



Berufliches Gymnasium erlebt Gesundheitsförderung zum Anfassen

08.05.2023 Aktuelles Gesundheitsnetz Pressemitteilungen
FB5_Gesundheit_Verbraucherschutz_Veterinaerwesen

Im Rahmen des Strukturaufbaus hat die Koordinierungsstelle für Gesundheitsförderung und Prävention in Zusammenarbeit mit den Beruflichen Schulen Eschwege ein Projekt zur Bedarfsermittlung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen zur Thematik Gesundheitsförderung und Prävention im Werra-Meißner-Kreis durchgeführt.

Dieses Projekt soll dazu dienen, Daten der Jugendlichen bzw. jungen Erwachsenen, auf der Schwelle von Schule zum Beruf bzw. Studium, zu erheben. Schließlich weiß die Zielgruppe am besten, welche Bedarfe und Zugänge es benötigt, um Gesundheitsförderung und Prävention in ihren Alltag zu integrieren. Mithilfe der Ergebnisse der Befragung sollen auf die Zielgruppe angepasste Maßnahmen entwickelt werden.

Während des Projektes wurde mit den Schüler*innen der 13. Klasse des Beruflichen Gymnasiums – Fachrichtung Gesundheit, im Rahmen mehrerer Projektstunden die Relevanz von Gesundheitsförderung und Prävention, sowie die ersten Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens nähergebracht. Daraufhin wurde gemeinschaftlich mit der Zielgruppe ein Fragebogen zur Thematik entwickelt. Mit diesem Fragebogen führten die beteiligten Schüler*innen, in verschiedenen Klassen unterschiedlicher Schulformen die Befragung durch. Insgesamt haben 212 Schüler*innen aus verschiedenen Schulformen an der Befragung teilgenommen.



Die Kursteilnehmer mit ihren Lehrkräften genossen gemeinschaftlich das gesundheitsförderliche Angebot.



Die Mitarbeiterinnen der Koordinierungsstelle für Gesundheitsförderung und Prävention: Koordinatorin Celine Hesse (l.),

Als Projektabschluss wurde mit der Koordinierungsstelle und den beteiligten Schüler*innen der 13. Klasse ein gesundheitsförderliches Angebot aus dem Kreis wahrgenommen. Daniela Friedrich von CasaVita begleitete die Gruppe durch ihren Kurs Waldbaden im heimischen Wald. Im Rahmen des Kurses erlernten sie Praktiken zum Stressabbau, zum Entschleunigen und wie sie Abstand zu ihrem Alltag bekommen können. Während des mehrstündigen Waldbesuches wurde mit Hilfe verschiedener Übungen das bewusste Erleben des Waldes durch den gezielten Einsatz der Sinne geweckt. Der Wald gibt ihnen Raum und Zeit für Erholung, Kreativität und Gelassenheit. Demnach konnten die Abiturienten und Abiturientinnen ihre Ressourcen stärken und neue Kraft für ihre bevorstehenden Prüfungen sammeln.

studentischen Praktikantin Ann-Kathrin Jansa (m.) und Koordinatorin Anja Fett (r.).

[Download](#)