wäre es wünschenswert noch heterogenere Teilnehmendengruppen zu generieren, um von den gegenseitigen Erfahrungen und Erkenntnissen zu profitieren.

Rückblickend war die Resonanz der Teilnehmenden positiv. Die thematisierten Inhalte waren für die Teilnehmenden interessant und haben diese angesprochen. Insbesondere die praktischen Erfahrungen und Möglichkeiten, sich selbst auszuprobieren, waren besonders eindrücklich für die Jugendlichen. Teilweise haben die Jugendlichen ebenfalls versucht noch weitere „Kollegen“ für eine Teilnahme zu motivieren. Die konzipierten Begleitmaterialien und Give Aways wurden ebenfalls positiv bewertet. Folgende Materialien wurden zur Verfügung gestellt:

- übergeordnetes Hands up – Fleecehandtuch / übergeordnete Jutebeutel pro Modul
- Move ya: Postkarte, Theraband
- Taste it: Kochbuch und Riegel/Obst
- Respect yourself: Postkarte und Drogerieproben



Abbildung 5: Impressionen Durchführungen, KistE



Es wurde deutlich, dass häufig die zeitliche Ausgestaltung schwierig für die älteren Kinder und Jugendlichen war. Vielen fiel es schwer, sich über einen längeren Zeitraum zu konzentrieren und sich auf die Inhalte einzulassen. Insbesondere nach dem Schulbesuch wollte der Großteil der Zielgruppe „chillen“ und sich nicht mit weiteren Inhalten beschäftigen. Einige Jugendlichen hatten ebenfalls Termine, z.B. Fußballtraining und konnten nur punktuell am Workshop teilnehmen. Die Lilalu-Experten haben im Rahmen der Durchführungen versucht flexibel auf die Bedürfnisse und Rahmenbedingungen der Teilnehmenden zu reagieren. Die Konzepte wurden dementsprechend kurzfristig angepasst.

Für die weiteren Durchführungen ist es wichtig, verbindliche Teilnehmendengruppen zusammenzustellen und die Maßnahmen verkürzt umzusetzen, um die Konzentration und Motivation der Teilnehmenden sicherzustellen. Es wurde außerdem deutlich, dass es eher schwierig ist eine feste Teilnehmendengruppe zu finden, die alle Workshops und Module durchläuft. Dementsprechend wurde sich dazu entschieden auch in Zukunft separate Durchführungen anzubieten, um auf diese Weise mehr Kinder und Jugendliche erreichen zu können.

7 Marketing und Social Media

Neben der inhaltlich-konzeptionellen Ausgestaltung der Themenschwerpunkte wurden unterschiedliche Marketingmaßnahmen etabliert und umgesetzt.

Für Fachkräfte und Einrichtungen im Stadtteil wurde ein Informationsschreiben aufgesetzt, mit dem Werbung für das Projekt gemacht wurde. Das Schreiben wurde flächendeckend an alle Netzwerkpartner verschickt.

Die Entwicklung und Umsetzung eines Informationsflyers verzögerte sich aufgrund diverser Abstimmungsprozesse stark. Hinzu kamen strukturelle Veränderungen innerhalb des Gesundheitreferats mit einhergehenden CI-Anpassungen. Der Flyer für Fachkräfte, Einrichtungen und Klienten konnte somit erst im Frühjahr 2022 veröffentlicht werden:

Darum geht's:

In dem Projekt können ältere Kinder und Jugendliche in Feldmoching-Hasenberg abwechslungsreiche Workshops besuchen, Erfahrungen sammeln und sich aktiv mit einer gesunden und nachhaltigen Lebensweise auseinandersetzen. In interaktiven Workshops erhalten die Teilnehmer*innen Tipps und Infos, entwickeln gemeinsam Ideen, nehmen sich Zeit und erkunden den Stadtteil neu. Gleichzeitig werden alle Schwerpunkte des Workshops mit den Themen Medienkompetenz und Medienbewusstsein verknüpft.

Das Angebot richtet sich an interessierte Einzelpersonen oder Gruppen aus dem Stadtteil. Die Teilnahme an den 3-4 stündigen Workshops ist kostenlos und die Durchführungen finden in Kleingruppen direkt vor Ort statt.

Das sind die Bausteine:

Respect yourself
Körper & Bewusstsein

Körperliche Veränderungen, Schmetterlinge im Bauch, Gefühlsachterbahn – Welche körperlichen Veränderungen gibt es und wie gehe ich damit um? In den Workshops werden Fragen rund um die Themen Sexualität, Gesundheit und Körperbewusstsein beleuchtet und beantwortet.

Move ya
Abenteuer & Bewegung

Wie kann ich in brenzligen Situationen reagieren und mich selbst schützen? Durch Selbstverteidigung sich selbst stärken und lernen für sich einzustehen. In den Workshops erfahren die Kinder und Jugendlichen welchen positiven Einfluss Bewegung auf den eigenen Körper hat.

Take care
Gesundheit & Entspannung

Was stresst mich und was stärkt mich? Der Umgang mit Emotionen und die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins stehen im Vordergrund der Workshops. Die Teilnehmer*innen erhalten praktische Tipps, wie sie mit Herausforderungen im Alltag umgehen können.

Taste it
Kochen & Entdecken

Was versteckt sich in Lebensmitteln und gibt es gesundes Fast Food? Spielerisch und interaktiv setzt sich die Gruppe mit bewusster Ernährung auseinander und lernt, wie man günstige und gesunde Gerichte zubereiten kann. Dabei wird selbst gekocht, zubereitet, probiert und gemeinsam gegessen.

Das gibt's on top:

Alle Teilnehmer*innen erhalten

- passende Give Aways und Begleitmaterialien zu den Inhalten der Workshops
- weiterführende Informationen und Kontaktdaten im Stadtteil
- ein offizielles Zertifikat als Teilnahmebestätigung

Darüber hinaus bieten wir zusätzliche Workshops und Informationen zu den genannten Themen für Fachkräfte, Eltern und Interessierte an. Bei Bedarf vermitteln wir an weiterführende Beratungsstellen.

Abbildung 6: Flyer, Innenansicht

future – dein Leben!

Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat

Kontakt und weitere Informationen:

Herausgeberin:
Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat
Bayerstraße 28a
80335 München

Lilalu Bildungs- und Ferienprogramme:
handsup.lilalu@johanniter.de
@handsup4you

Gesundheitsmanagement:
„München – gesund vor Ort“
gesundheitsfoerderung.gsr@muenchen.de
muenchen.de/gesund-vor-ort

**Hands up 4 your
Mach dich fit für**

LILALU
Das Bildungsprogramm der Johanniter

AOK Das Projekt wird von der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse im Rahmen der Projektförderung „Gesunde Kommunen“ nach § 12a SGB V gefördert.

Qualität auf 100%
Recyclingpapier, das mit dem blauen Engel ausgezeichnet ist.
Stand: Januar 2021

Abbildung 7: Flyer, Außenansicht

Im Rahmen der Durchführungen wurden Unternehmen und Vereine vor Ort angeschrieben und über das Projekt informiert. Ziel war es demnach, unterstützende Netzwerkpartner zu gewinnen, die das Projekt in Form von Give Aways, Gutscheinen oder Werbematerialien unterstützen. Im Zuge dessen hätten die Unternehmen und Vereine die Möglichkeit gehabt, potentielle Neukunden zu generieren und einen Zugang zur Zielgruppe zu erhalten. Leider war die Resonanz der Netzwerkpartner sehr gering und das individuelle Engagement hielt sich in Grenzen. In einzelnen



Gesprächen wurde erkennbar, dass die Reaktion mit der anhaltenden Corona-Situation in Verbindung stand. Viele Unternehmen und Vereine waren und sind selbst in einer wirtschaftlichen Ausnahmesituation, sodass es nicht möglich ist, separate Projekte zu fördern. Es ist angedacht in der nächsten Durchführungsreihe erneut Kontakt aufzunehmen.

Da die älteren Kinder und Jugendlichen vor allen Dingen über Social Media erreichbar und ansprechbar sind, wurde ein Instagram-Kanal ins Leben gerufen. Über den Kanal sollen zentrale Informationen zum Projekt, weiterführende Themen, praktische Tipps und Ideen an die Kinder und Jugendlichen vermittelt werden. Dabei soll für die Kinder bereits ein Mehrwert entstehen, wenn sie dem Kanal nur folgen. Gleichzeitig ermöglicht der Instagram-Kanal, sich mit anderen Einrichtungen und Partnern im Stadtteil zu vernetzen. Angebote und Informationen können so gestreut und geteilt werden. Dies fördert einen flächendeckenden Austausch und stärkt das Miteinander. Um den Kanal zu stärken und zu bewerben, soll ein Plakat entwickelt werden, welches in Einrichtungen oder Schulen ausgehängt wird. Das Plakat soll das Interesse der Kinder und Jugendlichen wecken und gleichzeitig einen niedrighschwelligigen Zugang zur Instagram-Seite ermöglichen.

Alle bisher getroffenen Marketing- und Social Media – Maßnahmen verfolgen das Ziel, das Projekt zu bewerben und die Reichweite sowie den Bekanntheitsgrad zu erhöhen. Auch zukünftig sollen die Marketingmöglichkeiten intensiviert und noch weiter ausgeschöpft werden. Es wird überlegt einzelne Kinder und Jugendliche in die interaktive Ausgestaltung des Kanals einzubeziehen, um den Instagram-Account noch nahbarer und lebendig zu gestalten.

8 Zwischenfazit und Ausblick

Im Fokus der ersten Projekt- und Durchführungsphase, von Mai 2020 – Dezember 2021, stand die konzeptionelle Entwicklung der Maßnahmen und die Netzwerkarbeit im Stadtteil. Die pädagogisch-didaktische Aufbereitung der Themenschwerpunkte erfolgte in Expertenteams, die ihre Erkenntnisse und Ausarbeitungen immer wieder mit dem Projektteam gespiegelt und den Fachkräften vor Ort vorgestellt haben. Im Rahmen der Netzwerkarbeit konnten vielfältige Kontakte aufgebaut und gefestigt werden. In unterschiedlichen Konferenzen und Workshops wurde allgemein ein großes Interesse an den Maßnahmen des Projektes seitens der Fachkräfte festgestellt. Im Laufe der weiteren Ausgestaltung und Planung der konkreten Durchführungen, war die Resonanz seitens der Fachkräfte aber teilweise verhalten, sodass sich verbindliche Planungen herausfordernd gestalteten.

Konkrete Planungen und Absprachen wurden zudem durch die anhaltende Corona-Pandemie erschwert. Das Projekt und insbesondere die Durchführungen waren und sind somit von



Unwägbarkeiten, veränderten Regularien und Hygienebestimmungen gekennzeichnet. Da es für die konzipierten Inhalte und das Projekt unabdingbar ist, Maßnahmen in Präsenz durchzuführen, konnten die ersten Workshops erst im Oktober 2021 stattfinden. Durch die Corona-Situation hat sich auch das Klientel und die Besuchenden innerhalb einer Einrichtung stark verändert, sodass die Gruppenkonstellationen teilweise recht homogen zusammengesetzt waren. Zudem konnten weitreichende Auswirkungen der Pandemie auf die Kinder und Jugendlichen festgestellt werden. Der Zielgruppe fiel es dementsprechend schwer sich auf konkrete Inhalte und Themen einzulassen, verbindliche Angebote wahrzunehmen und über einen längeren Zeitraum konzentriert und motiviert zu arbeiten. Die entwickelten Workshopkonzepte mussten dementsprechend flexibel vor Ort umgesetzt und angepasst werden, um möglichst viele Teilnehmende gewinnbringend einzubinden.

Trotz der eher herausfordernden Planung der Durchführungen wurde ersichtlich, dass die entwickelten Inhalte positiv von der Zielgruppe bewertet wurden. Das Interesse und der Bedarf im Stadtteil ist weiterhin aktuell, sodass das Projekt um ein weiteres Jahr, bis Juni 2023, verlängert worden ist. Im Rahmen der Projektfortführung soll insbesondere die nachhaltige Verankerung des Projektes sichergestellt werden. Mit zusätzlichen Maßnahmen für Eltern, Erziehungsberechtigte und Fachkräfte soll der Zugang zu den Inhalten flächendeckend ermöglicht werden. Durch den direkten Einbezug der Familien und Einrichtungen ist es möglich die Themen ganzheitlich zu vermitteln. Mithilfe der direkten Sensibilisierung und Ansprache der Familien, können die Workshopinhalte in die Elternhäuser gestreut und ein Umdenken im alltäglichen Miteinander geschaffen werden. Im Rahmen der nachhaltigen Verankerung können zudem weitere Workshopdurchführungen umgesetzt werden, sodass noch mehr Kinder und Jugendliche am Projekt teilnehmen können.

Aktuell wird die zweite Durchführungsreihe geplant und organisiert. Es ist angedacht, einzelne Maßnahmen in Schulen stattfinden zu lassen, um verlässliche und garantierte Teilnehmendengruppen zu erhalten. Ein weiterer Teil der Durchführungen soll weiterhin in und mit interessierten Einrichtungen oder Netzwerkpartnern stattfinden. Die geplanten Durchführungen werden durch den Instagram-Kanal medial begleitet und beworben. Zwar entspannt sich die aktuelle Corona-Situation weitestgehendst, doch ist es immer noch nicht möglich langfristige Planungen umzusetzen. Dementsprechend ist es angedacht, einen Großteil der Durchführungen im Sommer 2022 stattfinden zu lassen.

Die veränderte gesellschaftliche Situation in den letzten Jahren hat gezeigt, dass Projekte zur Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche wichtiger denn je sind. Diese brauchen individuelle Förderung und Unterstützung, insbesondere in den Bereichen Sozial- und



Alltagskompetenzen. Kinder und Jugendliche müssen wieder vermehrt miteinander in Kontakt kommen, den Austausch in einer Gruppe von Gleichaltrigen erfahren und dabei sich selbst sowie ihr Selbstwertgefühl stärken. Insbesondere in Stadtteilen mit tendenziell eher weniger sozialgesellschaftlichen Angeboten ist es essentiell, Maßnahmen zu etablieren, welche die Bürgerinnen und Bürger in ihrem Alltag unterstützen. Die Themenschwerpunkte von „Hands up 4 your future – Mach dich fit für dein Leben!“ greifen Inhalte auf, die durch die Corona-Pandemie noch mehr an Bedeutung gewonnen haben. Mithilfe der Workshops können Kinder und Jugendliche in ihrem Körper- und Gesundheitsbewusstsein gestärkt und für eine gesunde Lebensweise sensibilisiert werden, sodass eine Teilnahme an den Maßnahmen den Folgen der Corona-Pandemie direkt entgegenwirkt. Die langfristige Fortführung und nachhaltige Verankerung des Projektes im Stadtteil Feldmoching-Hasenberg trägt zu einem verbesserten Lebens- und Gesundheitsgefühl der Bürgerinnen und Bürger bei. Dabei zeigt das Projekt den älteren Kindern und Jugendlichen neue Perspektiven und Möglichkeiten auf, lädt dazu ein die eigene Komfortzone zu verlassen, fördert die Resilienzfähigkeit und stärkt die Teilnehmenden darin ihren individuellen Lebensweg gestärkt zu bestreiten.