

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021



Erste Workshopreihe
12:45 – 13:45 Uhr

Workshop 1a: „Kann man mich hören?“ - Volkshochschulen in Schleswig-Holstein zwischen Aufbruchsstimmung und digitalisierter Alltäglichkeit

Referentin: Ute Sauerwein-Weber (Landesverband der Volkshochschulen Schleswig-Holsteins)

Die digitale Transformation durchdringt alle Bereiche des gesellschaftlichen Lebens und Lernens und zeigt tiefgreifende Auswirkungen im gesamten Bildungsbereich einschließlich der Weiterbildung. Volkshochschulen und Bildungsstätten spüren diese Entwicklung ebenfalls. Basierend auf dem im Jahr 2019 verabschiedeten „Manifest zur digitalen Transformation von Volkshochschulen“ und unterstützt durch die Servicestelle Digitalisierung des Landesverbands der Volkshochschulen Schleswig-Holsteins nutzten die Volkshochschulen in Schleswig-Holstein das durch die Pandemie geprägte Jahr 2020 für die Intensivierung des digital angereicherten Lernens. Neue Formate konnten geschaffen und umgesetzt werden. Die vhs.cloud etablierte sich als zentrales Kommunikations- und Kollaborationstool. In diesem Workshop werden wir gemeinsam die Entwicklung der vergangenen Monate betrachten und uns dabei schwerpunktmäßig auf Angebote und Entwicklungen im Fachbereich Gesundheitsbildung fokussieren.

Workshop 1b: Ideenwerkstatt - zielgruppengerechte Planung mit der Methode „Produktklinik“

Referentin: Alexandra Haas (Fachbereichsleiterin der vhs Rhein-Sieg, Trainerin und Referentin in Fort- und Weiterbildung)

Wie optimieren Sie Ihr Kursangebot? Woher wissen Sie, was Ihre verschiedenen Zielgruppen erwarten? Wie erfahren Sie, woran es gelegen hat, wenn ein Angebot „floppt“? Die Marktforschung nutzt hier das Instrument der Produktklinik. Die Zielgruppe wird in die Entwicklung des Angebots einbezogen. Die Kundinnen und Kunden „verarzten“ das Produkt, besprechen einen möglichen „Behandlungsplan“ und „kurieren“ im Idealfall kleinere Malaisen.

Nach einem kurzen theoretischen Input demonstriert Alexandra Haas die Methode in einzelnen Schritten virtuell und zeigt Ihnen Ergebnisse von Produktkliniken, die sie an der vhs Rhein-Sieg durchgeführt hat.

Wichtig: Legen Sie sich für den Workshop ein mobiles Endgerät (Tablet, Smartphone) bereit.

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

**Workshop 1c: Gesundheitskompetenz und Förderung des
Selbstmanagements – Praxisbeispiele und Anregungen für die
Bildungsarbeit**

Referentin: Prof. Dr. rer. biol. hum. Marie-Luise Dierks (Medizinische
Hochschule Hannover / Patientenuniversität)

Neben Definitionen und Ausführungen zum gesundheitspolitischen Hintergrund (Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz) wird es im Workshop darum gehen, zwei erprobte und in ihrer Wirkung evaluierte Praxisbeispiele vorzustellen sowie deren Reichweite und Relevanz für die Bildungsarbeit der vhs zu diskutieren – die Patientenuniversität an der Medizinischen Hochschule Hannover und das Selbstmanagementprogramm für Menschen mit chronischen Erkrankungen „INSEA“, das in Niedersachsen bereits über VHS angeboten wird.

**Workshop 1d: Kommunale Gesundheitsförderung und gesundheitliche
Chancengleichheit – Praxisbeispiel aus dem KomBINE-Projekt**

Referentin: Dr. Jana Semrau (Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-
Nürnberg)

KOMBINE zielt auf die Umsetzung der Nationalen Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung in der Lebenswelt Kommune unter Berücksichtigung der Verbesserung der gesundheitlichen Chancengleichheit. Es wurden ein Umsetzungsmodell und Schlüsselkomponenten für eine wirksame kommunale Bewegungsförderung entwickelt und in sechs Modellkommunen erprobt. Der Workshop gibt einen Überblick zu den Erfahrungen und fokussiert auf die Diskussion von Zugangswegen zu Menschen mit sozialer Benachteiligung.

Workshop 1e: BNE in der Gesundheitsbildung - was geht?

Referentin: Gundula Büker (Referentin Globales Lernen und BNE im EPiZ
Reutlingen)

„Bildung für Nachhaltige Entwicklung“ ist ein großes Wort, dass sich aber bereits mit kleinen Schritten konkret füllen lässt. Dazu gibt es auch für den Gesundheitsbereich der VHS viele Anknüpfungspunkte. Der Blick richtet sich hier nicht nur auf die Inhalte und Themen, sondern auch z.B. auf die Materialien, die wir verwenden und die Lebensmittel, die wir nutzen. Fragen, die uns in diesem Workshop leiten: Was bedeutet „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ für unsere Arbeitskontexte? Welche Themen und Handlungsbereiche verbergen sich hinter dem Begriff? Welche Ideen gibt es, um Themen einer BNE in unseren Angeboten umzusetzen, sowohl als bewusst adressiertes Thema als auch als implizit „gelebte Praxis“? Was brauchen wir für Unterstützung, um in unseren Angeboten Lernanlässe im Sinne der BNE zu schaffen und zu nutzen?

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

Workshop 1f: Gesundheitskompetenz als Ziel der Gesundheitsbildung

Referent: Dr. Orkan Okan (Interdisziplinäres Zentrum für
Gesundheitskompetenzforschung, Universität Bielefeld)

Gesundheitskompetenz stellt einen handlungsbezogenen Ansatz dar, um die Gesundheit aktiv zu fördern. Sie ist mit Grundbildung, Wissen und Kompetenzen verknüpft, Informationen zur Gesundheit zu finden, zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden. Gesundheitskompetenz ermöglicht es Menschen, in ihrem Alltag Entscheidungen für sich und andere in den Bereichen der Gesundheitsförderung, Prävention und Versorgung zu treffen (Empowerment). Insbesondere durch die digitale Transformation und den digitalen Wandel – und der neuen grenzenlosen Verfügbarkeit von Gesundheitswissen und Gesundheitsinformationen – gewinnen Gesundheits- und auch Medienkompetenz an Bedeutung. Mit welchen Ansätzen kann die Erwachsenenbildung reagieren und die gesundheitsbezogene Handlungskompetenz der Menschen nachhaltig stärken?

Zweite Workshopreihe

14:15 – 15:15 Uhr

Workshop 2a: Online-Kochkurse an der vhs – Impulse und Erfahrungen aus „locker-lecker-selbstgemacht“

Referentin: Maresa Getto (Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.)

Mit „lecker locker selbstgemacht“ haben die Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz ein Format entwickelt, bei dem Teilnehmer*innen live von Zuhause aus mitkochen. Im Workshop gewinnen Sie Einblicke in das Projekt, die Umsetzung, die Technik, das Marketingkonzept dahinter und die Kooperation zwischen den beteiligten Volkshochschulen. Neugierig und an einem Austausch interessiert?

Workshop 2b: Kursleiter*innen mit Migrationshintergrund – eine Bereicherung für die Volkshochschulen

Referentin: Dr. Beate Benndorf-Helbig (Thüringer Volkshochschulverband e.V.)

Der Thüringer Volkshochschulverband e.V. arbeitet seit 2017 im Modellprojekt „Vom Nebeneinander zum Miteinander“, um Menschen mit Migrationshintergrund bei der Integration in den Arbeitsmarkt zu unterstützen. Im Projekt wurden an vier Volkshochschulen Teilnehmer*innen aus den verschiedenen Kursen heraus identifiziert, die sich für eine Tätigkeit als Kursleiter*in interessieren und eignen. Außerdem wurde eine an die Zielgruppe angepasste Qualifizierung – die EPQmigra – im Projekt entwickelt und erprobt. Am Beispiel des Projektes wird gezeigt, wie die Teilhabe von Teilnehmenden an der Programmgestaltung und deren Befähigung zur Umsetzung eigener Angebote gelingen kann. Im Vortrag werden die verschiedenen Aktivitäten und Ergebnisse des Projektes – inklusive der Qualifizierungsreihe - vorgestellt.

Workshop 2c: Fernsehen, Apps und Social Media - Nutzung und Wirkung gesundheitsbezogener Inhalte in digitalen Medienumgebungen

Referentin: Dr. des. Paula Stehr (Universität Erfurt, Seminar für Medien- und Kommunikationswissenschaft)

Menschen verbringen einen großen Teil ihrer Zeit mit Medien. Dabei kommen sie sowohl gezielt als auch ungeplant mit Gesundheitsthemen in Berührung. Neben den klassischen Massenmedien gewinnen hierbei mobile und soziale Medien für die Gesundheitsinformationssuche und den Austausch über Gesundheit und Krankheit an Bedeutung. In diesem Kontext können sowohl intendierte als auch nicht-intendierte Effekte auf gesundheitsbezogene Vorstellungen und Verhaltensweisen angenommen werden. Im Vortrag werden aktuelle Zahlen zur Nutzung gesundheitsbezogener Inhalte - sowohl im Allgemeinen als auch am Beispiel Corona - präsentiert. Weiterhin wird das Wirkpotenzial unterschiedlicher Medien auf der Basis theoretischer Erkenntnisse beleuchtet und anhand von Beispielstudien veranschaulicht.

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

**Workshop 2d: Praxisbeispiel gesua – Ein digitales Bewegungsprogramm
im Setting Betrieb**

Referent: Christian Leps (Universität Leipzig)

Das Projekt „gesua“ beinhaltete eine Studie zur Erfassung der Wirksamkeit eines onlinebasierten, verhaltensorientierten Bewegungsprogramms im Setting Betrieb. Im Workshop wird Ihnen das von der Diavention GmbH entwickelte und der Sportmedizinischen Fakultät der Universität Leipzig evaluierte digitale Bewegungsprogramm vorgestellt und mit welchen Parametern sowie Instrumenten die Wirksamkeit untersucht wurden. Der Referent geht darüber hinaus auf Hürden, datenschutzrechtliche Fragestellungen und Erfahrungen ein, die sich durch dieses Projekt für die Entwicklung zukünftiger digitaler Bewegungsprogramme ergeben, da sie als Medizinprodukte eingeordnet werden.

**Workshop 2e: Einführung in die Gesundheitsbildung an
Volkshochschulen - Ein Workshop für neue HPM**

Referent*innen: Dr. Sophia Schmidt (Landesverband NRW) und Marjanne Meeuwsen (vhs Bergisch Land)

Programmplanende der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen sind mit vielen unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert. Insbesondere für neue Mitarbeiter*innen ergeben sich in der Praxis Fragen, die den Spagat zwischen Bildungsbedarfen und individuellen Wünschen der Teilnehmenden erfordern. Um diese Klippe elegant zu umschiffen, ist ein breites Grundlagenwissen vonnöten. Der Workshop möchte einen ersten Überblick zum Gesundheitsverständnis an Volkshochschulen, Grundelementen der Programmplanung und Möglichkeiten der Qualitätssicherung geben. In diesem Rahmen wird außerdem das neu entwickelte „Praxishandbuch Gesundheitsbildung an vhs“ vorgestellt.

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

Dritte Workshopreihe

15:45 – 16:45 Uhr

Workshop 3a: Umsetzung von Gesundheitsangeboten in der vhs.cloud

Referent: Tino Potyka (vhs Leipzig)

Die vhs Leipzig hat in 2020 rund 140 Online-Gesundheitskurse mit insgesamt 660 TN durchgeführt. Im Workshop werden Erfahrungen, Hinweise und Empfehlungen für die Umsetzung von Online-Gesundheitskursen in der vhs.cloud vorgestellt. Nach dem Input stehen der Austausch und eigene Fragestellungen zum Aufbau von Onlineangeboten im Bewegungs- oder Entspannungsbereich im Vordergrund.

Workshop 3b: Barcamps in der vhs Gesundheitsbildung: am Beispiel des “BleibGesundCamps” der vhs Esslingen

Referent*innen: Martin Rudolph (Harfner Communications), Erik Hägele (Kommunikationsberatung und Social Media), Gabriele Fröhlich (Volkshochschule Esslingen)

Dieser Workshop informiert über Planung, Beteiligung der Teilnehmenden, Sponsoring und Umsetzung von BarCamps als Präsenz- und Onlineveranstaltung. Ziel des Workshops ist es, Ihnen anhand des BleibGesundCamps der vhs Esslingen das BarCamp-Format als moderne partizipative Veranstaltungsmethode näherzubringen.

BarCamps eignen sich hervorragend zur gezielten Weiterbildung, zum lösungsorientierten fachbereichsübergreifenden Austausch sowie als Mittel der kreativen Ideenfindung.

Workshop 3c: Gesundheitliche Grundbildung mit dem vhs-Lernportal - FliGe

*Referent*in: Team vhs-Lernportal (Deutscher Volkshochschul-Verband)*

In diesem Workshop wird die aktuellste Erweiterung des vhs-Lernportals des Deutschen Volkshochschul-Verbandes vorgestellt. Neu hinzugekommen ist 2020 der Bereich zur gesundheitsorientierten Grundbildung. Er richtet sich an Erwachsene, die Lernbedarf im Lesen, Schreiben und Rechnen haben. Seit Herbst 2020 stehen drei komplette Lernfelder online: „Ernährung“, „Bewegung“ und „Eltern sein“. Bisher sind damit 600 Aufgaben für das Selbstlernen und das Lernen im vhs-Kurs verfügbar, in deren Mittelpunkt die Stärkung gesundheitsbezogener Grundkompetenzen steht. Gleichzeitig werden das Lesen, Schreiben und Rechnen trainiert.

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

**Workshop 3d: Gesundheit für alle: die Good Practice-Kriterien als
Werkzeug für die Entwicklung gesundheitsfördernder Angebote**

*Referentinnen: Jennifer Hartl und Janina Lahn (Gesundheit Berlin-
Brandenburg e.V.)*

Die 12 Good-Practice-Kriterien des Kooperationsverbundes Gesundheitliche Chancengleichheit sind ein Werkzeug zur Konzeption und Weiterentwicklung gesundheitsfördernder Angebote. Sie lenken das Augenmerk auf Faktoren, die insbesondere für die Erreichung sozial benachteiligter Zielgruppen relevant sind.

Sie möchten Angebote entwickeln, die dabei helfen das gesellschaftliche Ziel „Gesundheit für alle“ zu erreichen? Dieser Workshop richtet sich an all jene, die sich für das Thema Gesundheitliche Chancengleichheit und Qualitätsentwicklung interessieren und ein praktisches Werkzeug zur Entwicklung gesundheitsfördernder Angebote kennenlernen möchten.

**Workshop 3e: „Mensch Opa, du bist noch so fit!“ - Evidenzbasierte
Gesundheitskommunikation am Beispiel der Bewegungsförderung
älterer Menschen**

*Referent*in: Dr. des. Paula Stehr (Universität Erfurt, Seminar für Medien- und
Kommunikationswissenschaft)*

Eine gelungene Kommunikation ist wichtig, um Menschen für gesundheitsförderliches Verhalten zu motivieren und auf vorhandene Bildungsangebote aufmerksam zu machen. Auch das beste Angebot kann sein Ziel, z. B. Bewegung zu fördern, nicht erreichen, wenn es unbekannt bleibt und niemand daran teilnimmt. Bei der Planung von Kommunikationsmaßnahmen muss eine Reihe von Entscheidungen zu Inhalten, Gestaltung und Auswahl von Kanälen getroffen werden. Damit die Kommunikation ihr Ziel erreichen kann, sollten die genannten Entscheidungen nicht nur aus dem Bauch heraus getroffen werden. Als Planungsgrundlage sollte der wissenschaftliche Forschungsstand dienen. Der Vortrag bietet eine Einführung in die theorie- und evidenzbasierte Kampagnenplanung. Am Beispiel der Bewegungsförderung älterer Menschen werden aktuelle Forschungsergebnisse und Handreichungen für die Umsetzung in der Praxis präsentiert.

Digitale Bundesfachkonferenz Gesundheit
„vhs Gesundheitsbildung –
Im Spagat zwischen individuellen Lernwünschen und gesellschaftlichem
Auftrag“
26. Januar 2021

Inhaltsbeschreibung zur Keynote (keine gesonderte Anmeldung notwendig)
(10:45 – 11:45 Uhr)

Gesundheitskompetenz - eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung
Referent: Dr. Orkan Okan, Universität Bielefeld

Gesundheitskompetenz ist eine Schlüsselkompetenz, die es Menschen ermöglicht, im Alltag Entscheidungen zu treffen, die für ihre Gesundheit förderlich sind. Verschiedene Studien belegen, dass ein großer Anteil der Bevölkerung diese handlungsbezogene Fähigkeit bei sich selbst als gering einschätzt. Hier setzen der Nationale Aktionsplan Gesundheit, die Allianz für Gesundheitskompetenz und das Präventionsgesetz an, die Gesundheitskompetenz als wichtiges Gesundheitsziel definieren. Dem Thema Bildung kommt in diesen Ansätzen jeweils eine zentrale Rolle zu. Gesundheitskompetenz ist jedoch nicht nur auf die personalen Fähigkeiten beschränkt, sondern sie ist auch Folge struktureller Rahmenbedingungen. Verhaltens- und Verhältnisprävention müssen hier gemeinsam gedacht werden. Die Relevanz von Gesundheitskompetenz zeigt sich gerade in der Corona-Pandemie besonders deutlich. Was bedeutet das für die Gesellschaft und was lässt sich aus der Krise für die Erwachsenenbildung lernen?