



Gemeinsam für gesundes Aufwachsen

«Gsund ufwachse brucht alli»: Unter diesem Motto hat die Gemeinde Ebnat-Kappel ein neues und zeitgemässes Konzept für Gesundheitsförderung und Prävention von Kindern und Jugendlichen erarbeitet.



Vom Gewaltpräventionskonzept zur umfassenden Gesundheitsförderung

Wie muss Gesundheitsförderung gestaltet sein, damit sie eine Wirkung erzielt? Und was braucht es, damit Kinder und Jugendliche in ihrer Gemeinde gesund aufwachsen können? Ausgehend von diesen Fragen hat sich die Gemeinde dem Thema angenommen, gemeinsam mit dem Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St.Gallen. In einem mehrjährigen Prozess ist ein neues Gesundheitsförderungs- und Präventionskonzept für Kinder und Jugendliche entstanden, das seit Sommer 2023 vorliegt. Zuvor hielt sich Ebnet-Kappel an ihr Konzept aus dem Jahr 2004 zur Prävention von Gewalt. Während rund 15 Jahren wurden verschiedenste Aktivitäten geplant und erfolgreich umgesetzt. Ende 2016 hat die Jugendkommission entschieden, das bestehende Konzept zur Prävention von Gewalt zu überprüfen und ein umfassendes und damit zeitgemässes Gesundheitsförderungs- und Präventionskonzept für Kinder und Jugendliche zu entwickeln. Dieser partizipative Prozess hat sich gleich mehrfach gelohnt: Einerseits sind während der dreijährigen Umsetzungsphase sogenannte Quick Wins entstanden, also Projektideen, die

sich einfach und rasch umsetzen lassen und einen Mehrwert für die Kinder und Jugendlichen schaffen. Andererseits ist das Konzept nachhaltig und langfristig angelegt.

Von Anfang an alle verschiedenen Akteure einbeziehen

«Uns war es wichtig, etwas Neues nicht aus der Not heraus zu erschaffen, sondern dies basierend auf den Bedürfnissen, Gegebenheiten und Wünschen gemeinsam mit den verschiedensten Interessengruppen zu erarbeiten», sagt Susanne Wickli-Läng. Sie hatte als damalige Gemeinderätin und Präsidentin der Jugendkommission in Ebnet-Kappel die Projektleitung für das neue Konzept übernommen. Sie beauftragte das Amt für Gesundheitsvorsorge, den Prozess zu begleiten und das alte Konzept von 2004 thematisch zu erweitern. In der Kernprojektgruppe, die vom Gemeinderat eingesetzt wurde, waren neben der Gemeinde und Jugendarbeit auch die Schulsozialarbeit, die Arbeitsstelle kirchliche Jugendarbeit und eine Schulleitung vertreten. In der erweiterten Projektgruppe wurden zu verschiedenen Zeitpunkten weitere Vertretende von Sportvereinen sowie Elternvertretungen einbezogen.

«Gesundheitsförderung wirkungsvoll gestalten»

In fünf Phasen zum partizipativen Konzept

Die Entwicklung des Konzepts orientierte sich an fünf Phasen, wobei die Partizipation im Zentrum stand.

In einer **ersten Phase** wurden das Vorgehen und die Methoden festgelegt. Die Erfahrung des Amtes für Gesundheitsvorsorge zeigt: «Damit so ein Prozess gelingt, müssen alle zentralen Akteure von Anfang an mit dabei sein. So sitzen von Beginn an alle im selben Boot und es kommt niemand später hinzu, der sich übergeben fühlt oder mit bereits erarbeiteten Punkten nicht einverstanden ist.» Eine weitere Voraussetzung zur Entwicklung eines solchen Konzepts ist, dass die Massnahmen durch verlässliche Daten begründet sind und Kinder und Jugendliche zu Beteiligten werden.

In der **zweiten Phase** wurden Schülerinnen und Schüler der Mittel- und Oberstufe nach ihrem Befinden und ihren Bedürfnissen befragt. Die Online-Umfrage wurde zusammen mit dem Amt für Gesundheitsvorsorge und dem Institut für Soziale Arbeit und Räume der OST – Ostschweizer Fachhochschule erstellt. Die Ergebnisse der Umfrage zeigten: Kinder und Jugendliche wünschen sich, als gleichwertige Mitglieder der Dorfgemeinschaft anerkannt zu werden und mehr Mitsprache- und Mitgestaltungsmöglichkeiten zu haben.

In der **dritten Phase** des Prozesses wurden zwei Mitwirkungsanlässe geplant. An einem professionell moderierten «Open-Space-Anlass» trafen sich Schülerinnen und Schüler der Primarschule und Oberstufen, um ihre Ideen einzubringen. Zu einem zweiten «Open-Space-Anlass» war die gesamte Bevölkerung eingeladen. Im Rahmen der beiden Veranstaltungen mit jeweils 20-30 Jugendlichen und Erwachsenen wurden Vorschläge für konkrete Massnahmen entwickelt und priorisiert.

In der **vierten Phase** galt es, die Massnahmen festzulegen und auszuarbeiten. Unter Berücksichtigung aller Erkenntnisse aus den verschiedenen Phasen wurde das neue Konzept erstellt.

In der **fünften Phase** startete die Umsetzung der definierten Massnahmen und die Verankerung der neuen Leitlinien in der Arbeit aller beteiligten Akteure. Der gesamte Prozess dauerte drei Jahre. Die Corona-Pandemie hat das Vorhaben stark verzögert, da die Möglichkeiten für Partizipation in dieser Zeit eingeschränkt waren. Zentral für ein gutes Ergebnis ist die Beteiligung der verschiedenen Anspruchsgruppen. Diese wurde daher stets höher gewichtet als die Einhaltung des Zeitplanes.



Phase 1

Vorgehen und
Methoden festlegen



Phase 2

Datenbasis und
Online Umfrage



Phase 3

Open Space und
Ideenfindung



Phase 4

Konzeptentwicklung
und Massnahmen



Phase 5

Umsetzung
des Konzepts

Phasen

Ein Lernprozess für alle

Die beiden Open-Space-Anlässe beschreiben die zwei Fachpersonen des Amtes für Gesundheitsvorsorge als Meilensteine: «Gerade rückblickend zeigt sich, dass es die Beteiligung sowie die Offenheit und grosse Bereitschaft seitens der Gemeinde waren, die diesen dreijährigen Prozess erfolgreich werden liessen und nun das neue Konzept ausmachen». Beat Solèr, Leiter der Offenen Kinder- und Jugendarbeit Ebnat-Kappel, ergänzt: «Vor allem während der Anfangsphase wollten nicht alle Beteiligten immer dasselbe. Durch die verschiedenen Inputs mussten einige Punkte nochmals überdacht und diskutiert werden. Davon hat das neue Konzept schlussendlich profitiert.» Ein wichtiger Punkt für ihn ist, dass sich während der Projektphase immer deutlicher zeigte, dass die Offene Kinder- und Jugendarbeit als Drehschreibe für die Gesundheitsförderung dienen kann. Ein Glücksfall war die gleichzeitige Neuorganisation der Offenen Kinder- und Jugendarbeit. Dadurch liessen sich zahlreiche Aspekte des Konzepts integrieren und nachhaltig verankern. So wird sichergestellt, dass Prävention und Gesundheitsförderung in allen Angeboten der Offenen Kinder- und Jugendarbeit mitgedacht werden.

Quick Wins: Ideen zeitnah umsetzen

Auch in Bezug auf konkrete Ideen und Anliegen der Kinder und Jugendlichen hat sich bereits während dem Prozess etwas getan: Im Rahmen eines Graffiti-Workshops konnten die Jugendlichen ihren Jugendraum gestalten. In einem weiteren Projekt setzte sich eine Mädchengruppe

mit dem Thema Fast Food und ausgewogene Ernährung auseinander. Ausgehend von der Idee, einen eigenen Imbissstand zu betreiben, erprobte die Gruppe verschiedene Menüs und befasste sich mit der Umsetzung eines solchen Angebots. «Die Jugendlichen kochten selbst, verwendeten frische Produkte und wir konnten so das Thema gesunde Ernährung thematisieren», sagt Beat Solèr. «Vor allem aber haben die Jugendlichen gesehen, dass sie ihre Anliegen äussern können und diese bei uns ankommen. Sich sozial einbringen zu können und ernst genommen zu werden, ist ein wichtiger Teil der Gesundheitsförderung.»

Auf der Ideenliste stehen weiter ein Haus der Begegnung für verschiedene Generationen, eine Trampolinhalle und Ferienjobs für alle. Mit etwas Kreativität lässt sich einiges davon rasch umsetzen. Als Trampolinhalle kann beispielsweise an bestimmten Daten die Turnhalle dienen. Beat Solèr resümiert: «Die Knochenarbeit rund um das neue Konzept hat sich gelohnt. Alle verschiedenen Parteien waren beteiligt. Es war teilweise hart, während des Prozesses dran zu bleiben. Aber jetzt haben wir etwas Handfestes, das alles miteinander verknüpft.» Und Susanne Wickli-Läng ergänzt: «Das Konzept ist fundiert. Ein grosser Gewinn ist zudem, dass bei allen am Prozess Beteiligten das Verständnis von Gesundheitsförderung und Prävention nun viel breiter ist. Es geht dabei nicht nur um gesunde Ernährung und Bewegung, sondern auch um Themen wie soziale Teilhabe und psychische Gesundheit.»

Weitere Informationen

Das Gesundheitsförderungs- und Präventionskonzept für Kinder und Jugendliche finden Sie auf der Webseite der Gemeinde Ebnat-Kappel: [«Gsund ufwachse brucht alli»](#).

Kontakt

Interessieren Sie sich für die Erarbeitung eines Konzeptes zur Prävention und Gesundheitsförderung für Ihre Gemeinde? Gerne beraten wir Sie zur Umsetzung, vermitteln die passende Prozessbegleitung und unterstützen Sie bei der Initiierung.

Amt für Gesundheitsvorsorge / ZEPRA
058 229 87 60, zepra@sg.ch, www.zepra.info

