

# Wer sind wir?

---

- LWB- Lichtenberger Werkstätten gemeinnützige GmbH
- 1 von 17 Werkstätten in Berlin
- Projekt-Partner der KHSB



# LWB und Projekt Gesund!?

---

- Das Projekt Gesund ist eine Initiative der KHSB
- Gesundheitsförderung von und für Menschen mit Lernschwäche
- Wurde in enger Zusammenarbeit (u.A.) mit der LWB entwickelt
- Seit 2021 eine feste Arbeitsgruppe in der LWB





# GESUND!

Entstehungs-Phase (1. & 2. Förder-Phase)

Praxis-Umsetzung



# 1. Förderphase 2015-2018



Ziele:



Motivation und Bewusstsein zum Thema  
Gesundheit aktivieren und stärken



Gemeinsame Festlegung von Themen



Einführung in und Entdeckung von  
Möglichkeiten der Forschung

# 1.Förderphase 2015-2018

- Erstellung eines kleinen Teams von Menschen mit Lernschwäche aus der LWB
- Durchführung einer Befragung zur Wahrnehmung von Gesundheit
- Dadurch das Gesundheits-Bewusstsein, sowie die Gesundheitskompetenz der Team-Mitglieder stärken
- Es folgte die **gemeinsame Erstellung einer ersten Fragestellung**
- Weitere Projekte mit Bezug zur Gesundheit (Rap-Video, Kreative Projekte,...)

# Erste Fragestellung

---

- Welche Themen beschäftigen die Team-Mitglieder?
  - Gesundes Essen
  - Lärm im Betrieb
- Befragung in den Abteilungen der LWB
  - Insgesamt ca. 250 Fragebögen
- Daten wurden gesammelt und Ergebnisse ausgewertet
- Lösungsansätze wurden besprochen und geprüft
  - Sowohl im Team, als auch mit den Verantwortlichen



# 2.Förderphase 2018-2020



Ziele:



Erstellung von Seminaren zu Gesundheits-Themen mit allen Beteiligten



Bildung nach der Peer-to-Peer Methode



Eine möglichst große Zielgruppe erreichen



Qualifizierung der Mitforschenden zu (Co-)Referent\*innen

# 2.Förderphase 2018-2020

- Zusammenstellung eines Forscher-Teams
  - 7 Beschäftigte aus der & 4 Mitforscher der KHSB
- Wöchentliche Treffen in der KHSB
- Erstellung von Seminaren rund um das Thema Gesundheit
- Einhaltung fester Schritte bei der Erstellung der Seminare



# Der partizipative Arbeitsprozess anhand strukturierter Schritte

---

- Gemeinsame Festlegung des Gesundheits-Themas

- Informationen sammeln

- (online) Recherchen
- Expert\*innen-Interviews  
(Ärzte, BMEL, buddhistische Zentren, Verbraucherzentrale, Recycling-Höfe)

- Formulierung der Ziele

- Was genau wollen wir mit dem Seminar erreichen?

- Erarbeiten von Seminar-Materialien und Durchführung von Probe-Seminaren



# Welche Seminare können wir anbieten?

- Bis jetzt sind 4 Seminare zu verschiedenen Gesundheits-Themen entstanden
- Was stärkt das Herz
- Tschüss Zucker, Tschüss Einweg-Flasche
- Von Apfel bis Zwiebel- Knackig bleiben, Müll vermeiden
- Cool bleiben-Stress vermeiden

# Der eigentliche Plan in der LWB...

- Einander kennenlernen
- Die Inhalte und Ergebnisse des Projektes zu einem Teil der allgemeinen Bildung in der LWB machen
- Alle bisherigen Materialien sichten und auf nötige Veränderungen & Ergänzungen prüfen
- Sich in der Dozent\*innen-Rolle einfinden und wohlfühlen
- Die Seminar-Reihe regelmäßig LWB-intern anbieten
- Die Seminar-Reihe zu einem späteren Zeitpunkt ebenfalls für externe Interessenten anbieten

# ...und wie es dann abgelaufen ist

---

- Erste externe Anfrage nach wenigen Monaten
- Entscheidung ob wir am eigentlichen Plan festhalten, oder die Chance nutzen
  
- Entscheidung für die externe Anfrage
- Mit sehr viel Arbeit in kurzer Zeit verbunden. Am Ende hat sich die ganze Mühe jedoch gelohnt.



# Was wollen wir erreichen?

---

- Die entstandenen Seminare weiterhin so gestalten, dass möglichst vielen Menschen der Zugang zur Gesundheits-Bildung ermöglicht und leichter gemacht wird
- Und wie können wir das tun?
- Möglichst viele Sinne ansprechen durch eine Vielzahl an Ansätzen (einfache Texte, offene Gesprächsrunden, Veranschaulichungen mit Videos und Bildern, Hör-Aktivitäten, Fühlen und Riechen)
- Einfache Informations-Vermittlung, über interaktive Spiele bis hin zum Einsatz digitaler Tools
- [Was wird am meisten getrunken? \(learningapps.org\)](http://learningapps.org)
- Feedback und Kritik immer ernst nehmen und bei der weiteren Arbeit berücksichtigen



Vielen Dank!

