|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

Skizze – Purzelbaum Schweiz

Basisdaten

|  |  |
| --- | --- |
| *Name* | Purzelbaum Schweiz |
| *Kurzform* | Purzelbaum Schweiz |
| *Beginn* | 01.01.2014 |
| *Ende* | 31.12.2020 |
| *Land* | Schweiz |

Projektbegründung

Ausgangslage und Rahmenbedingungen

Politisch und gesellschaftlich Nichtübertragbare Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Diabetes oder Atemwegserkrankungen stellen heute nicht nur die Haupttodesursache dar, sie verursachen auch hohe Gesundheitskosten und sind ein relevantes Public Health Thema. Ernährung und Bewegung hängen mit den Hauptrisikofaktoren dieser Krankheiten eng zusammen, bei-spielsweise mit Übergewicht, Bluthochdruck und Inaktivität. Die volkswirtschaftlichen Kosten sind enorm: 2001 beliefen sich die Kosten im Zusammenhang mit Übergewicht und Adipositas sowie deren Folgeerkrankungen in der Schweiz auf ca. 2,7 Milliarden Franken; dies ent-spricht 5% der Gesundheitskosten. In der Schweiz führt zudem Bewegungsmangel jedes Jahr zu mindestens 2'900 vorzeitigen Todesfällen, zu 2,1 Millionen Krankheitsfällen und direkten Behandlungskosten in der Höhe von 2,4 Milliarden Franken. Hinzu kommen indirekte Kosten, etwa durch krankheitsbedingte Arbeitsausfälle. Der Bundesrat hat daher im Jahr 2008 das Bundesamt für Gesundheit (BAG) beauftragt, in Zusammenarbeit mit dem Bun-desamt für Sport für die Umsetzung des Nationalen Programms Ernährung und Bewegung 2008-2012 (NPEB 2008-2012) zu sorgen und die Koordination mit den Kantonen sowie der Gesundheitsförderung Schweiz sicherzustellen. Um die Nachhaltigkeit der Präventionsaktivi-täten zu gewährleisten, hat sich der Bundesrat am 9. Mai 2012 dazu entschieden, das NPEB um vier weitere Jahre bis Ende 2016 zu verlängern. Das NPEB definiert seine Vision wie folgt: „Die Schweiz bietet Lebensbedingungen, in welchen Individuen, Familien und Gemein-schaften sich ausgewogen ernähren, ausreichend bewegen und dadurch ihre Gesundheit fördern."

Bedarf

Der Bedarf für ein Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogramm in der Schule ist aus-gewiesen. In den kantonalen Aktionsprogrammen der Gesundheitsförderung Schweiz und dank der Aktivitäten des BASPO und weiterer Akteure ist ein Pool von bewährten Projekten und Angeboten entstanden, die Bewegung und ausgewogene, genussvolle Ernährung in der Schule gezielt fördern. Die Förderung von Bewegung und ausgewogener Ernährung erweisen sich z.B. für die Vorbeugung der steigenden Prävalenz von Übergewicht und Adipositas als am meisten Erfolg versprechend.

In der Kindheit werden persönliche Verhaltensweisen bzw. Gewohnheiten stark geprägt und die für eine gesunde Lebensweise erforderlichen Alltagsfähigkeiten und Kompetenzen erlernt. Bewegung ist ein natürliches Bedürfnis der Kinder und der Schlüssel zu einem gesunden Selbstbewusstsein. Diesem Bewegungsdrang soll auch die Schule gerecht werden mit vielseitigen Bewegungs- und ausgewogene Ernährungsangeboten. Sie fördert damit die Konzentrationsfähigkeit, Ausgeglichenheit und Motivation der Kinder.

Purzelbaum Schweiz verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz der Bewegung, Entspannung, Ernährung sowie der Stärkung der eigenen Persönlichkeit.

Bedürfnisse

Die nationale Plattform Purzelbaum Schweiz wird den organisch wachsenden Bedürfnissen seitens vieler Akteure gerecht, welche das Projekt Purzelbaum erfolgreich umsetzen oder umgesetzt haben:

• Projektleitende suchen nach Abschluss des Coachings eine Möglichkeit, um Informationen, Evaluationen und Erfahrungen auszutauschen und Neuigkeiten zu Entwicklungen aus der Praxis und Wissenschaft zu erhalten. Sie wünschen eine Anlaufstelle für Kurzberatungen.

• Lehrpersonen und Erziehende aus abgeschlossenen Projekten (namentlich Purzelbaum) suchen Unterstützung zur Überführung in die langfristige Verankerung von Bewegung und gesunder Ernährung in den Schul- und Kitaalltag. Gewünscht werden ebenfalls ergänzende Weiterbildungen und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit andern Purzelbaum-Lehrpersonen.

• Eine Evaluation der ersten Projektphase des Purzelbaum-Coachings mit 4 beteiligten Kantonen, resp. Gemeinden, zeigte deutlich, dass die professionelle Begleitung und der Erfahrungsaustausch massgeblich zum Projekt- und Multiplikationserfolg beigetragen haben. In dieser Gruppe hat sich zusammen mit den Kindergärten Basel-Stadt bereits ein kleines Purzelbaum-Netzwerk gebildet. Die Beteiligten wünschen eine schweizweite Vernetzung und Weiterentwicklung.

• Die Beteiligten der Coachings wollen sich bereits vor Abschluss der Projektphase und Überführung in die langfristige Verankerung im pädagogischen Konzept mit anderen Purzelbaum-Projektleitenden und -Umsetzenden vernetzen und austauschen.

Purzelbaum Schweiz bindet weitere Akteure ein:

• Projektleitende von themenübergreifenden Projekten für Kinder äussern aktiv das Bedürfnis nach einer Vernetzung und Einbindung in eine Struktur.

• Durch die bereits erfolgreiche Verbreitung des Purzelbaumkonzepts, haben einige pädagogische Hochschulen das Bedürfnis nach der entsprechenden Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen aufgenommen und suchen selbst aktiv den Austausch mit der Praxis. × Ausgangslage

Die nationale Plattform Purzelbaum Schweiz wird den organisch wachsenden Bedürfnissen seitens vieler Akteure gerecht, welche das Projekt Purzelbaum erfolgreich umsetzen oder umgesetzt haben:

• Projektleitende suchen nach Abschluss des Coachings eine Möglichkeit, um Informationen, Evaluationen und Erfahrungen auszutauschen und Neuigkeiten zu Entwicklungen aus der Praxis und Wissenschaft zu erhalten. Sie wünschen eine Anlaufstelle für Kurzberatungen.

• Lehrpersonen und Erziehende aus abgeschlossenen Projekten (namentlich Purzelbaum) suchen Unterstützung zur Überführung in die langfristige Verankerung von Bewegung und gesunder Ernährung in den Schul- und Kitaalltag. Gewünscht werden ebenfalls ergänzende Weiterbildungen und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit andern Purzelbaum-Lehrpersonen.

• Eine Evaluation der ersten Projektphase des Purzelbaum-Coachings mit 4 beteiligten Kantonen, resp. Gemeinden, zeigte deutlich, dass die professionelle Begleitung und der Erfahrungsaustausch massgeblich zum Projekt- und Multiplikationserfolg beigetragen haben. In dieser Gruppe hat sich zusammen mit den Kindergärten Basel-Stadt bereits ein kleines Purzelbaum-Netzwerk gebildet. Die Beteiligten wünschen eine schweizweite Vernetzung und Weiterentwicklung.

• Die Beteiligten der Coachings wollen sich bereits vor Abschluss der Projektphase und Überführung in die langfristige Verankerung im pädagogischen Konzept mit anderen Purzelbaum-Projektleitenden und -Umsetzenden vernetzen und austauschen. Purzelbaum Schweiz bindet weitere Akteure ein.

• Projektleitende von themenübergreifenden Projekten für Kinder äussern aktiv das Bedürfnis nach einer Vernetzung und Einbindung in eine Struktur.

• Durch die bereits erfolgreiche Verbreitung des Purzelbaumkonzepts, haben einige pädagogische Hochschulen das Bedürfnis nach der entsprechenden Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen aufgenommen und suchen selbst aktiv den Austausch mit der Praxis.

Ähnliche (eigene oder fremde) Interventionen

Die Multiplikation schnitz und drunder ist ähnlich aufgebaut wir Purzelbaum Schweiz. Eine Zusammenarbeit ist durch die gemeinsame Einbettung in RADIX Gesunde Schulen gegeben.

Prinzipien der Gesundheitsförderung

Gesundheitliche Chancengleichheit

Die Ausrichtung der Angebote sind auf die spezifischen Bedürfnisse, den Kontext der Alterszielgruppe und ihrer Diversität sowie des Settings angepasst, um Diskriminierungen entgegen zu wirken und die Chancengleichheit zu fördern."

Empowerment

Die Befähigung aller im Projekt involvierten Zielgruppen wird als wichtiges Handlungsprinzip wie folgt angewendet: Kinder: Wenn Kinder und Jugendliche erfahren und lernen, unter welchen Umständen und Bedingungen sie gut lernen und leistungsfähig arbeiten können, trägt das zum Gefühl bei, dass sie ihr Leben handhaben, verstehen und sinnerfüllt gestalten können. Der sogenannte «Sinn für Kohärenz» ist eine Kompetenz, die eine wesentliche Dimension von Gesundheit darstellt. Das Vertrauen in Lernerfolge wird mit dem Fokus auf das Selbstwirksamkeitskonzept gestärkt.

Lehrpersonen und Erziehende: Sie werden von den Projektleitungen dazu angeleitet, das eigene Handeln zu reflektieren und bewegtes Lernen sowie ausgewogene und genussvolle Ernährung in den Alltag zu übernehmen.

Projektleitende: Die Projektleitenden werden durch ein professionelles Coaching darin unter-stützt, ihre Moderationsrolle wahrzunehmen, ihre Arbeit zu reflektieren und nach der Umset-zung mit der ersten Teilnehmer/-innengruppe selbständig weiterzuführen.

Partizipation

Das Projekt setzt einen klaren Rahmen und stellt Inhalte zur Verfügung. In der Umsetzung wird jedoch sehr bewusst auf einen grossen Handlungsspielraum gesetzt. Die Projektleitenden der Kantone sowie die Lehrpersonen und Erziehende sollen die Projektinhalte ihren Bedürfnissen und ihrem Kontext entsprechend realisieren. In der Umsetzung heisst dies konkret, dass viele Entscheidungen von den Beteiligten getroffen, eigene Vorstellungen in Frage gestellt und bereits geplante Vorhaben immer wieder überprüft werden. Der Einbezug des Teams für die Verbreitung im ganzen Setting ist relevant für den Erfolg. Eine interne, nicht veröffentlichte niedersächsische Evaluation zeigt, dass es einen wesentlichen qualitativen Unterschied macht, ob Themen und fertige Präventionsprogramme von aussen an Schulen herangetragen werden, oder ob Schulen Themen als wichtig priorisieren und dann die relevanten Teilaspekte des Themenfelds massgeschneidert angehen und schulspezifische Lösungen finden

Projektplanung

Vision

„Die Schweiz bietet Kindern institutionelle Lebensbedingungen, in welchen sie sich ausgewogen ernähren, ausreichend bewegen und dadurch ihre Gesundheit fördern.“ Purzelbaum Schweiz wird schweizweit als Plattform für Vernetzung, Erfahrungsaustausch, Beratung und Coaching, Information, praktische und wissenschaftliche Kompetenz und Weiterentwicklung wahrgenommen und genutzt.

Strategien

1. Kommunikation
2. Support
3. Intervention mit den kantonalen Fachstellen
4. Verankerung

Settings

1. Kindertagesstätten
2. Kindergärten
3. Primarschulen

Zielgruppen der Intervention

1. Lehrpersonen Kindergarten
2. Lehrpersonen Primarstufe
3. Erziehende Kitas
4. Projektleitende Kantone
5. Kinder 0 - 5
6. Kinder 4 - 7
7. Kinder 6 - 12

Zielsetzung

1. Multiplikation Die Multiplikation des Konzepts Purzelbaum ist gesichert, jährlich kommen neue Kindergärten, Schulen und Kitas dazu
2. Verankerung Die Verankerung ist durch die Plattform-Aktivitäten gestärkt
3. Support Die Akteure sind bei der Umsetzung des Konzepts in ihren Settings unterstützt
4. Weiterentwicklung Das Konzept Purzelbaum ist weiterentwickelt
5. Vernetzung Synergien mit bestehenden Strukturen und Angeboten sind genutzt. Akteure sind vernetzt.
6. Qualitätssicherung Die Qualität der Mulitplikation mit den Kantonen ist gesichert.

Meilensteine

1. Zwischenbilanz (30.06.2014)
2. interkantonale Tagungen d/f (29.11.2014)
3. Zwischenbilanz (29.06.2015)
4. interkantonale Tagungen d/f (30.11.2015)
5. Zwischenbilanz (30.06.2016)
6. interkantonale Tagungen d/f (30.11.2016)

Massnahmen

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Name** | **Ziel** | **Verantwortlich** | **Beginn** | **Ende** |
| Erfa-Treffen PL | 1 | – | 04.01.2013 | 31.12.2020 |
| interkantonale Tagungen | 2 | – | 08.01.2013 | 31.12.2020 |
| Coachings | 3 | – | 03.01.2013 | 31.12.2020 |
| Homepage, Newsletter | 4 | – | 03.01.2013 | 31.12.2020 |
| Konzept zur langfristigen Verankerung | 5 | – | 11.03.2014 | 21.03.2014 |
| Stärkung Elternarbeit | 6 | – | 11.03.2014 | 18.12.2015 |
| Pilotprojekt in Primarschulen | 7 | – | 31.07.2013 | 27.11.2015 |
| Stärkung psychische Gesundheit Bewegung und Selbstwirksamkeitserwartung spezifisch stärken | 8 | – | 27.11.2014 | 31.12.2020 |

Projektorganisation

Projektstruktur

Purzelbaum Schweiz unterstützt die Umsetzung und Verankerung von Purzelbaum in den Kantonen. In den Kantonen sind die strategischen und opertiven KAP-Leitenden für die Umsetzung verantwortlich.

|  |  |
| --- | --- |
| Cornelia Conrad Zschaber www.quint-essenz.ch | Version: 11.03.2014 Bericht erstellt am: 17.04.2014 |