Informationen zur IFA gGmbH und zu den Präventionsprogrammen
fit und stark plus
und
SOKRATES – fit und stark plus II

Die IFA gGmbh hat sich 2008 durch die Kooperation mit der Forschungsgruppe Schmerzen der Universität Lübeck gegründet, um das Präventionsprogramm fit und stark plus zu entwickeln und zu evaluieren.

Seither arbeiten wir in dem Bereich Schule und Gesundheit.

Wichtig ist uns Angebote zu entwickeln, die Schulen in jedem Umfeld -also auch in sozialen Brennpunkten- unterstützen.

Fit und stark plus – das Grundschulprogramm

- 4 jähriges Unterrichtsprogramm
- Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit steht im Mittelpunkt
- Handlungskompetenzen werden vermittelt und die Sensibilisierung für die eigenen Bedürfnisse wird geschult.

Fit und stark plus – das Grundschulprogramm

Die Materialien beinhalten:

- 6 Lehrkraftmodule mit ausgearbeiteten Unterrichtsvorschlägen
- 6 Hefte für die Kinder
- Pro Modul ein Elternflyer
- päd. Zusatzmaterial
- und unseren Klassenwohli

Fit und stark plus – das Grundschulprogramm

Basisevaluation, kontrolliert und randomisiert mit 111 Klassen, 2012 veröffentlicht:

Signifikante Ergebnisse im Hinblick auf:

- Das Wissen und die Handlungsideen der Kinder zu gesundheitsfördernden Bereichen
- Die Wahrnehmung eigener Bedürfnisse
- Die Reduzierung der Arztbesuche aufgrund von Schmerzen
- Die Verhinderung der steigenden Medikamenteneinnahmen aufgrund von Schmerzen

Fit und stark plus – das Grundschulprogramm

Im Schuljahr 2018/2019 waren 209 Klassen aktiv mit dem Programm beschäftigt.

In 48 Schulen in gesamt Schleswig-Holstein.

Lübeck und nähere Umgebung:

8 Grundschulen

Gefördert von der AOK NORDWEST

SOKRATES – fit und stark plus II

- modularisiertes Programm für die Klassenstufen 5+6
- Förderung eines gesunden Lebensstils und einer selbst-wertschätzenden Persönlichkeit

Toleranz

Miteinander reden

Fremdsein

FairPlay

Umgang mit Gefühlen

Freundschaften schließen und bewahren

Sucht

Lösungen finden

Neue Medien

SOKRATES – fit und stark plus II

- Leiche Handhabbarkeit für die Lehrkräfte
- Einsatz einer Cloud
- Ansprechende Materialien für die Schülerinnen und Schüler
- Immer aktuell (z. B. Thema Fremdsein)
- Nachhaltigkeitsmodul in Planung

SOKRATES – fit und stark plus II

Basis Evaluation an 5 Lübecker Schulen mit 14 Klassen.

Wissenschaftliche Begleitung durch die Uni Lübeck und die FH Köln.

- Signifikante Ergebnisse besonders im Bereich der Stressreduktion (in Stresssituationen weniger körperliche und psychische Symptomatiken)
- Verstärkte Nutzung sozialer Unterstützung bei Stresssituationen.

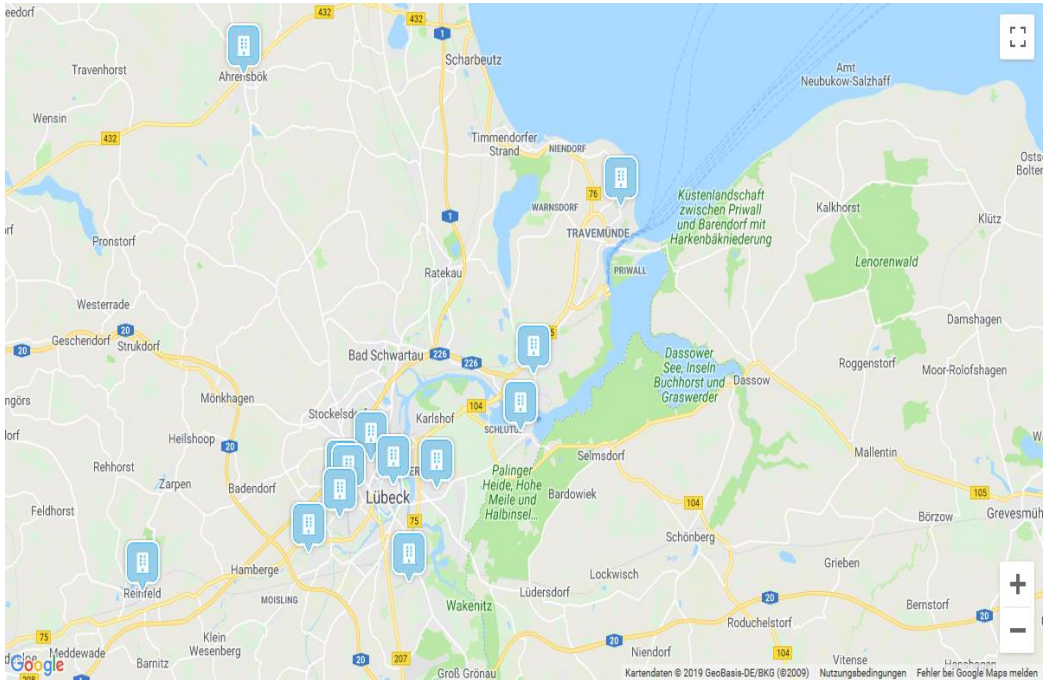
SOKRATES – fit und stark plus II

Im Sommer 2019 werden in SH zwischen 150 und 200 Klassen neu starten.

In Lübeck arbeiten bereits 11 weiterführende Schulen mit dem Programm, von der Brennpunktschule bis zum Gymnasium.

Es werden 70 % aller Gemeinschaftsschulen in Lübeck erreicht.

Gefördert von der AOK NORDWEST.



Warum jetzt?

- 10 Jahre IFA gGmbH
selbständiges gemeinnütziges Unternehmen ausschließlich über Fördergelder finanziert
- 10 Jahre Gesundheitsförderung mit bislang ca. 15.000 erreichten Kindern

Warum jetzt?

- Am 26.6.2019 Auszeichnung als Bildungseinrichtung für nachhaltige Entwicklung.
- Agenda 2030 Nachhaltigkeitsziel Nr. 3

„Gesundheit ist gleichzeitig Ziel, Voraussetzung und Ergebnis von nachhaltiger Entwicklung.“

Wir laden Sie herzlich ein, besuchen Sie uns und tauschen Sie sich mit uns aus.

Vielen herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!