

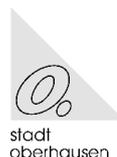
# Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme für Kindertagesstätten und Schulen in Nordrhein-Westfalen

Zu den Themen Gesundheitsförderung, Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit und Suchtprävention

*Stand: 22.04.2025*



**BEREICH GESUNDHEIT**  
Prävention und  
strategische Gesundheitsplanung



# Inhalt

1	Hinweis .....	1
1.1	Weitere Ansprechpartner:innen und Anlaufstellen:.....	3
2	Gesundheitsförderungsprogramme für Kindertagesstätten.....	4
2.1	Thema: Gesundheitsförderung allgemein.....	4
2.2	Thema: Ernährung.....	6
2.3	Thema: Bewegung.....	7
2.4	Thema: Psychosoziale Gesundheit.....	10
3	Gesundheitsförderungsprogramme für Schulen.....	13
3.1	Thema: Gesundheitsförderung allgemein.....	13
3.2	Thema: Ernährung.....	17
3.3	Thema: Bewegung.....	19
3.4	Thema: Psychosoziale Gesundheit.....	20
3.5	Thema: Suchtprävention.....	23
4	Gesundheitsförderungsprogramme für Kindertagesstätten und Schulen.....	28
4.1	Thema: Ernährung.....	28
4.2	Thema: Psychosoziale Gesundheit.....	30
5	Quellen .....	31



# 1 Hinweis

Die folgende Übersicht enthält eine Auswahl an Präventions- und Gesundheitsförderungsprojekten für Kindertagesstätten und Schulen in Nordrhein-Westfalen zu den Themen allgemeine Gesundheitsförderung, Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit und Suchtprävention. Es ist wichtig zu beachten, dass diese Liste nicht alle verfügbaren Programme umfasst, sondern lediglich eine Auswahl darstellt. Die Auswahl der Programme wurde dabei auch unter Berücksichtigung der Verfügbarkeit in Oberhausen getroffen.

Die Tabelle soll Einrichtungen wie Kindertagesstätten und Schulen eine Orientierung bieten und ihnen helfen, einen Überblick über das umfangreiche Angebot an Gesundheitsförderungsprojekten und -programmen zu erhalten. Die Angebote wurden für Kindergärten und Schulen in Nordrhein-Westfalen entwickelt, sind jedoch teilweise auch bundesweit verfügbar.

Zu den Projekten sind jeweils die wesentlichen Informationen enthalten. Weitere Details können über die jeweiligen Websites der Programme oder durch Kontaktaufnahme mit den zuständigen Ansprechpartner:innen erlangt werden.

Die Auswahl der Programme basiert auf den folgenden Quellen:

1. [Wegweiser Grüne Liste](#): Aus dieser Quelle wurden ausschließlich Projekte aufgenommen, die eine hohe Effektivität aufweisen. Die Effektivität wurde auf Basis wissenschaftlicher Studien, Evaluierungen und praktischer Erfahrungen bewertet, um sicherzustellen, dass die ausgewählten Programme nachweislich positive Auswirkungen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Teilnehmenden haben. Herausgeber ist die Stiftung Deutsches Forum für Kriminalprävention.
2. [Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW](#): Diese Quelle bietet eine umfassende Übersicht über unterstützende Angebote im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention, insbesondere im schulischen Kontext. Herausgeber ist das Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW.
3. [Suchtprävention im Elementarbereich](#): Diese Quelle bietet eine Übersicht der Suchtpräventionsangebote im Elementarbereich in NRW und fokussiert die frühzeitige Stärkung von Lebenskompetenzen bei Kindern, um Suchtverhalten vorzubeugen. Herausgeber ist die Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW ginko Stiftung für Prävention.

4. [Programme und Angebote: cannabispraevention.de](https://cannabispraevention.de): Die Quelle bietet eine Übersicht von Programmen und Angeboten zur Cannabisprävention, die speziell für Fach- und Lehrkräfte entwickelt wurden. Diese Programme sind qualitätsgeprüft und zumeist kostenfrei. Sie beinhalten interaktive Workshops, Materialien für den Unterricht, Elternabende sowie verschiedene digitale Tools wie Apps, die zur Prävention und Gesundheitsförderung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen beitragen. Die Programme zielen darauf ab, Schüler:innen fundierte Informationen zu Cannabis zu vermitteln und ihre Resilienz zu stärken. Herausgeber ist das Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit (BIÖG) (vormals BZgA).

Für eine detaillierte Bewertung und weiterführende Informationen zu den einzelnen Projekten wird empfohlen, die angegebenen Quellen zu konsultieren.

Bei Fragen, Anmerkungen oder Ergänzungen können Sie sich gerne unter dem nachfolgend angegebenen Kontakt melden:

Lisann Riemenschneider

Stadt Oberhausen

Bereich 3-4 Gesundheit

Stabstelle 3-4-00-100 Prävention und strategische Gesundheitsplanung

[lisann.riemenschneider@oberhausen.de](mailto:lisann.riemenschneider@oberhausen.de)



## 1.1 Weitere Ansprechpartner:innen und Anlaufstellen:

Die **Fachstelle für Suchtprävention** am Kompetenzzentrum Suchtberatung der Stadt Oberhausen ist eine Anlaufstelle für grundsätzliche Fragen zur **Suchtprävention** sowie für alle Angebote der Landesfachstelle.

Kontakt: [suchtpraevention@oberhausen.de](mailto:suchtpraevention@oberhausen.de)

Ansprechpersonen und weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link:

[https://www.oberhausen.de/de/index/rathaus/verwaltung/soziales-gesundheit-wohnen-und-recht/gesundheits/kompetenzzentrum\\_suchtberatung\\_sozialpsychiatrie/suchtberatung.php](https://www.oberhausen.de/de/index/rathaus/verwaltung/soziales-gesundheit-wohnen-und-recht/gesundheits/kompetenzzentrum_suchtberatung_sozialpsychiatrie/suchtberatung.php)

Der **Fachbereich für Sportentwicklung** der Stadt Oberhausen ist eine Anlaufstelle zur **Förderung des Sports** auf verschiedenen Ebenen. Er befasst sich daher mit **Förderprogrammen** auf Bundes- und Landesebene, analysiert die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten und stellt gezielt Anträge.

Ansprechpersonen und weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.oberhausen.de/de/index/rathaus/verwaltung/familie-schule-integration-und-sport/sport/marketingveranstaltungsmanagement.php>

Der **Stadtssportbund Oberhausen** dient als Ansprechpartner zur **Bewegungsförderung** für Kindertageseinrichtungen und Schulen in Zusammenarbeit mit den lokalen Sportvereinen. Im Handlungsfeld Kinder und Jugendsport wird Bewegungsförderung U7 und Sport im Ganzttag durchgeführt.

Ansprechpersonen und weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.ssb-oberhausen.de/>

## 2 Gesundheitsförderungsprogramme für Kindertagesstätten

### 2.1 Thema: Gesundheitsförderung allgemein

Die folgenden Angebote decken teilweise mehrere Themen ab.

#### JolinchenKids – fit und gesund in der KiTa

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Kinder von 3 bis 6 Jahren, pädagogische Fachkräfte, Eltern
Bezug	Gesundheit, Bewegung, Ernährung, seelisches Wohlbefinden, Elternpartizipation, Erziehergesundheit
Ziel	Gesundheitsfördernde Maßnahmen schrittweise einführen und dauerhaft im Kita-Alltag verankern.
Zeitlicher Umfang	Begleitung bei Bedarf bis zu 3 Jahre
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/pk/uni/inhalt/jolinchenkids-fit-und-gesund-in-der-kita-4/">https://www.aok.de/pk/uni/inhalt/jolinchenkids-fit-und-gesund-in-der-kita-4/</a>

#### Joko, du & ich

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Kinder von 2 bis 3 Jahren, pädagogische Fachkräfte, Eltern
Bezug	Eltern-Kind-Bindung, seelisches Wohlbefinden
Ziel	Eltern-Kind-Bindung stärken und so das seelische Wohlbefinden von zwei- bis dreijährigen Kindern fördern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/pk/rh/eltern-kind-bindung/">https://www.aok.de/pk/rh/eltern-kind-bindung/</a>

#### Gesunde Kita NRW – Modul Pluspunkt Ernährung

Anbieter	Landesregierung, gesetzliche Krankenkassen, Landessportbund Nordrhein Westfalen
Zielgruppe	Kindertagesstätten
Bezug	Bewegung, Ernährung, seelische Gesundheit
Ziel	Dreiklang aus Bewegung, Ernährung sowie seelischer Gesundheit spielerisch im Alltag von Kindertageseinrichtungen verankern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfreies Angebot, Einrichtungen ohne sozialstrukturellen Förderungsbedarf können mit kleiner Kostenbeteiligung den „Pluspunkt Ernährung“ ergänzen.
Hinweis	Nur Kitas mit dem Gütesiegel „Anerkannter Bewegungskindergarten des LSB NRW“ können auch das Gütesiegel „Pluspunkt Ernährung“ erwerben.
Website/Kontakt	<a href="https://www.bewegungskindergarten-nrw.de/">https://www.bewegungskindergarten-nrw.de/</a>

### Die Kleinen stark machen. Gemeinsam für eine gesunde Zukunft.

Anbieter	IKK classic
Zielgruppe	Kindertagesstätten, pädagogische Fachkräfte, Eltern
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährung, Bewegung
Ziel	Jede Kita wählt zwischen zwei Projektvarianten: dem Bewegungs- und dem Ernährungsmodul. Den Kindern soll eine gesunde und nachhaltige Ernährungsweise vermittelt werden bzw. in ihrer Ausdauer, Geschicklichkeit und Koordination gefordert werden.
Zeitlicher Umfang	Fünf Praxismodule für die Kinder je gewähltem Modul
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.ikk-classic.de/pk/leistungen/vorsorge/praeventionsprogramme/die-kleinen-stark-machen">https://www.ikk-classic.de/pk/leistungen/vorsorge/praeventionsprogramme/die-kleinen-stark-machen</a>

### fit4future Kita

Anbieter	DAK-Gesundheit
Zielgruppe	Kinder von 3 bis 6 Jahren
Bezug	Bewegung, psychische Gesundheit, Ernährung, Digitale Medien
Ziel	Implementierung eines strukturierten Gesundheitsförderungsprozesses.
Zeitlicher Umfang	2 Jahre
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://kita.fit-4-future.de/programm">https://kita.fit-4-future.de/programm</a>

### TigerKids – Kindergarten aktiv

Anbieter	Stiftung Kindergesundheit, Siemens Betriebskrankenkasse
Zielgruppe	Kindertagesstätten, pädagogische Fachkräfte, Eltern
Bezug	Ernährung, Bewegung und Entspannung
Ziel	Ziel des Programms ist es, Kinder zu einer gesunden Ernährung, aktiver Bewegung und gezielter Entspannung zu motivieren, um ihre körperliche und geistige Entwicklung zu fördern.
Zeitlicher Umfang	3 Jahre
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.tigerkids.de/">https://www.tigerkids.de/</a>

## 2.2 Thema: Ernährung

Joschi hat's drauf. Nicht vergessen. Gutes Essen.

Anbieter	Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen
Zielgruppe	Kindertagesstätten
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungskompetenz
Ziel	Kindern Ernährungskompetenzen vermitteln, die sie in ihre Familien tragen und das Ernährungsverhalten nachhaltig prägen.
Zeitlicher Umfang	Individuell (Handbuch mit Anleitung für eigene Angebote, Teamschulung, begleiteter Infotisch, Materialausleih)
Kosten	Teilweise kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.verbraucherzentrale.nrw/bildung-nrw/ernaehrung-kita/joschi-hats-drauf-nicht-vergessen-gutes-essen-43979">https://www.verbraucherzentrale.nrw/bildung-nrw/ernaehrung-kita/joschi-hats-drauf-nicht-vergessen-gutes-essen-43979</a>

## 2.3 Thema: Bewegung

### AktioKit - Aktiv durch den Tag

Anbieter	Expika e. V.
Zielgruppe	Kindertagesstätten
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Kindern im Vorschulalter Spaß an Bewegung vermitteln und ihre physischen sowie psychosozialen Gesundheitsressourcen durch abwechslungsreiche Spiel- und Sportgeräte fördern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://expika.de/projekte/aktiokits/">https://expika.de/projekte/aktiokits/</a>

### KITaletics

Anbieter	Stiftung KinderGlück
Zielgruppe	Kindertagesstätten
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Nachhaltige Förderung der kindlichen Entwicklung durch Bewegungsförderung, die Gesundheit, Bildung, Integration und Chancengleichheit unterstützt und die sozialen, sprachlichen sowie kognitiven Fähigkeiten stärkt.
Zeitlicher Umfang	Individuell, ein KITaletics-Kurs beinhaltet 10 Kursstunden à 60 Minuten.
Kosten	Keine Informationen über Kosten
Website/Kontakt	<a href="https://stiftung-kinderglueck.de/kitaletics/">https://stiftung-kinderglueck.de/kitaletics/</a>

### Kids aus'm Sitz

Anbieter	Allianz Kindergesundheit e. V. , AOK Oberhausen, KiTa Zweckverband Bistum Essen, Stadtsportbund Oberhausen
Zielgruppe	Kindergartenkinder, Kinder von 0 bis 7 Jahren
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Mehr Bewegung in den Alltag der Kinder integrieren, alle Beteiligten für die Bedeutung von Bewegung sensibilisieren und Bewegungsauffälligkeiten vorbeugen.
Zeitlicher Umfang	1 Jahr
Kosten	Keine Informationen über Kosten
Website/Kontakt	<a href="https://www.allianz-kindergesundheit.de/kids-ausm-sitz/">https://www.allianz-kindergesundheit.de/kids-ausm-sitz/</a>

### Kibaz – Kinderbewegungsabzeichen NRW

Anbieter	Landessportbund Nordrhein Westfalen
Zielgruppe	Kindertagesstätten, Grundschulen, Förderschulen Kinder von 3 bis 6 Jahren
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Förderung sportmotorischer Fähigkeiten.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Hinweis	Das Kibaz kann nur durch einen Sportverein angeboten werden oder in Zusammenarbeit mit Kitas und/oder Grundschulen. Kitas oder Grundschulen, die das Kibaz in Kooperation mit einem Sportverein durchführen wollen, wenden sich bitte direkt an einen Sportverein in ihrer Nähe oder an den für sie zuständigen Stadtsportbund.
Website/Kontakt	<a href="https://www.sportjugend.nrw/unsere-themen/kinderbewegungsabzeichen">https://www.sportjugend.nrw/unsere-themen/kinderbewegungsabzeichen</a>

### Wasser Kibaz – Wasser-Kinderbewegungsabzeichen NRW

Anbieter	Schwimmjugend Nordrhein Westfalen und DLRG
Zielgruppe	Kinder von 3 bis 6 Jahren
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Kindern spielerisch und stressfrei das Element Wasser näher bringen.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/fuer-vereine/wasser-kibaz/">https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/fuer-vereine/wasser-kibaz/</a>

### Schwimmen lernen leicht gemacht

Anbieter	Schwimmverband NRW e. V.
Zielgruppe	Kindertagesstätten und Schulen
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Kinder spielerisch an das Element Wasser heranzuführen und pädagogische Fachkräfte als Ansprechpartner für Eltern stärken.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/schwimmenlernen-leicht-gemacht/">https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/schwimmenlernen-leicht-gemacht/</a>

### Seepferdchen für alle

Anbieter	DLRG und NIVEA
Zielgruppe	Erzieher:innen (in Festanstellung oder in Ausbildung), Grundschullehrer:innen (in Festanstellung oder im Studium), Lehrer:innen für die 5. Bis 6. Klasse, Tagesmütter und -väter.
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Förderung der Wassersicherheit bei Kindern. Mehr Prüfberechtigte für das Seepferdchen-Abzeichen ausbilden (Ausbildungsassistent:in Schwimmen). Kostenfreie Qualifizierung pädagogischer Fachkräfte.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.dlrg.de/mitmachen/dlrg-nivea/seepferdchen-fuer-alle/">https://www.dlrg.de/mitmachen/dlrg-nivea/seepferdchen-fuer-alle/</a>

### Anerkannter Bewegungskindergarten

Anbieter	Landessportbund Nordrhein-Westfalen
Zielgruppe	Kindertagesstätten, pädagogische Fachkräfte, Eltern
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen, in Zusammenarbeit mit örtlichen Sportvereinen.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.sportjugend.nrw/unsere-themen/bewegungskindergarten">https://www.sportjugend.nrw/unsere-themen/bewegungskindergarten</a>

## 2.4 Thema: Psychosoziale Gesundheit

### Papilio-U3: Auf die Beziehung kommt es an!

Anbieter	Papilio
Zielgruppe	Fachkräfte die Kinder unter drei Jahren betreuen
Bezug	Psychosoziale Gesundheit, Prävention von Verhaltensproblemen
Ziel	Förderung der psychosozialen Gesundheit von Kindern unter drei Jahren durch Unterstützung ihrer sozial-emotionalen Entwicklung. Aufbau sicherer Bindungen und Stärkung der Selbstwirksamkeit pädagogischer Fachkräfte.
Zeitlicher Umfang	Umfang insgesamt 7,5 Tage, verteilt über etwa ein Jahr
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.papilio.de/papilio-u3.html">https://www.papilio.de/papilio-u3.html</a>

### Papilio-3 bis 6

Anbieter	Papilio
Zielgruppe	Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren, Erzieher:innen, Eltern
Bezug	Psychosoziale Gesundheit, Prävention von Verhaltensproblemen
Ziel	Förderung emotionaler Kompetenzen und prosozialen Verhaltens sowie Primärprävention von Verhaltensproblemen wie aggressivem Verhalten oder sozialem Rückzugsverhalten. Die Bedeutung der Elementarpädagogik stärken und die Schlüsselrolle der Erzieher:innen bewusster machen.
Zeitlicher Umfang	Umfang insgesamt 7,5 Tage, verteilt über etwa ein Jahr
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.papilio.de/papilio-u3.html">https://www.papilio.de/papilio-u3.html</a>

### Balu und Du - Mentoring auf Zeit, Wirkung fürs Leben

Anbieter	Balu und Du e. V.
Zielgruppe	Kinder im Grundschulalter
Bezug	Alltagskompetenzen, Problemlösefähigkeiten, Gewalt/Delinquenz (inkl. Mobbing), Schulabbruch
Ziel	Kinder sollen - neben Familie und Schule - eine weitere Chance erhalten, sich ihren positiven Anlagen gemäß zu entwickeln und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Außerdem geht es den Initiator:innen darum, einen Baustein für eine solidarische und kinderfreundliche Gesellschaft zu entwickeln.
Zeitlicher Umfang	Mehrere Monate, Koordination am Standort durch eine qualifizierte Fachkraft, Koordination an Bildungsinstitutionen im Rahmen der Lehrverpflichtung möglich
Kosten	Taschengelder für die Tandems übernehmen in der Regel lokale Partner:innen.
Website/Kontakt	<a href="https://www.balu-und-du.de/">https://www.balu-und-du.de/</a>

### Kindergarten plus

Anbieter	Deutsche Liga für das Kind in Familie und Gesellschaft e. V.
Zielgruppe	Kindergartenkinder von 4 bis 5 Jahren
Bezug	Alltagskompetenzen, Problemlösefähigkeiten, Soziale Interaktion
Ziel	Förderung sozial-emotionaler Kompetenz und Vermeidung von Verhaltensproblemen.
Zeitlicher Umfang	Individuell, Materialien und Fortbildung der Erzieherinnen und Erzieher
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://kindergartenplus.de/als-kita/">https://kindergartenplus.de/als-kita/</a>

### FREUNDE

Anbieter	Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW, ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte aus dem Elementarbereich
Bezug	Lebenskompetenzen, Sucht- und Gewaltprävention
Ziel	Lebenskompetenz bereits im Vorschulalter stärken und damit Sucht- und Gewaltentstehung vorbeugen.
Zeitlicher Umfang	3 Tage Basisschulung und anschließende Zirkeltreffen
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://kitaprogramm-freunde.de/freunde/">https://kitaprogramm-freunde.de/freunde/</a>

### Spielzeugfreier Kindergarten

Anbieter	Fachstelle für Suchtvorbeugung, Caritasverband Gütersloh
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte aus dem Elementarbereich
Bezug	Lebenskompetenzen, Sucht- und Gewaltprävention
Ziel	Förderung von Lebenskompetenzen durch kreative Freiräume und Verzicht auf vorgegebene Spielmaterialien zur Schaffung von Schutzfaktoren gegen Sucht und Gewalt.
Zeitlicher Umfang	Individuell, nach Absprache
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Gesund-aufwachsen/Spielzeugfreier-Kindergarten">https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Gesund-aufwachsen/Spielzeugfreier-Kindergarten</a>

### Kita-MOVE Motivierende Kurzintervention bei Eltern

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte aus dem Elementarbereich
Bezug	Erziehungskompetenz
Ziel	Reflektion ungünstigen Erziehungsverhaltens mit Eltern und Förderung der Bereitschaft zur Verhaltensänderung im Rahmen der Erziehungspartnerschaft.
Zeitlicher Umfang	3 Tage Fortbildung
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.move-seminare.de/Eltern/Kita-MOVE">https://www.move-seminare.de/Eltern/Kita-MOVE</a>

## Fitkidstasche

Anbieter	Ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte aus dem Elementarbereich
Bezug	Suchtprävention
Ziel	Aufklärung über das Krankheitsbild „Sucht“ mit Fokus auf illegale Drogen, Reflexion von Haltungen und Handlungsmöglichkeiten zur Risikominimierung und Verbesserung der Chancen betroffener Lebensgemeinschaften.
Zeitlicher Umfang	Je nach Bedarf und nach Absprache
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Gesund-aufwachsen/Fitkidstasche">https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Gesund-aufwachsen/Fitkidstasche</a>

## 3 Gesundheitsförderungsprogramme für Schulen

### 3.1 Thema: Gesundheitsförderung allgemein

Die folgenden Angebote decken teilweise mehrere Themen ab.

#### Die Rakuns – Das gesunde Klassenzimmer

Anbieter	IKK classic
Zielgruppe	Grundschule, 1. bis 4. Klasse
Bezug	Gesundheitsbildung und -förderung
Ziel	Gesundheitsbildung in der Grundschule durch ein Unterrichtsprogramm, das Module zu Körperwahrnehmung, Bewegung, Entspannung, Körperpflege, Medienkompetenz und Ernährung umfasst.
Zeitlicher Umfang	Zeitlich und inhaltlich flexible Durchführung der Unterrichtseinheiten
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.rakuns.de/">https://www.rakuns.de/</a>

#### Henrietta & Co. – Kindertheater

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Grundschulkinder, 5 bis 10 Jahre
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Wichtige Gesundheitsthemen wie Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit kindgerecht miteinander verbinden.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Variieren je nach Programm
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/pk/rh/inhalt/das-ist-henrietta-co-5/">https://www.aok.de/pk/rh/inhalt/das-ist-henrietta-co-5/</a>

#### Klasse2000 – stark und gesund in der Grundschule

Anbieter	Verein Programm Klasse2000 e. V.
Zielgruppe	Grundschule, 1. bis 4. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung, Suchtprävention, Gewaltprävention
Ziel	Stärkung der Gesundheits- und Lebenskompetenzen von Kindern im Grundschulalter.
Zeitlicher Umfang	Pro Schuljahr werden ca. 15 Klasse2000-Stunden gehalten, die in den normalen Unterricht integriert werden.
Kosten	Finanzierung über Spenden und Fördergelder, meist in Form von Patenschaften für einzelne Klassen.
Website/Kontakt	<a href="https://www.klasse2000.de/">https://www.klasse2000.de/</a>

### Gesund macht Schule

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Grundschule 1. bis 4. Klasse und Förderschule 1. bis 6. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Gesundheitsförderliche Strukturen und Inhalte in den Schulalltag integrieren
Zeitlicher Umfang	Zunächst Teilnahme für ein Schuljahr, Verlängerung möglich
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.gesundmachtschule.de/">https://www.gesundmachtschule.de/</a>

### Gut drauf – Bewegen, Essen, Entspannen

Anbieter	transfer e. V.
Zielgruppe	5 bis 18 Jahre
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Gesundheitsgerechte Angebote und Strukturen in Lebenswelten von Heranwachsenden nachhaltig verankern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.gutdrauf.net/">https://www.gutdrauf.net/</a>

### fit4future Kids

Anbieter	DAK-Gesundheit
Zielgruppe	6 bis 12 Jahre
Bezug	Psychische Gesundheit, Bewegung, Ernährung, Suchtprävention
Ziel	Mehr Bewegung, gute Ernährung, eine stressfreie, positive Lernatmosphäre und die Schaffung einer gesunden Lebenswelt Schule.
Zeitlicher Umfang	3 Jahre
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.fit-4-future.de/">https://www.fit-4-future.de/</a>

### fit4future Teens

Anbieter	DAK-Gesundheit
Zielgruppe	10 bis 15 Jahre und 15-Jährige bis zum Schulabschluss an weiterführenden Schulen
Bezug	Psychische Gesundheit, Bewegung, Ernährung, Suchtprävention
Ziel	Mehr Bewegung, gute Ernährung, eine stressfreie, positive Lernatmosphäre und die Schaffung einer gesunden Lebenswelt Schule.
Zeitlicher Umfang	3 Jahre
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.fit-4-future.de/">https://www.fit-4-future.de/</a>

### Medienplanet – Medienkompetenzportal

Anbieter	Medienzentrum Greifswald e. V., Techniker Krankenkasse
Zielgruppe	Grundschule, Lehrkräfte
Bezug	Medienkompetenz
Ziel	Förderung des sicheren und verantwortungsbewussten Umgangs mit digitalen Medien für Grundschulkindern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei nach Registrierung
Website/Kontakt	<a href="https://www.tk.de/lebenswelten/gesunde-schule/medienuniversum-medienbildung-in-der-grundschule-2077000">https://www.tk.de/lebenswelten/gesunde-schule/medienuniversum-medienbildung-in-der-grundschule-2077000</a>

### Gesundheitsorientierte B-Teams

Anbieter	Landesprogramm Bildung und Gesundheit, gesetzliche Krankenkassen/-verbände NRW
Zielgruppe	7. Klasse und Lehrer:innen (höhere Jahrgangsstufen nach Absprache möglich)
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährung, Bewegung, Stress, Sucht, allgemeine Lebenskompetenz
Ziel	B-Teams steht für „gesundheitsorientierte Beteiligungsteams“ in Schulen. Jeweils sechs Schüler:innen und zwei Lehrer:innen der siebten Klasse bilden ein Team. Gemeinsam entwickelt das B-Team gesundheitsfördernde Ideen und Maßnahmen
Zeitlicher Umfang	Individuell, die B-Teams werden in insgesamt 4 Modulen für ihre Tätigkeit qualifiziert
Kosten	Fester Selbstkostenanteil von einmalig 300 € für jedes B-Team.
Website/Kontakt	<a href="https://www.bug-nrw.de/landesprogramm/gesundheitsorientierte-beteiligungsteams-b-teams">https://www.bug-nrw.de/landesprogramm/gesundheitsorientierte-beteiligungsteams-b-teams</a>

### The BIG BURN Challenge - Hautfreundliche Schulen in NRW

Anbieter	Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e. V., BARMER
Zielgruppe	13 bis 16 Jahre
Bezug	Hautkrebsprävention
Ziel	Sensibilisierung zum Thema Sonne(-nschutz); Aufklärung über hautkrebspräventive Verhaltensweisen; Befähigung zum gesunden bzw. risikovermeidenden Umgang mit UV-Strahlung; Senkung der Neuerkrankungsrate bei Hautkrebs.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakte	<a href="https://www.bigburn.de/">https://www.bigburn.de/</a>

### Seminare für Schulen und Kindertageseinrichtungen

Anbieter	Unfallkasse NRW
Zielgruppe	Grundschule, Sekundarstufe I/II, Berufskollegs: richtet sich an Erwachsene (z.B. Schulleitung, Steuergruppen, Lehrbeauftragte, pädagogische Fachkräfte)
Bezug	Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit
Ziel	Seminare sollen Zielgruppen aus Schulen und Kindertageseinrichtungen zu den verschiedensten Themen informieren.
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Seminar
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://caruso-unfallkasse-nrw.bgnet.de/seminars?t=suv">https://caruso-unfallkasse-nrw.bgnet.de/seminars?t=suv</a>

### Jugend will sich erleben (JWSL)

Anbieter	Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV)
Zielgruppe	16 bis 25 Jahre, Berufskollegs, Auszubildende
Bezug	Gesundheitsförderung, Arbeits- und Gesundheitsschutzthemen
Ziel	Für die Berufsanfänger:innen ist JWSL die Gelegenheit, sich zu Beginn ihres Berufslebens mit den Risiken der Arbeitswelt vertraut zu machen. Gleichzeitig sollen sie zu sicherheits- und gesundheitsbewusstem Verhalten motiviert werden
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.jwsl.de/">https://www.jwsl.de/</a>

## 3.2 Thema: Ernährung

### Sterneküche macht Schule

Anbieter	KNAPPSCHAFT
Zielgruppe	6 bis 10 Jahre, Grundschule
Bezug	Schulkultur und Schulklima, Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit Lehrergesundheit, gesundheitsförderlicher Umgang mit Vielfalt
Ziel	Ziel ist ein besseres Ernährungsbewusstsein von Schüler:innen.
Zeitlicher Umfang	Variabel, wird in den Unterricht und Schulalltag integriert
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="http://www.sternekueche-macht-schule.de/">http://www.sternekueche-macht-schule.de/</a>

### EU-Schulprogramm für Obst, Gemüse

Anbieter	Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen
Zielgruppe	Grund- und Förderschulen mit Primarstufe des Landes NRW, Einsteigerklassen und die 5. – 6. Klasse können ebenfalls teilnehmen
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährung
Ziel	Ziel des EU-Schulprogramms ist es, mit einer kostenlosen Extra-Portion Vitaminen den Schüler:innen Gemüse und Obst wieder schmackhaft zu machen und bereits zu Beginn der Schulzeit ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten nahe zu bringen. Durch die pädagogische Begleitung des Programms sollen die Ernährungskompetenzen der Kinder nachhaltig gefördert werden.
Zeitlicher Umfang	Ein Schuljahr
Kosten	Teilweise kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.schulobst-milch.nrw.de/">https://www.schulobst-milch.nrw.de/</a>

### GemüseAckerdemie

Anbieter	Acker e. V.
Zielgruppe	3. bis 6. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungsbildung
Ziel	In der GemüseAckerdemie lernen Kinder, woher das Essen auf unseren Tellern kommt.
Zeitlicher Umfang	Mehrjähriges Bildungsprogramm
Kosten	Die Höhe des Anteils hängt von verschiedenen Faktoren ab und wird individuell vereinbart.
Website/Kontakt	<a href="https://www.acker.co/gemueseackerdemie/Programminformationen">https://www.acker.co/gemueseackerdemie/Programminformationen</a>

### Zuckerkompass

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	5. bis 8. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Die Verbesserung der Ernährungskompetenz der Schüler, die Aufklärung über Zucker und die Reduzierung des Zuckerkonsums der Jugendlichen.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/kp/uni/zuckerkompass/">https://www.aok.de/kp/uni/zuckerkompass/</a>

### SchmExperten

Anbieter	Bundeszentrum für Ernährung
Zielgruppe	Sekundarstufe I, 5. bis 8. Klasse
Bezug	Ernährungsbildung
Ziel	Jugendliche erwerben Küchenfertigkeiten und Entscheidungskompetenzen, sodass sie künftig ihr Essen aktiv mitgestalten.
Zeitlicher Umfang	Variabel, mindestens sollten sieben Doppelstunden eingeplant werden
Kosten	Kostenfreie Webfortbildung und Infoveranstaltung, Materialbücher sind kostenpflichtig
Website	<a href="https://www.bzfe.de/inhalt/schmexperten-3470.html">https://www.bzfe.de/inhalt/schmexperten-3470.html</a>

### brotZeit.

Anbieter	brotZeit e. V.
Zielgruppe	Grund- und Förderschulen
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährung
Ziel	Hunger von Kindern bekämpfen, Schulfrühstück ermöglichen, Lernen erfolgreich machen, Integration fördern
Zeitlicher Umfang	Mindestens ein Jahr
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.brotzeitfuerkinder.com/">https://www.brotzeitfuerkinder.com/</a>

### 3.3 Thema: Bewegung

#### NRW kann schwimmen

Anbieter	Schwimmverband NRW
Zielgruppe	Schulkinder der 1. bis 6. Klasse, die noch nicht bzw. nicht sicher schwimmen
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Alle Grundschulkinder müssen schwimmen lernen.
Zeitlicher Umfang	10 Tage mit einer Lerneinheit à 45 Minuten
Kosten	Teilnehmereigenleistung (Kursgebühr) beträgt max. 10,- Euro
Website/Kontakt	<a href="https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/fuer-vereine/nrw-kann-schwimmen/">https://www.schwimmverband.nrw/de/unsere-themen/schwimmenlernen/fuer-vereine/nrw-kann-schwimmen/</a>

#### Kindersprint

Anbieter	Expika e. V.
Zielgruppe	Grundschule
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Freude an der Bewegung wecken und fördern.
Zeitlicher Umfang	1-2 Wochen
Kosten	Kostenlos
Website/Kontakt	<a href="https://expika.de/projekte/kindersprint/">https://expika.de/projekte/kindersprint/</a>

#### AktioKit „Aktive Pause“

Anbieter	Expika e. V.
Zielgruppe	Grundschule
Bezug	Bewegungsförderung
Ziel	Kindern eine abwechslungsreichere Pause ermöglichen und durch den eigenverantwortlichen Umgang mit der Aktionskiste Selbstorganisation beibringen.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenlos
Website/Kontakt	<a href="https://expika.de/projekte/kindersprint/">https://expika.de/projekte/kindersprint/</a>

### 3.4 Thema: Psychosoziale Gesundheit

#### Bleib locker - Stressbewältigung für Kinder

Anbieter	Techniker Krankenkasse
Zielgruppe	Grundschule, 3. bis 4. Klasse
Bezug	psychosoziale Gesundheit
Ziel	Vermittlung von Grundwissen zum Thema Stress und Stressbewältigungsstrategien.
Zeitlicher Umfang	8 Doppelstunden
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.tk.de/lebenswelten/gesunde-schule/stressbewaeltigung-bleib-locker-kinder-2138184">https://www.tk.de/lebenswelten/gesunde-schule/stressbewaeltigung-bleib-locker-kinder-2138184</a>

#### Gewaltfrei Lernen

Anbieter	Unfallkasse NRW
Zielgruppe	Grundschule, Sekundarstufe I
Bezug	Schulkultur und Schulklima, Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit
Ziel	Sensibilisierung und Thematisierung alltäglicher Gewalt im schulischen Rahmen. Systemische Beratung zur Prävention und Intervention von Beleidigungen, Ausgrenzung, Mobbing, Gruppenzwang, körperliche Schikane und Bedrohung.
Zeitlicher Umfang	Individuell, aber pro Klassengemeinschaft mind. 6 Stunden an 3 Tagen
Kosten	Kosten variieren nach Stundenzahl pro Klasse, Klassenanzahl einer Schule und Fahrgeldberechnung ab Köln. Die Förderung des Angebots ist vielfach möglich.
Website/Kontakt	<a href="https://www.gewaltfreilernen.de/">https://www.gewaltfreilernen.de/</a>

#### MaiStep - Schulungen für Lehrerinnen und Lehrer

Anbieter	Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Kaufmännische Krankenkasse
Zielgruppe	7. bis 8. Klasse, Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter:innen und Schulpsycholog:innen
Bezug	Psychische Gesundheit, Essstörungen
Ziel	Stärkung der allgemeinen psychischen Gesundheit.
Zeitlicher Umfang	Ganztägige Fortbildung, Programm auf 5x2 Unterrichtseinheiten ausgelegt
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="http://www.unimedizin-mainz.de/kinderpsychiatrie/forschung/praevention-von-essstoerungen.html">http://www.unimedizin-mainz.de/kinderpsychiatrie/forschung/praevention-von-essstoerungen.html</a>

### Law4school - Webinare gegen Cybermobbing

Anbieter	Techniker Krankenkasse
Zielgruppe	5. bis 10. Klasse , Eltern, Lehrer:innen
Bezug	Psychosoziale Gesundheit, Cybermobbing
Ziel	Erkennen der psychischen Folgen und rechtlichen Konsequenzen von Cybermobbing, Vermitteln der rechtlichen Grundlagen des Straf- und Zivilrechts ab 12 Jahren.
Zeitlicher Umfang	90 Minuten
Kosten	Die Kosten werden abzüglich eines verbleibenden Eigenanteils der Schule (83,30,- € pro Klasse, Lehrerkollegium und Webinar) von der TK getragen.
Website/Kontakt	<a href="https://www.law4school.de/">https://www.law4school.de/</a>

### SNAKE - Stress nicht als Katastrophe erleben

Anbieter	Techniker Krankenkasse
Zielgruppe	Sekundarstufe I, 7. bis 9. Klasse
Bezug	Psychosoziale Gesundheit, Stressbewältigung
Ziel	Vermittlung von Grundwissen zum Thema Stress und Stressbewältigungsstrategien.
Zeitlicher Umfang	8 Doppelstunden
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.tk.de/lebenswelten/gesundheitsfoerdern/gesunde-schule/snake-stressbewaeltigungstraining-fuer-jugendliche-2010446">https://www.tk.de/lebenswelten/gesundheitsfoerdern/gesunde-schule/snake-stressbewaeltigungstraining-fuer-jugendliche-2010446</a>

### MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln

Anbieter	MindMatters-Programmzentrum
Zielgruppe	1. bis 13. Klasse aller Schulformen
Bezug	Schulkultur und Schulklima, Gesundheitsförderung, Lehrgesundheit
Ziel	Entwicklung einer Schulkultur, mit der sich alle Schulmitglieder sicher, wertgeschätzt und eingebunden fühlen.
Zeitlicher Umfang	Fortbildungsangebot für Lehrkräfte und Multiplikatoren: 1-2 Tage je nach Modul, Umsetzung der Module ist zeitlich variabel gestaltbar, drei Schulentwicklungsmodul und sieben Unterrichtsmodule
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://mindmatters-schule.de/home.html">https://mindmatters-schule.de/home.html</a>

### Fairplayer.Manual - gegen Gewalt an Schulen und für soziale Kompetenz

Anbieter	Projekt Fairplayer.Manual
Zielgruppe	7. bis 9. Klasse
Bezug	Soziale Kompetenz, Gewaltprävention
Ziel	Förderung von sozialen Kompetenzen und Zivilcourage. Prävention von Bullying/Mobbing und Schulkultur.
Zeitlicher Umfang	Fortbildung für pädagogisches Fachpersonal (36 Stunden; 1x4 oder 2x2 Tagesfortbildungen), Umsetzung: 16 Unterrichtsdoppelstunden (à 90 Minuten), 2 Elternabende, Supervision
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.fairplayer.de/">https://www.fairplayer.de/</a>

### PARTS- Programm zur Förderung von Akzeptanz, Respekt, Toleranz und Sozialer Kompetenz

Anbieter	Friedrich-Schiller-Universität Jena, Institut für Psychologie, Zentrum für Demokratiebildung und gesellschaftliche Integration
Zielgruppe	3. bis 4. Klasse; Lehrer:innen, Schulpsycholog:innen, Schulsozialarbeiter:innen und Erzieher:innen des Primarbereichs (3. oder 4. Klasse)
Bezug	Soziale Kompetenz, Gewaltprävention
Ziel	Akzeptanz von Andersartigkeit, Respekt gegenüber Mitmenschen, Toleranz gegenüber Menschen anderer Kulturkreise, soziale Kompetenz und produktives Lernen im interkulturellen Umfeld.
Zeitlicher Umfang	Insgesamt 16 Übungseinheiten à 45 Minuten, Schulungsdauer 3 Tage
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter, Kostenübersicht unter <a href="https://www.ctc-info.de/communities-that-care/medien/2025/0622185540-parts-kostensteckbrief.pdf">https://www.ctc-info.de/communities-that-care/medien/2025/0622185540-parts-kostensteckbrief.pdf</a> einsehbar
Website/Kontakt	<a href="https://www.fsv.uni-jena.de/47707/parts">https://www.fsv.uni-jena.de/47707/parts</a>

### PEP - Präventionsprogramm für Expansives Problemverhalten

Anbieter	Uniklinik Köln, Ausbildungsinstitut für Kinder- und Jugendlichen Psychotherapie (AKiP)
Zielgruppe	Eltern und Erzieher:innen von 3- bis 6-jährigen Kindern, die frühe Anzeichen von expansivem Verhalten wie Aufmerksamkeits- und Konzentrationsprobleme, Impulsivität, motorische Unruhe und Aggressivität zeigen.
Bezug	Gewalt/Delinquenz (inkl. Mobbing)
Ziel	Prävention von kindlichen Verhaltensstörungen, insbesondere oppositionellen und hyperkinetischen Störungen.
Zeitlicher Umfang	Gesamtprogrammdauer (für die Teilnehmenden) mehrere Monate, Gruppentraining (mit max. 5-6 Teilnehmenden) im Rahmen von 7-12 Sitzungen à 90-120 Minuten
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://akip.uk-koeln.de/forschung-publikationen/publikationen/praeventions-therapieprogramme/?msclid=15cd97c2aae511ec8d1962033c2deab0">https://akip.uk-koeln.de/forschung-publikationen/publikationen/praeventions-therapieprogramme/?msclid=15cd97c2aae511ec8d1962033c2deab0</a>

### MindOut

Anbieter	Schulministerium, TU Dortmund und Westlotto
Zielgruppe	Mittel- und Oberstufe weiterführender Schulen die am Startchancen-Programm teilnehmen
Bezug	psychische Gesundheit
Ziel	Stärkung der sozialen und emotionalen Kompetenzen
Zeitlicher Umfang	13 Sitzungen innerhalb einer Schulstunde integrierbar; Schulung der Lehrkräfte
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://ifp.ep.tu-dortmund.de/storages/ifp-ep/r/Lehrbereiche/Paedagogische_und_Differentielle_Psychologie/MindOut_Flyer.pdf">https://ifp.ep.tu-dortmund.de/storages/ifp-ep/r/Lehrbereiche/Paedagogische_und_Differentielle_Psychologie/MindOut_Flyer.pdf</a>

### 3.5 Thema: Suchtprävention

#### IPSY – Information und psychosoziale Kompetenz

Anbieter	Friedrich-Schiller-Universität Jena, Techniker Krankenkasse
Zielgruppe	10 bis 13 Jahre, 5. bis 7. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit
Ziel	IPSY (Information + Psychosoziale Kompetenz = Schutz). Primärprävention von Alkohol- und Tabakmissbrauch.
Zeitlicher Umfang	Weiterbildung der Fachkräfte zu "IPSY" umfasst 6 Stunden (online oder in Präsenz), Basisprogramm aus 15 Einheiten (10x90 min, 5x45 min) in Klasse 5, Auffrischungssitzungen aus jeweils 7 Einheiten (4x90 min, 3x45 min) in Klasse 6 und 7
Kosten	Kostenlos
Website/Kontakt	<a href="https://www.ipsy.uni-jena.de/">https://www.ipsy.uni-jena.de/</a>

#### Sucht hat immer eine Geschichte (Landeskampagne NRW)

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Menschen aller Altersstufen, insbesondere Kinder und Jugendliche
Bezug	Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit, Suchtprävention, Medienkompetenz
Ziel	Ziel ist es, Suchtmittelmissbrauch und Suchtentstehung zu verhindern. Dabei geht es um die aktuelle Lebenssituation, aber auch um den Umgang mit Schwierigkeiten und Problemen in der Lebensgeschichte.
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Modul/Aktion, 6 Aktionsbausteine und 4 Module zu verschiedensten Themen
Kosten	Kosten für einzelne Module oder Aktionen auf Anfrage beim Anbieter
Website	<a href="https://www.suchtgeschichte.nrw.de/">https://www.suchtgeschichte.nrw.de/</a>

#### Leben ohne Qualm – Tabakprävention NRW

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	ab 5. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung, Suchtprävention, Tabakprävention
Ziel	Förderung des Nichtrauchens und die Verringerung des Tabakkonsums von Kindern und Jugendlichen
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Aktion
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.loq.nrw.de/LoQ-Parcours">https://www.loq.nrw.de/LoQ-Parcours</a>

### Stark statt breit – Cannabisprävention NRW

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Fachkräften, Eltern und Jugendliche
Bezug	Gesundheitsförderung, Suchtprävention
Ziel	Prävention von Cannabiskonsum und -abhängigkeit
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Aktion
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.starkstattbreit.nrw.de/">https://www.starkstattbreit.nrw.de/</a>

### What's on? – Einfach mal abschalten

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Ab 5. Klasse
Bezug	Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit, Suchtprävention
Ziel	Sensibilisierung für exzessive Mediennutzung und Förderung von Alternativen zur Gestaltung medienfreier Zeit
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Aktion
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.whatson.nrw.de/">https://www.whatson.nrw.de/</a>

### Be Smart Dont Start

Anbieter	IFT-Nord gGmbH
Zielgruppe	6. bis 8. Klasse
Bezug	psychosozialen Gesundheit, Suchtprävention
Ziel	Bundesweiter Wettbewerb für Schulklassen, die ein halbes Jahr rauchfrei sind: Verhinderung/Verzögerung des Raucheinstiegs, Einstellung des experimentellen Konsums, Initiierung weiterführender Aktivitäten zur Gesundheitsförderung in Schulen
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Aktion
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.besmart.info/">https://www.besmart.info/</a>

### Tom&Lisa - Klassenworkshop zur Alkoholprävention

Anbieter	KKH Kaufmännische Krankenkasse
Zielgruppe	Sekundarstufe I/II, 7. und 8. Klasse, 13 bis 15 Jahre
Bezug	Gesundheitsförderung, psychosoziale Gesundheit, Suchtprävention
Ziel	Verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol und wie in Gefahrensituationen reagiert werden sollte.
Zeitlicher Umfang	Zwei Module, die jeweils 2 Std. dauern
Kosten	KKH unterstützt die Ausbildung der Präventionsfachkräfte sowie die Netzwerkbetreuung und trägt die Hälfte der Materialkosten.
Website/Kontakt	<a href="https://www.kkh.de/leistungen/praevention-vorsorge/gesundheitsfoerderung-setting/tom-lisa">https://www.kkh.de/leistungen/praevention-vorsorge/gesundheitsfoerderung-setting/tom-lisa</a>

### Power statt Promille

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Sekundarstufe I und II
Bezug	psychosoziale Gesundheit, Suchtprävention
Ziel	Lehrer:innen erhalten Materialien und lernen Methoden kennen, um Alkoholkonsum zu thematisieren.
Zeitlicher Umfang	4 Stunden
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/mk/rh/gesund-lernen/suchtpraevention/power-statt-promille/">https://www.aok.de/mk/rh/gesund-lernen/suchtpraevention/power-statt-promille/</a>

### Immer on?

Anbieter	AOK Rheinland/Hamburg
Zielgruppe	Sekundarstufe I und II
Bezug	psychosozialen Gesundheit, Suchtprävention
Ziel	Lehrer:innen erhalten Materialien und lernen Methoden kennen, um Mediennutzung zu thematisieren.
Zeitlicher Umfang	4 Stunden
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.aok.de/mk/rh/gesund-lernen/suchtpraevention/immer-on/">https://www.aok.de/mk/rh/gesund-lernen/suchtpraevention/immer-on/</a>

### Aktion Glasklar

Anbieter	DAK-Gesundheit
Zielgruppe	Sekundarstufe I und II, Berufskolleg, 12 bis 18 Jahre
Bezug	Alkohol- oder Drogenkonsum
Ziel	Informations- und Sensibilisierungskampagne zum Thema Alkohol für Jugendliche sowie deren Eltern und erwachsene Bezugspersonen.
Zeitlicher Umfang	Bis zu einer Woche
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="http://www.aktionglasklar.de/">http://www.aktionglasklar.de/</a>

### Specht - Suchprävention an Berufskollegs in NRW

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Sekundarstufe I und II, Berufskolleg, 12 bis 18 Jahre
Bezug	Alkohol- und Drogenkonsum
Ziel	Einstieg in den riskanten Konsum von Tabak, Alkohol und Cannabis an Berufskollegs vermindern und den Ausstieg aus problematischen Konsummustern fördern.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.specht.nrw.de/Was-ist-SPEcht">https://www.specht.nrw.de/Was-ist-SPEcht</a>

### PROTECT - Prävention von Mediensucht

Anbieter	Akademie für Präventionswissenschaften gemeinnützige UG
Zielgruppe	Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren mit einem riskanten Medienkonsumverhalten
Bezug	Prävention von Mediensucht
Ziel	Reduzierung einer exzessiven und schädlichen Internetnutzung, Verhinderung einer Internetsucht (z.B. Internetspiele und Soziale Medien).
Zeitlicher Umfang	Schulungsdauer (für das durchführende Personal) bis 5 Tage, an Schulen 4 Sitzungen à 90 Minuten in vier aufeinanderfolgenden Wochen
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://apw-heidelberg.de/protect/">https://apw-heidelberg.de/protect/</a>

### Unplugged- Suchtprävention im Unterricht

Anbieter	FINDER e. V.
Zielgruppe	Jugendliche zwischen 12 und 14 Jahren
Bezug	Alkohol- und Drogenkonsum
Ziel	Prävention des Konsums und Missbrauchs legaler und illegaler Substanzen. Korrektur normativer Überzeugungen, Förderung der Lebenskompetenz, Verringerung von Erstkontakten mit psychotropen Substanzen und Hinauszögern des Übergangs von experimentellem zu regelmäßigem Substanzkonsum.
Zeitlicher Umfang	Schulungsdauer (für das durchführende Personal) bis zu 3 Tage, wöchentliche Durchführung über ein Schulhalbjahr
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter, kann durch die Gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden, Grundmaterialien des Programms sind kostenfrei als Download verfügbar
Website/Kontakt	<a href="https://unplugged.schule/">https://unplugged.schule/</a>

### MOVE - Motivierende Kurzintervention für Fachkräfte

Anbieter	ginko Stiftung für Prävention
Zielgruppe	Kontaktpersonen von Jugendlichen
Bezug	Sucht, Digitale Medien, Cannabis
Ziel	Mehr Sicherheit und Kompetenz für Kontaktpersonen von Jugendlichen im Umgang mit riskant konsumierenden Jugendlichen.
Zeitlicher Umfang	3 Tage Fortbildung
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.move-seminare.de/Jugendliche/Was-ist-MOVE-fuer-Jugendliche">https://www.move-seminare.de/Jugendliche/Was-ist-MOVE-fuer-Jugendliche</a>

### Cannabis Kompakt.

Anbieter	BIÖG, IFT-NORD Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gemeinnützige GmbH
Zielgruppe	Lehrkräfte, Schüler:innen ab Klasse 8
Bezug	Sucht, Cannabis
Ziel	Cannabisprävention als Teil eines schulischen Gesamtkonzepts Prävention
Zeitlicher Umfang	3 Unterrichtseinheiten à 90 Minuten
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.cannabis-kompakt.de/">https://www.cannabis-kompakt.de/</a>

### Cannabis – Quo Vadis?

Anbieter	Villa Schöpflin gGmbH, BIÖG
Zielgruppe	Lehrkräfte, Schüler:innen ab Klasse 8
Bezug	Sucht, Cannabis
Ziel	Aufklärung über die Auswirkungen von Cannabiskonsum, Förderung einer kritischen Auseinandersetzung und Stärkung der persönlichen Haltung gegenüber Konsumverhalten.
Zeitlicher Umfang	135 Minuten für ein interaktives Workshop, bzw. 3 Schulstunden
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.villa-schoepflin.de/cannabis-quo-vadis.html">https://www.villa-schoepflin.de/cannabis-quo-vadis.html</a>

## 4 Gesundheitsförderungsprogramme für Kindertagesstätten und Schulen

### 4.1 Thema: Ernährung

#### EU-Schulprogramm für Milch

Anbieter	Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen
Zielgruppe	Kindertageseinrichtungen, Grund- und Förderschulen in NRW
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungskompetenz
Ziel	Nachhaltige Förderung der Ernährungskompetenzen der Kinder durch pädagogische Begleitung des Programms.
Zeitlicher Umfang	Ein Schuljahr
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.schulobst-milch.nrw.de/">https://www.schulobst-milch.nrw.de/</a>

#### Das 5 Zwerge Präventionsprogramm

Anbieter	Expika e. V.
Zielgruppe	Kindertagesstätte, Grundschulen und Horte
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungskompetenz
Ziel	Kindgerechte und spielerische Vermittlung gesunder Ernährung unterstützt durch Aktionen, die sich einfach in den Unterricht oder Kita-Ablauf integrieren lassen.
Zeitlicher Umfang	Die Module bauen inhaltlich aufeinander auf, sodass alle Module innerhalb eines Kita-Jahres mit derselben Vorschulgruppe umgesetzt werden sollten.
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://expika.de/projekte/5-zwerge/">https://expika.de/projekte/5-zwerge/</a>

#### Gut Essen macht stark

Anbieter	Verbraucherzentrale
Zielgruppe	Kindertagesstätten, Schulen (7. Klasse), Lehrkräfte; Teilnahme nur möglich für Kitas die in einem Fördergebiet des Programmes „Sozialer Zusammenhalt – Zusammenleben im Quartier gemeinsam gestalten“ liegen
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungskompetenz
Ziel	Gesundheitliche Chancengleichheit für Kinder und Jugendliche.
Zeitlicher Umfang	Individuell (Beratungsangebot, Fortbildungsangebot, Pädagogische Aktionen)
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="http://www.verbraucherzentrale.nrw/gut-essen-macht-stark">www.verbraucherzentrale.nrw/gut-essen-macht-stark</a>

## Wissensbus

Anbieter	ESSEN WISSEN Stiftung Eildermann
Zielgruppe	Kindertagesstätten, Schulen, Pädagog:innen und Erzieher:innen
Bezug	Gesundheitsförderung, Ernährungskompetenz
Ziel	Ernährungsbildung für Kinder und Heranwachsende spielerisch gestalten, um Wissen über gesunde und nachhaltige Ernährung zu vermitteln und ernährungsbedingte Erkrankungen wie Adipositas, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen.
Zeitlicher Umfang	Individuell
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://essen-wissen.de/unser-angebot/kindergarten-kinder/">https://essen-wissen.de/unser-angebot/kindergarten-kinder/</a>

## Ich kann kochen! Initiative für gesunde Ernährung im Kindesalter

Anbieter	BARMER, Sarah Wiener Stiftung
Zielgruppe	Erzieher:innen und Lehrer:innen oder andere Fachkräfte, die mit Kindern bis 10 Jahren arbeiten
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Förderung des Ernährungsbewusstseins und der Ernährungsbildung von Kindern durch ein speziell entwickeltes Kinderkochkurs-Programm.
Zeitlicher Umfang	Eintägige Fortbildung für Lehrkräfte/pädagogisches Fachpersonal; Umsetzung in Schulstunde, Projektwoche, Koch-AG o. ä.
Kosten	Fortbildungen sind kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.barmer.de/gesundheits-verstehen/praevention-und-vorsorge/initiative-ich-kann-kochen">https://www.barmer.de/gesundheits-verstehen/praevention-und-vorsorge/initiative-ich-kann-kochen</a>

## Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW

Anbieter	Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e. V.
Zielgruppe	Kindertagesbetreuung, Schulen, Schüler:innen
Bezug	Gesundheitsförderung
Ziel	Beratung und Unterstützung zu allen Fragen rund um die Kita- und Schulverpflegung in NRW (Verpflegungsqualität und Verpflegungsorganisation) und Ernährungsbildung.
Zeitlicher Umfang	Der zeitliche Rahmen ist abhängig vom Umfang der Fragestellungen. Online und Präsenz, Fortbildungsveranstaltungen werden individuell konzipiert.
Kosten	Kostenfrei
Website/Kontakt	<a href="https://www.kita-schulverpflegung.nrw/">https://www.kita-schulverpflegung.nrw/</a>

## 4.2 Thema: Psychosoziale Gesundheit

### DENK-WEGE Programm zur Förderung personaler und sozialer Kompetenzen

Anbieter	Denk-Wege GmbH
Zielgruppe	Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren (Kindergarten bis 6. Klasse)
Bezug	Soziale Interaktion, Gewalt/Delinquenz, Alltagskompetenzen, Problemlösefähigkeiten, Alkohol- oder Drogenmissbrauch, Rauchen
Ziel	Reduktion von Problemverhalten und Gewalt, zur Förderung der Lebenskompetenzen und der Resilienz sowie einer gesunden Schulkultur.
Zeitlicher Umfang	Mehrere Monate, 3-tägige digitale Schulung des Personals
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.xn--gewaltprvention-an-schulen-nhc.ch/index.html">https://www.xn--gewaltprvention-an-schulen-nhc.ch/index.html</a>

### IKPL – Ich kann Probleme lösen

Anbieter	EFFEKT
Zielgruppe	Kinder von 4 bis 7 Jahren, 1. bis 2. Klasse Grundschule
Bezug	Soziale Kompetenz
Ziel	Förderung der sozialen Kompetenz von Kindern durch das Erlernen von Fähigkeiten zur Wahrnehmung eigener und fremder Gefühle, Erkennen von Verhaltensursachen, Einschätzung der Folgen des eigenen Verhaltens und Entwicklung von Konfliktlösungen.
Zeitlicher Umfang	15 Kurseinheiten zu jeweils 45 Minuten (Kita), 10 Kurseinheiten zu jeweils 45 Minuten (Schule)
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.elfekt-training.de/">https://www.elfekt-training.de/</a>

### Kinder stark machen – Mitmach Initiative für ein suchtfreies Leben

Anbieter	BIÖG
Zielgruppe	Kinder und Jugendliche ab 4 Jahren, Lehrkräfte
Bezug	Suchtprävention
Ziel	Frühzeitige Prävention von Suchtverhalten durch Stärkung von Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl sowie Konflikt- und Kommunikationsfähigkeiten.
Zeitlicher Umfang	Individuell je nach Aktion
Kosten	Kosten auf Anfrage beim Anbieter
Website/Kontakt	<a href="https://www.kinderstarkmachen.de/">https://www.kinderstarkmachen.de/</a>

## 5 Quellen

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG). (o. D.). Programme und Angebote zur Cannabisprävention. cannabispraevention.de. Abgerufen am 25. März 2025, von <https://www.cannabispraevention.de/lehrkraefte/programme-und-angebote/>

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW. (o. D.). Unterstützungsangebote für Schulen in NRW. Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW. Abgerufen am 10. März 2025, von <https://www.bug-nrw.de/unterstuetzungsangebote>

Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW ginko Stiftung für Prävention. (2021). Gesund aufwachsen - Angebote der Suchtprävention für den Elementarbereich. www.suchtgeschichte.nrw.de. Abgerufen am 24. März 2025, von [https://www.suchtgeschichte.nrw.de/download/Elementarbereich/2021\\_Suchtpraevention\\_im\\_Elementarbereich\\_barrierefrei.pdf](https://www.suchtgeschichte.nrw.de/download/Elementarbereich/2021_Suchtpraevention_im_Elementarbereich_barrierefrei.pdf)

Stiftung Deutsches Forum für Kriminalprävention. (o. D.). *Wegweiser Grüne Liste - Programmsuche*. wegweiser-gruene-liste.de. Abgerufen am 10. März 2025, von <https://wegweiser-gruene-liste.de/programmsuche/filter/>