

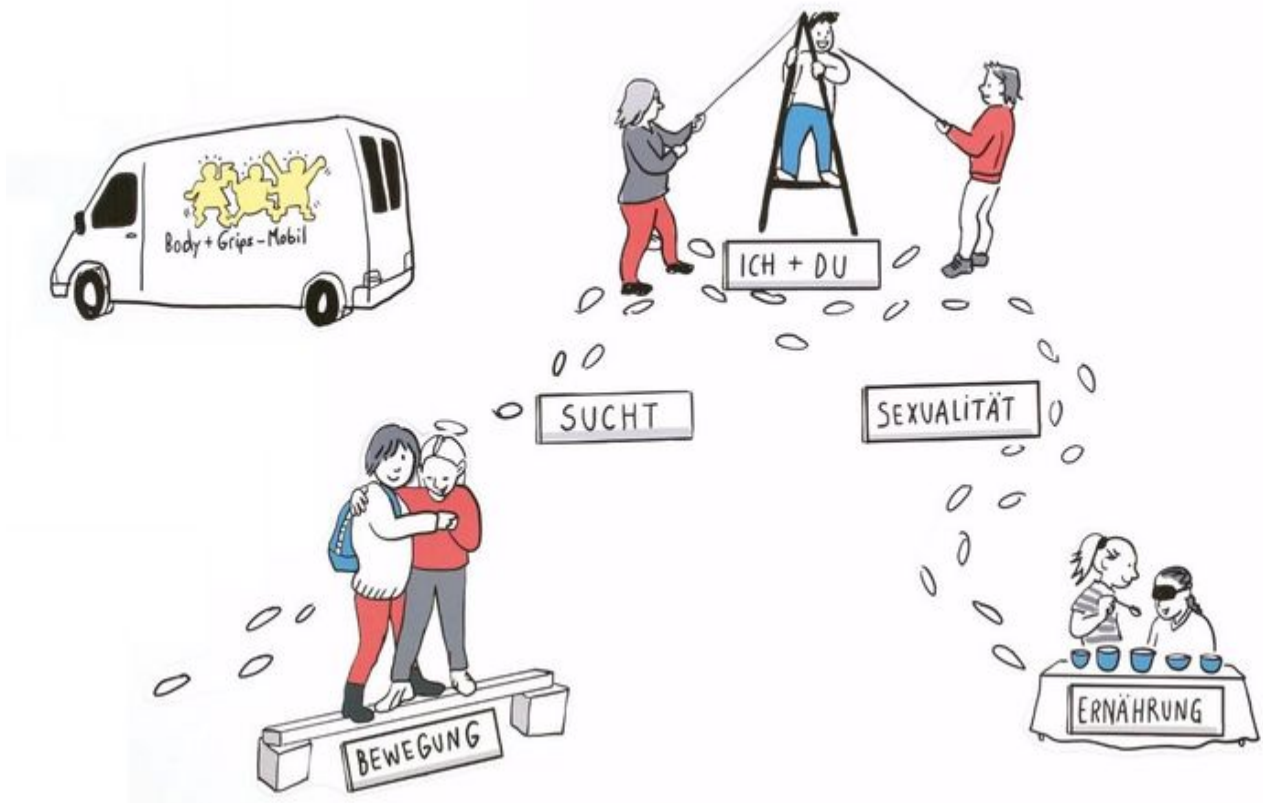
Gesundheit und Body+Grips-Mobil



Mit dem Body+Grips-Mobil können Jugendliche das Thema Gesundheit spielerisch und abwechslungsreich erleben. Hier wird Mitmachen groß geschrieben. Durch die vielfältigen Aktions- und Informationsangebote lernen die Jugendlichen neues und praktisches Wissen über gesundheitsrelevante Inhalte. Dabei sind vor allem Köpfchen, Kreativität und Teamgeist gefragt.

Gesundheit geht uns alle an!

Der "Gesund mit Grips"-Parcours beinhaltet 15 Stationen zu fünf Themenbereichen:



Stationen Bewegung
 Stationen Ernährung
 Stationen Ich & Du
 Stationen Sexualität
 Stationen Sucht

Die Auseinandersetzung mit diesen Inhalten sensibilisiert die Jugendlichen für wichtige Gesundheitsaspekte und ihr eigenes (Gesundheits-)Verhalten.

Der Konzeptansatz geht davon aus, dass körperliches Wohlbefinden stark von der empfundenen körperlichen Gesundheit abhängt, was in den Bereichen "**Bewegung**" und "**Ernährung**" thematisiert wird.

Bekanntermaßen sind aber auch die seelische Verfassung, erlebte Rollenbilder und die sozialen Kontakte im Lebensumfeld für das persönliche Wohlergehen entscheidend. Diese Perspektive wird im Bereich "**Ich & Du**" beleuchtet.

In der Pubertät gewinnen zudem Fragen über Liebe und Freundschaft, Körperbild und sexuelle Vielfalt, gesellschaftliche Werte und Normen, sowie Verhütung für Jugendliche an Brisanz. Diesen Fragen wird im Themenfeld "**Sexualität**" nachgegangen.

Die vielfältigen Facetten von "**Sucht**" werden ebenfalls in einem eigenständigen Bereich thematisiert. Dabei geht es vor allem um Sensibilisierung und

Wissensvermittlung, welche über die Aspekte von Alkohol- und Tabakkonsum hinausreichen.

Was bietet das Body+Grips-Mobil?

- Den "Gesund mit Grips"-Parcours,
- einen Fitness-Test bei dem die Teilnehmenden ihren aktuellen Fitnesszustand testen können,
- Ideen für eine inhaltliche vertiefende Arbeit an einzelnen Themenfeldern oder Stationen (Projektmappe),
- weiterführende und ergänzende Informationen rund um Themen Gesundheit und Fitness (unter anderem Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).

Für wen ist das Body+Grips-Mobil gedacht?

Kernzielgruppe sind Jugendliche im Alter von 11 bis 16 Jahren (die Klassenstufen 6 bis 8 in der Durchführung, die Klassenstufen 9 und 10 in der Stationsbetreuung). Einzelne Inhaltsbausteine sind auch für Grundschülerinnen und Grundschüler sowie junge Erwachsene attraktiv.

Wo kann das Body+Grips-Mobil eingesetzt werden?

Das Mobil kann ganzjährig bei Aktionen des Jugendrotkreuzes, Projekttag an Schulen, Veranstaltungen zum Thema Gesundheitsförderung oder Ferienfreizeiten eingesetzt werden. Es eignet sich sowohl für feste Gruppen als auch für Laufpublikum.

Die Module sind flexibel an verschiedene Gruppengrößen und Räumlichkeiten anpassbar. Alle Komponenten befinden sich in dem Mobil und können ganz individuell auf Ihre Veranstaltungsbedingungen abgestimmt werden.

Wie kommt das Body+Grips-Mobil zu Ihnen?

Sie nehmen Kontakt mit dem Jugendrotkreuz im DRK Landesverband auf. Gemeinsam vereinbaren wir einen Termin und planen Ihre Veranstaltung.

Was organisieren Sie als Veranstalter?

- Ausreichend Platz! (etwa die Fläche eines Schulhofes)
- Witterungsbedingte Ausweichmöglichkeiten (zum Beispiel Klassenzimmer oder Turnhalle)
- Helferinnen und Helfer, welche die Stationen moderieren und betreuen. (Mindestalter von 15 Jahren empfohlen)
- Bereitstellung von Zusatzmaterialien wie Stühle, Tische, Stromanschluss

Was organisieren wir als Landesverband?

- Umfangreiche Beratung und Betreuung für Ihre Veranstaltung
- Detaillierte Informationsmaterialien
- Veranstaltungskoordination durch ausgebildete Teamer (unter anderem Organisation des Auf- und Abbaus, Einweisung der Schülerinnen und Schüler)
- Ansprechpartner während der Veranstaltung
- Unterstützung der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Zur Entwicklung des Projekts

Mitverantwortung für die Gesundheit und die Umwelt ist einer der Arbeitsschwerpunkte

des Jugendrotkreuzes. Bereits seit 1989 ist das Projekt "Gesund mit Grips" fester Bestandteil der Bildungsarbeit im Jugendverband des Deutschen Roten Kreuzes. Im Rahmen des Projektes wurde im Jahr 1994 das erste Body+Grips-Mobil entwickelt.

Auf Basis der mehrjährigen praktischen Erfahrungen im Einsatz sowie unter Berücksichtigung aktueller Studien zu Lernprozessen im Kindesalter und in Anpassung an die sich verändernden Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen wurde das Body+Grips-Mobil im Jahr 2006 nochmals komplett überarbeitet.

Bundesweit gibt es insgesamt fünf Body+Grips-Mobile, in Westfalen-Lippe, Nordrhein, Rheinland-Pfalz, Sachsen-Anhalt und seit Februar 2014 auch eines in Sachsen.

Cookies helfen uns bei der Bereitstellung unserer Inhalte. Durch die Nutzung unserer Webseite erklären Sie sich damit einverstanden, dass wir Cookies setzen. Erfahren Sie mehr

OK