

GUT DRAUF

bewegen

essen

entspannen

**Gesundheitsförderung in der Arbeit mit Kindern
und Jugendlichen**

**Kongress Armut und Gesundheit
Oliver Schmitz, transfer e.V.**

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



GUT DRAUF – eine lebensweltorientierte Aktion der BZgA zur Verbesserung der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Alter von 5 bis 18 Jahren wird durch Angebote zur **gesunden Ernährung, ausreichenden Bewegung** und **Stressregulation** positiv beeinflusst.

Die Aktion setzt dabei an den Interessen und Bedürfnissen der Mädchen und Jungen an.

GUT DRAUF bietet Kindern und Jugendlichen Spannung, Spaß und Abwechslung – für ein gesünderes Aufwachsen. Dafür stehen vielfältige Methoden und Praxisanleitungen zur Verfügung.

Gesundheitsförderungskultur

GUT DRAUF setzt an auf der

» Verhältnisebene

Ziele:

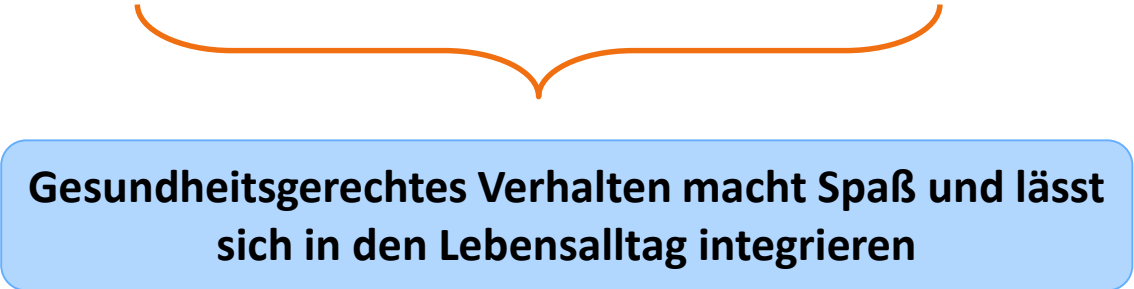
- » Gesundheitsförderliche Lebenswelten schaffen
- » Organisationsentwicklung
- » Berücksichtigung struktureller Rahmenbedingungen

und auf der

» Verhaltensebene

Ziele:

- » Gesunde, ausgewogene und schmackhafte Ernährung
- » Regelmäßige und mit Freude verbundene Bewegung
- » Gelingende Stressregulation



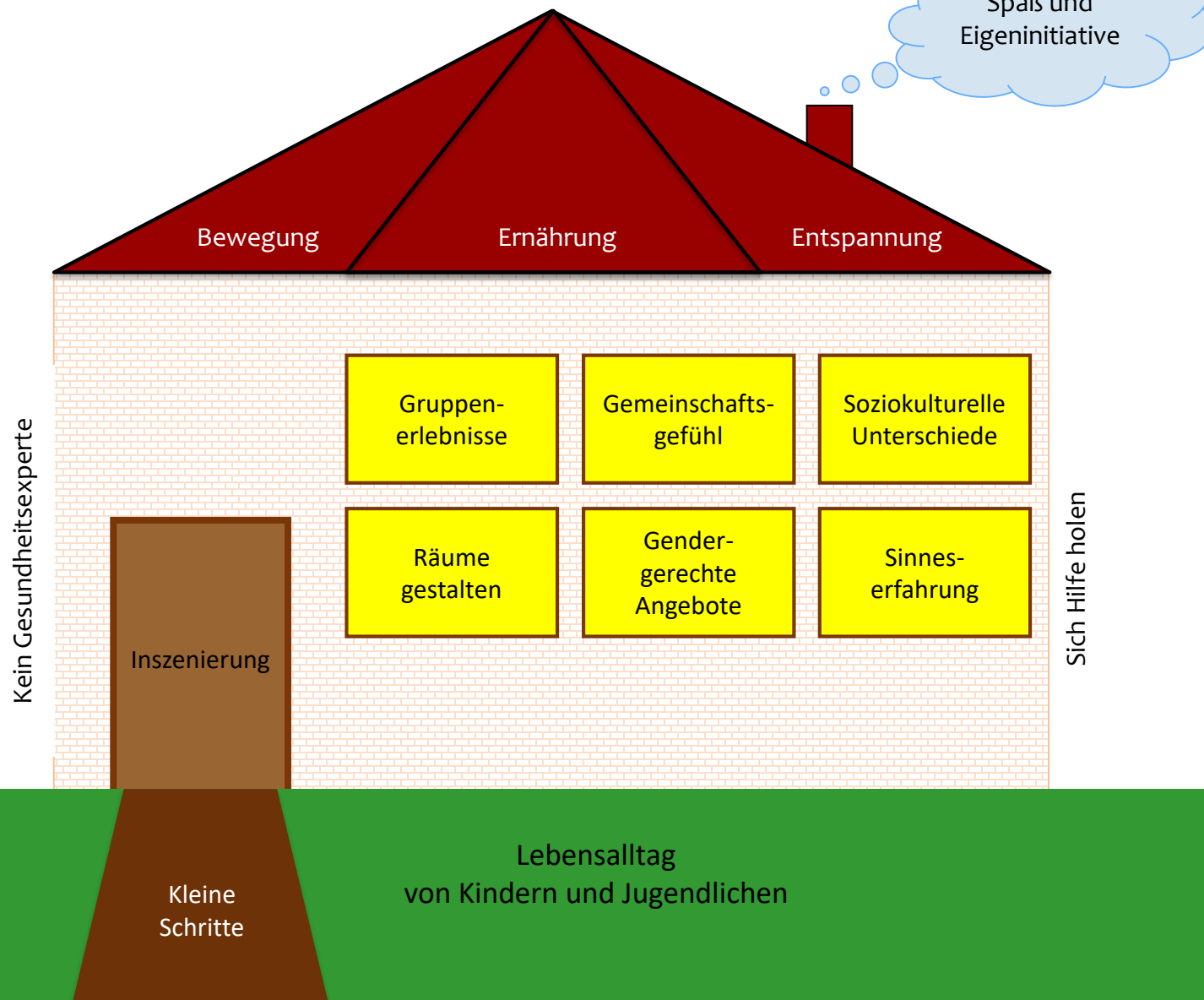
Gesundheitsgerechtes Verhalten macht Spaß und lässt sich in den Lebensalltag integrieren

Wechselwirkung: EBS



Arbeitsprinzipien bei GUT DRAUF

GUT DRAUF
bewegen
essen
entspannen



GUT DRAUF

bewegen

essen

entspannen

Danke für die Aufmerksamkeit!

Viel Spaß und Erfolg mit GUT DRAUF