

Gemeinsame Pressemitteilung

Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) – Landesvertretung Hessen
Unfallkasse Hessen
Gewerbliche Schulen des Lahn–Dill–Kreises
Lahn–Dill–Kreis
Mehr Zeit für Kinder e. V., Frankfurt

#regionalstark

Präventionsprojekt „Entspannung erlernen und vermitteln“ geht im Lahn–Dill–Kreis an den Start

Frankfurt/Dillenburg, 17.11.2023 – Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Landesvertretung Hessen, die Unfallkasse Hessen und der Lahn–Dill–Kreis haben heute das Präventionsprojekt „Entspannung erlernen und vermitteln“ in Dillenburg vorgestellt. Das Projekt wird durch den Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) im Auftrag der Ersatzkassen und durch die Unfallkasse Hessen für zwei Jahre gefördert.

Das Präventionsprojekt wird bereits seit Sommer 2023 im Landkreis Waldeck–Frankenberg durchgeführt und wurde jetzt auf den Lahn–Dill–Kreis ausgeweitet. Zielgruppe des Präventionsprojekts sind Erzieherinnen und Erzieher sowie Sozialassistentinnen und –assistenten in Ausbildung an den Gewerblichen Schulen des Lahn–Dill–Kreises in Dillenburg. Sie und ihre Lehr- und Leitungskräfte sollen in der Ausbildung eigenverantwortlich Entspannungseinheiten für Kita–Kinder entwickeln und in den Einrichtungen umsetzen können. Die Themen Gesundheit im Allgemeinen und Entspannung/ Stressbewältigung im Speziellen sollen durch das Projekt auch bei Erwachsenen in den Bildungs- und Betreuungseinrichtungen etabliert werden.

Federführend für die Veröffentlichung:

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), Landesvertretung Hessen,
Walter–Kolb–Straße 9–11, 60594 Frankfurt
Heike Kronenberg, Telefon: 069 / 96 21 68 20, E–Mail: heike.kronenberg@vdek.com

Bei der Planung, Entwicklung und Umsetzung des Projektes werden die Berufsschulen vom Verein „Mehr Zeit für Kinder e. V.“ (MZfK) unterstützt. MZfK verfügt über langjährige Erfahrungen im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung. Um die Schülerinnen und Schüler in ihrer jeweiligen Einrichtung auch persönlich zu unterstützen, bietet MZfK z.B. eine Sprechstunde für die individuelle Beratung und Unterstützung bei Fragen zur Umsetzung von Maßnahmen während der Praxisphasen in den Bildungs- und Betreuungseinrichtungen.

„Mit dem Erlernen von Entspannungstechniken, insbesondere von bildschirmfreier Entspannung, kann man nicht früh genug anfangen. Dies fördert gerade in diesen Zeiten die mentale Gesundheit der Kinder und Erwachsenen und kann stressbedingten Erkrankungen vorbeugen. Wir freuen uns über den Start des Projektes im Lahn-Dill-Kreis“, betont Christian Müller, Leiter des Kreis-Gesundheitsamtes und Facharzt für öffentliches Gesundheitswesen.

„Das Präventionsgesetz vom 25. Juli 2015 und die von der Nationalen Präventionskonferenz beschlossenen Bundesrahmenempfehlungen nehmen ungleiche Gesundheitschancen verstärkt in Angriff. Gerade in benachteiligten Lebenslagen im ländlichen Raum schafft der Zugang zu gesundheitsfördernden Maßnahmen mehr gesundheitliche Chancengleichheit für Schülerinnen und Schüler an beruflichen Schulen und für Kita-Kinder. Denn hierbei dürfen weder der Wohnort noch die Lebenssituation eine Rolle spielen. Die Lebenswelten Kindertagesstätte und berufliche Schulen sind der ideale Ort, um den Grundstein für gesundheitsgerechtes Handeln und die Entwicklung von Gesundheitskompetenzen zu legen. Der vdek und die Ersatzkassen freuen sich daher sehr, dass das Präventionsprojekt „Entspannung erlernen und vermitteln“ nun auch im Lahn-Dill-Kreis startet, denn gute Präventionsarbeit stärkt langfristig die Gesundheit aller und leistet einen wichtigen Beitrag zur Herstellung von gesundheitlicher Chancengleichheit“, sagt Claudia Ackermann, Leiterin der vdek-Landesvertretung Hessen.

„Die Unfallkasse Hessen kümmert sich um die Sicherheit und Gesundheit von rund 3 Millionen Beschäftigten des öffentlichen Dienstes, Schülerinnen und Schülern, Studierenden und Kindergartenkindern in Hessen. Ein wichtiges Thema dieser Prävention sind die psychischen Belastungen, für Kindergartenkinder und für Beschäftigte. Mit der Unterstützung dieses Projekts fördert die Unfallkasse Hessen zum einen die Fähigkeit der späteren Beschäftigten von

Federführend für die Veröffentlichung:

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), Landesvertretung Hessen,

Walter-Kolb-Straße 9-11, 60594 Frankfurt

Heike Kronenberg, Telefon: 069 / 96 21 68 20, E-Mail: heike.kronenberg@vdek.com

Kitas – und damit indirekt von Kita-Kindern – besser mit diesen Belastungen umzugehen. Zum anderen bietet das Projekt die Chance, Sicherheit und Gesundheit fest in der Organisation der teilnehmenden Einrichtungen zu verankern. Damit diese Themen bei Entscheidungen nachhaltig mitgedacht werden, bietet die Gefährdungsbeurteilung die Chance, auch die psychischen Belastungen im Team zu erheben und gemeinsam zu überlegen, mit welchen Schritten man sie reduzieren könnte. Daher ist dieses Projekt ein wichtiger Impuls sowohl mit Blick auf die Verhaltens- als auch auf die Verhältnisprävention- damit diese Themen bei Entscheidungen automatisch und nachhaltig mitgedacht werden“, erläutert Oliver Mai, Präventionsexperte der Unfallkasse Hessen, die Gründe für die Unterstützung des Projekts durch die UKH.

Christine Klingelhöfer, Studienrätin an den Gewerbliche Schulen des Lahn-Dill-Kreises, erklärt: „Kindheit hat sich in den letzten 30 Jahren stark verändert- wir sprechen von einer Entsinlichung der Lebenswelt. Kinder wachsen in einer zunehmend medialisierten Welt auf und konsumieren ihre Eindrücke passiv über Videoclips und Computerspiele. In der Konsequenz sehen sich viele Kinder einer Reizüberflutung gegenübergestellt und sind oft kaum in der Lage, ein Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung herzustellen. Aus diesem Grund sind wir als Fachschule sehr dankbar, unseren Beitrag leisten zu können, indem wir mit Hilfe des Vereins pädagogische Fachkräfte befähigen, gesundheitsförderliche Strukturen zunächst für sich und weiterführend als Multiplikator:innen auch für Kinder und Jugendliche aufzubauen.“

„Uns ist es wichtig, dass die Studierenden praxisnah erfahren, wie sich Gesundheitsthemen im Einrichtungsalltag mit Kindern integrieren lassen. Ziel ist es, die angehenden Erzieher:innen als Multiplikator:innen so auszubilden, dass sie eigenständig Inhalte in ihren Praxisphasen und im Anschluss an ihre Ausbildung umsetzen können“, erklärt Katrin Bunk, stellv. Geschäftsführung von MZfK, die Herangehensweise.

Federführend für die Veröffentlichung:

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), Landesvertretung Hessen,
Walter-Kolb-Straße 9-11, 60594 Frankfurt

Heike Kronenberg, Telefon: 069 / 96 21 68 20, E-Mail: heike.kronenberg@vdek.com