

Herzlich Willkommen

zum Workshop

Wir können (auch) Gesundheit! – Gemeinsam auf dem Weg zur gesundheitskompetenten Einrichtung

im Rahmen des Projektes  **Gesundheit**
Wissen. __ Weitergeben. __ Wirken.





Was erwartet Sie heute?

- **9:30 – 10:00 Uhr**
Begrüßung und Einführung
(Organisationale) Gesundheitskompetenz – Was ist das eigentlich?
- **10:00 – 10:30 Uhr**
im Gespräch mit Daniela Kern-Stoiber und Daniel Lüdecke
Was bedeutet Gesundheitskompetenz im Alltag?
- **10:30 – 11:00 Uhr**
Was haben Einrichtungen davon, sich zu bewerben?
- **11:00 – 11:30 Uhr**
Nachgefragt! Zeit für Ihre Fragen zum Bewerbungsverfahren



Wir können (auch) Gesundheit! – Gemeinsam auf dem Weg zur gesundheitskompetenten Einrichtung

Gesundheitskompetenz – Was ist das eigentlich?

Einführung / Auftakt-Workshop

im Rahmen des Projektes **GESUNDHEIT: Wissen.Weitergeben.Wirken.**

08.11.2023 | Petra Hofrichter | HAG

Was Menschen zu Gesundheit bewegen kann...

Ist das normal, was in mir vorgeht?

Wo kann ich mich richtig auspowern, hab kein Geld fürs Fitnessstudio.

Ich hab das Gefühl, ich bin damit ganz alleine.

Ich habe Angst davor, dass mir das Kind entgleitet.

Keine Ahnung, wer mir hier weiterhelfen kann.

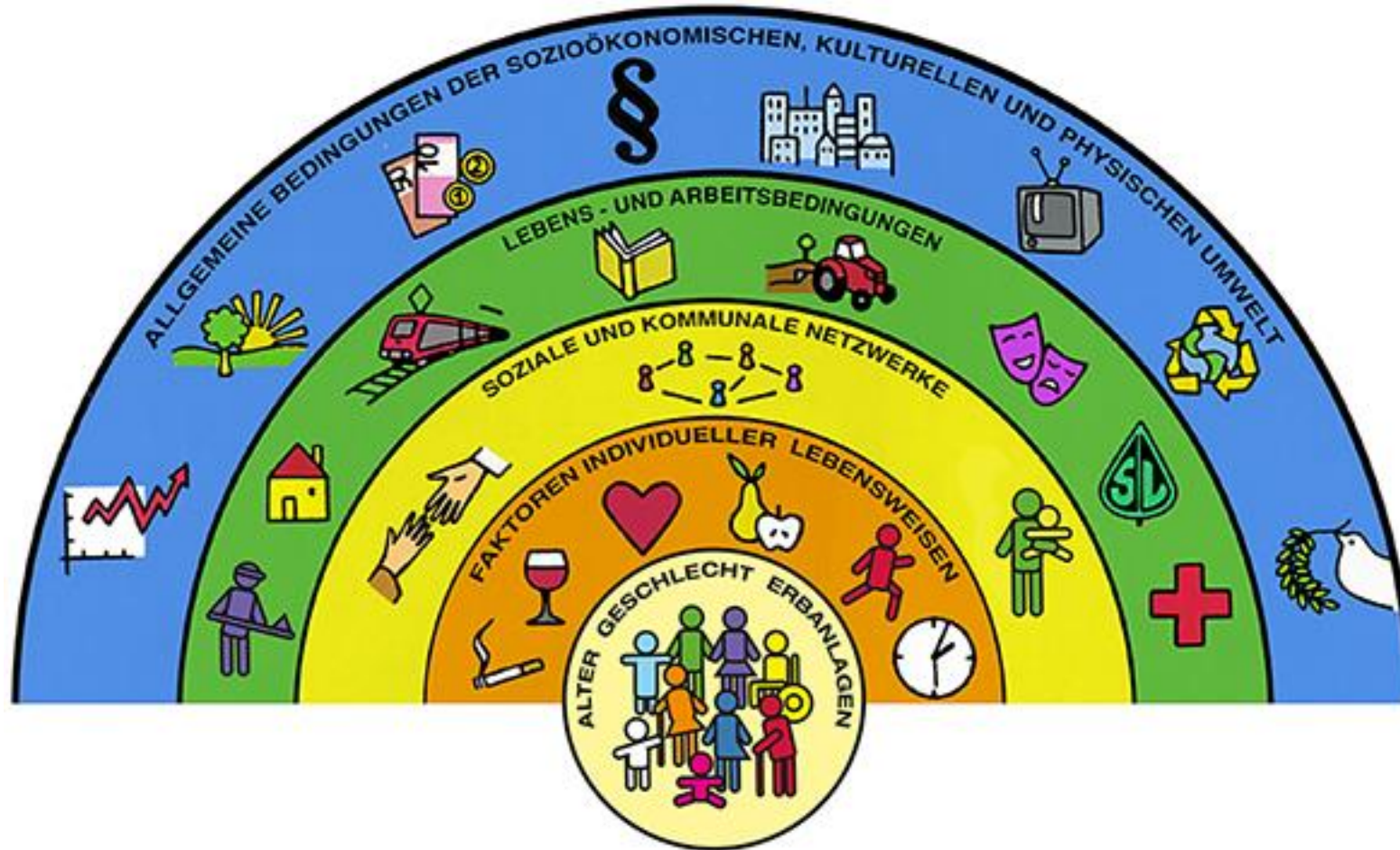
Im Internet habe ich dazu ganz viel gefunden, voll schrecklich. Das hab ich.

Ich weiß nicht, wie man das nennt und verstehe das alles nicht.

Gesundheit – ein höchst persönliches und komplexes Thema

Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt:
dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.
Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt,
dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen
und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben
sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt,
Bedingungen herstellt, die all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen
(Ottawa-Charta der WHO, 1986).

Wie entsteht und bleibt Gesundheit?



Was es hier braucht – der Ansatz der Gesundheitskompetenz

„In die Lage versetzt sein, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben.“ (Ottawa-Charta der WHO, 1986)

Gesundheitskompetenz als individuelle Fähigkeit, Informationen rund um Gesundheit zu finden, zu verstehen, zu bewerten und daraufhin Entscheidungen für die (eigene) Gesundheit zu treffen.



Ansprechpersonen, zu denen Vertrauen besteht.

Zugang zu guten Informationen

Informationen für sich nutzbar machen können (z.B. Sprache)

Orte, um Gesundheit zu leben, Unterstützung und Versorgung zu finden.

Erleben von Zugehörigkeit und Selbstwirksamkeit

Dafür in den Einrichtungen



den Rahmen geben

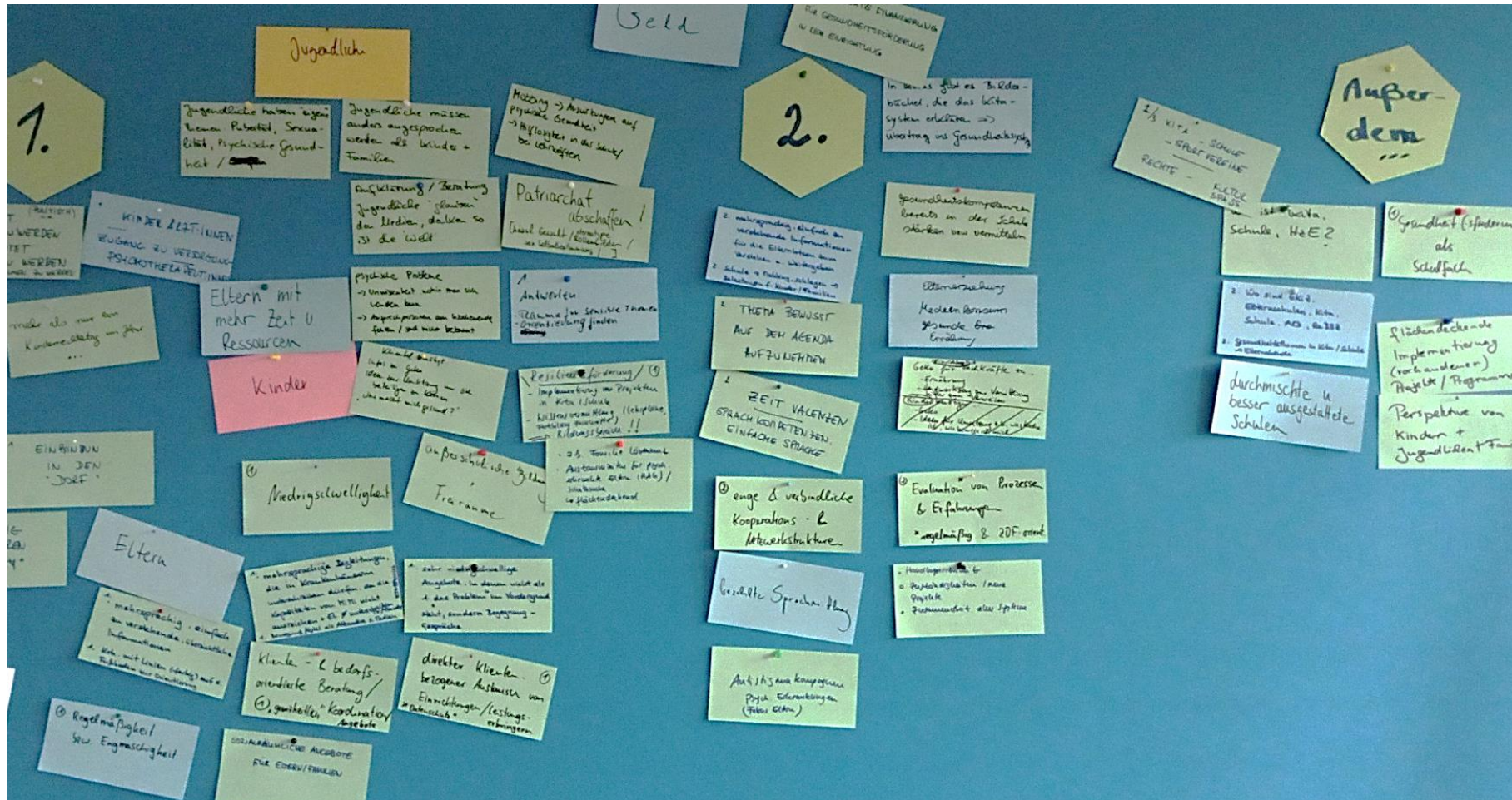
Kompetenz der Fachkräfte



**Organisationale
Gesundheitskompetenz**

Kompetenz der Einrichtung/Organisation

Schließt das an Ihre Praxis an?



Was brauchen Kinder, Jugendliche und ihre Eltern?

- „Antworten. Räume für sensible Themen. Orientierung finden.“
- „Sehr niedrigschwellige Angebote, in denen nicht das Problem im Vordergrund steht, sondern Begegnung und Gespräche.“
- „Gehört werden. Geachtet werden. Angesprochen zu werden.“

Was brauchen Sie in Ihren Einrichtungen?

- „Thema bewusst auf die Agenda nehmen.“
- „Zeit. Sprachkompetenzen. Einfache Sprache.“
- „Gesundheitskompetenzen für Fachkräfte zu Ernährung, ...“
- „Handlungssicherheit.“





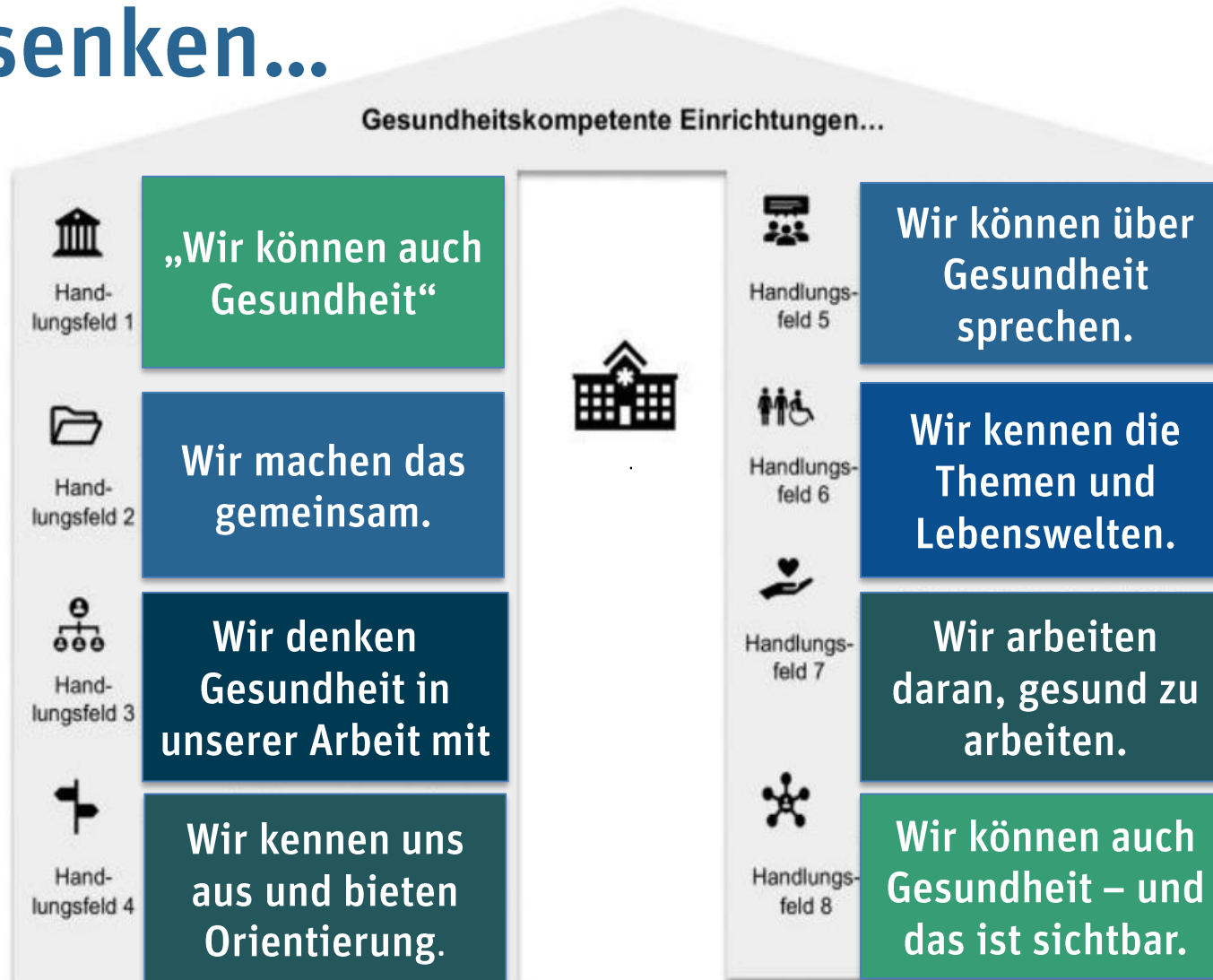
Und was noch?

- „Enge, verbindliche Kooperations- und Netzwerkstrukturen.“
- „Evaluation von Prozessen und Erfahrungen.“
- „Patriarchat abschaffen
→ Häusliche Gewalt. Stereotype Rollenbilder.
Sexuelle Selbstbestimmung.“
- ...

Es ist ihnen als Thema wichtig!



Schwellen senken...



Vielen Dank!

Ich freue mich auf die
gemeinsame Diskussion.





Gesundheit

Wissen. Weitergeben. Wirken.



Hamburgische Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung e.V.

Haben Sie noch Fragen?

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

Projekt GESUNDHEIT:
Wissen. Weitergeben. Wirken

Projektkoordination und -umsetzung

Moritz Schönfeld und Silke Prüßner

2880364-24

silke.pruessner@hag-gesundheit.de

www.hag-gesundheit.de/gesundheitskompetenz

Instagram [@hag.gesundheit](https://www.instagram.com/hag.gesundheit)

[LinkedIn](#)