

# Alles Fit?! - Qualifizierung von Gesundheitscoaches in Einrichtungen und Betrieben der Caritas durch Blended Learning

ESF-Programm „rückenwind – Für die Beschäftigten in der Sozialwirtschaft“

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Alles Fit?! - Qualifizierung von Gesundheitscoaches

**rückenwind**  
Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft

## ■ Ausgangssituation

Berufspraxis der Beschäftigungsbetriebe der Bundesarbeitsgemeinschaft „Integration durch Arbeit“ (BAG IDA):  
40% der Arbeitssuchenden leiden unter gesundheitlichen Einschränkungen

- Ungünstigeres Gesundheitsverhalten (z.B. Ernährung, Bewegung)
- Erhöhter Suchtmittelkonsum (z.B. Tabak und Alkohol)
- Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit (Stress, Selbstzweifel, subjektives Wohlbefinden)



## ■ Handlungsbedarf

Fachkräfte der Beschäftigungsbetriebe benötigen **Handlungskompetenzen** für den beruflichen Alltag

- Ziel ist die Qualifizierung von 80 Fachkräften zu Gesundheitscoaches
- Erwerb von Grundkenntnissen der Gesundheitsprävention und –förderung von arbeitslosen Personen über die Methode des **Blended Learning**

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Alles Fit?! - Qualifizierung von Gesundheitscoaches



Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Die Zielgruppe

**rückenwind**

*Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft*

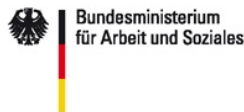
**Teilnehmende der Qualifizierung sind **Fachkräfte in den Beschäftigungsbetrieben/ Multiplikator/innen** (nicht die arbeitslosen Klient/innen), d.h.:**

- Sozialpädagog/innen
- Sozialarbeiter/ Sozialarbeiterinnen
- Diplom-Pädagog/innen
- Diplom-Psycholog/innen
- ggf. Werkanleiter/innen, Meister/innen
- etc.

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



## Kooperation mit dem

**Institut für Prävention und  
Gesundheitsförderung (IPG)  
der Universität Duisburg-Essen**  
Max-Fiedler-Straße 6  
45128 Essen



- **Inhaltliche Unterstützung Rahmenplan (Qualifizierungsinhalte)**
- **Wissenschaftlich fundierte Korrektur der einzelnen Qualifizierungsbausteine**
- **Tutorielle Begleitung der Teilnehmer/innen während der Online-Lernphase**

Ein Projekt der



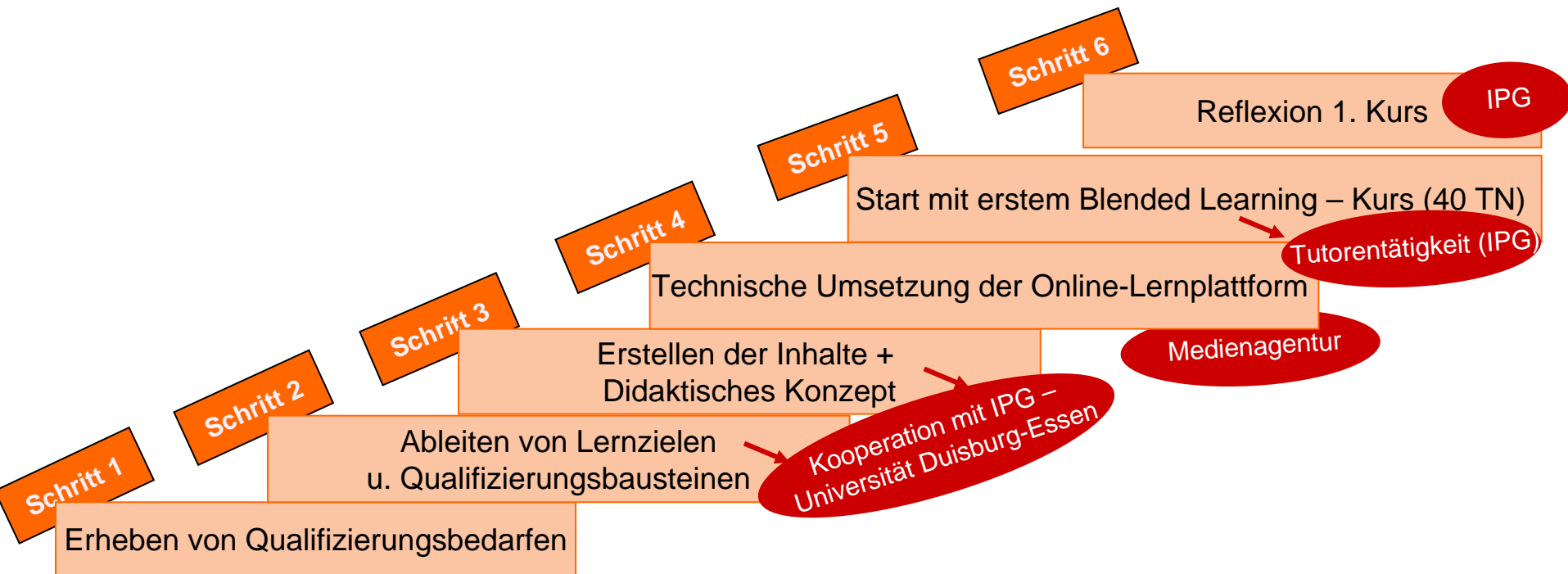
Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Projektschritte in 2010/ 2011

**rückenwind**

Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft



Ein Projekt der



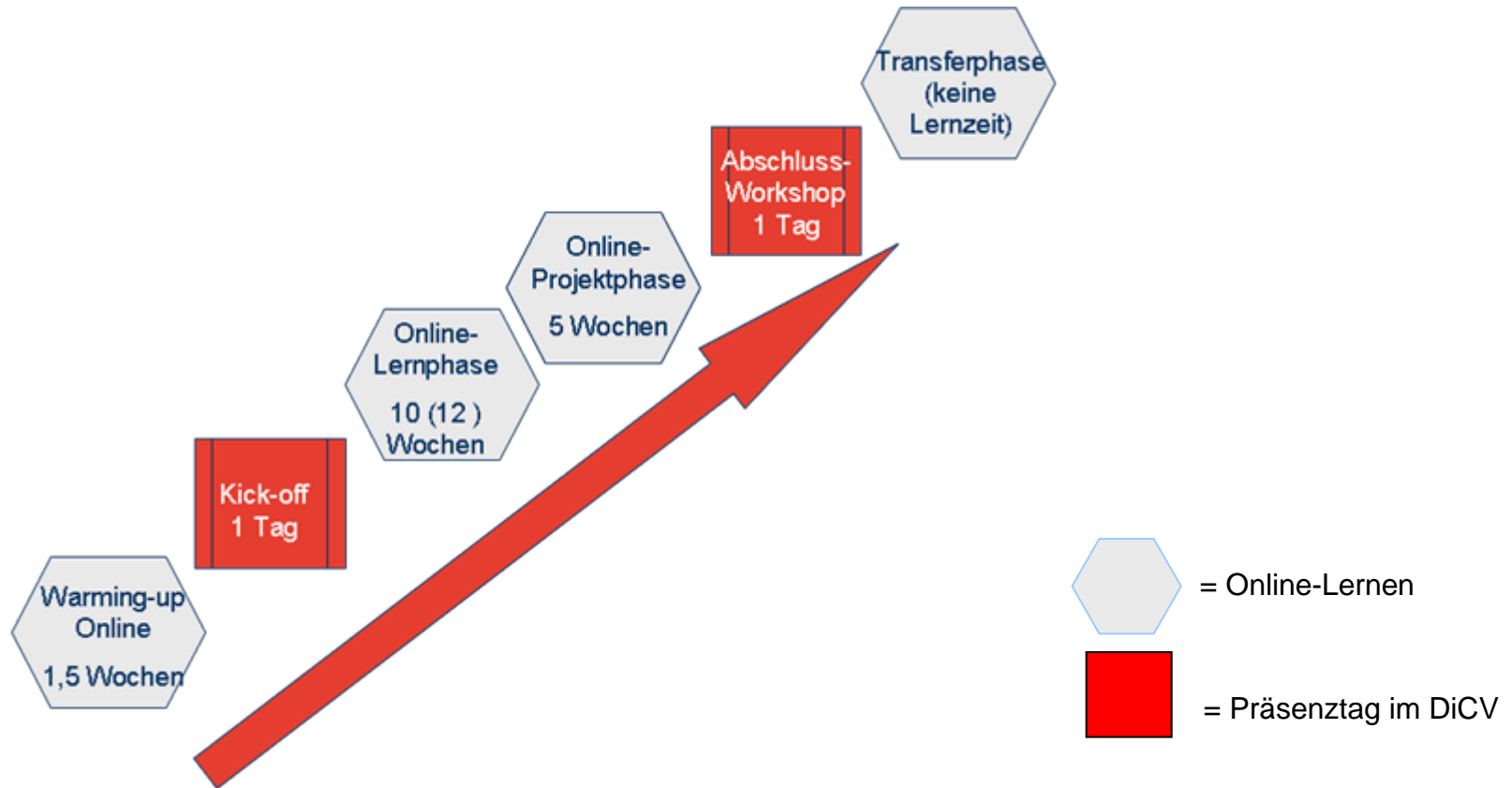
Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Ablauf der Qualifizierung

**rückenwind**

Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft



Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



Bundesministerium  
für Arbeit und Soziales



EUROPÄISCHE UNION

# Ablauf der Qualifizierung

**rückenwind**

Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft

- 1 Warming up – online**
- Einstieg in die Lernplattform
  - Kennenlernen der Tutor/innen

- 2 KICK OFF  
Präsenztage in Köln**
- Vertrautmachen mit der Technik der Lernplattform
  - Inhaltlicher Einstieg ins Thema

Für die ersten 46 TN  
im Dezember 2010

- 3 Online-Lernphase (ca. 19 Stunden)**
- Individuelles Lernen der Qualifizierungsbausteine (Web-based Training – WBT)
  - Diskussionsforen und interaktives Lernen (z.B. virtuelle Konferenzen)
  - Lernfeedbacks und Online-Prüfung

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds





4

## Praxiserprobung

- Durchführung eines Projektes:  
Gesundheitsförderung vor Ort
- Abschließender kurzer Projektbericht

5

## ABSCHLUSS

### Präsenztage in Köln

- Reflexion des Gelernten/ Praxistransfer
- Auswertung der Projektphase vor Ort
- Ausblick: gemeinsames Wiki

6

## Transferphase

- Netzwerk der Teilnehmer/innen
- gemeinsame Entwicklung eines Wikis
- Austausch über Fallsituationen im Forum
- ...

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



# Die Qualifizierungsbausteine der Online-Lernphase

**rückenwind**

Für die Beschäftigten  
in der Sozialwirtschaft

1

Arbeitslosigkeit und Gesundheit – eine Einführung in die Gesundheitsförderung

2

Grundlagen der motivierenden Gesprächsführung

3

Gesunde Ernährung

4

Sport und Bewegung

5

Stress und Entspannung

6

Psychische Belastungen/ Erkrankungen

7

Alkohol, Nikotin und Medikamente



## Zeitlicher Umfang

- E-Learning ca. 19 Stunden
- 2 Präsenztage á 8 Stunden
- ca. 5-10 Stunden Projektarbeit vor Ort

➔ ca. 40 Stunden insgesamt

Ein Projekt der



Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds



Bundesministerium  
für Arbeit und Soziales



EUROPÄISCHE UNION