

## Qualitätssicherung

### für eine starke Marke

GUT DRAUF zeichnet sich durch acht Qualitätskriterien aus. Die Kriterien gelten für alle Maßnahmen, Projekte, Aktionen und Angebote, die unter dem Qualitätssiegel GUT DRAUF durchgeführt werden. Die GUT DRAUF-Partnerinnen und -Partner füllen diese Kriterien mit Leben.

Die GUT DRAUF-Qualitätskriterien wurden in Qualitätsstandards konkretisiert, die den Einrichtungen in den fünf Handlungsfeldern Leitlinien für ihre gesundheitsbezogene Qualitätsentwicklung bieten. Die Partner werden in diesem Prozess durch Beratung und Schulung begleitet. Durch eine kontinuierliche Prozess- und Ergebnisevaluation wird die Umsetzung der Aktion überprüft; die Ergebnisse fließen in deren Weiterentwicklung ein.

### Die acht Qualitätskriterien

- Ganzheitliche Zielsetzung: gesunde Ernährung, ausreichende Bewegung, gelingende Stressregulation
- Nachhaltige Wirkung für den Alltag
- Zielgruppenorientierung und Aufgreifen aktueller Jugendkulturen
- Gesundheit in Szene setzen
- Qualifiziertes Personal
- Partizipation und Teamorientierung
- Qualitätssicherung & Evaluation
- Vernetzung

### So machen Sie mit!

Wenn Sie sich mit den Grundgedanken der GUT DRAUF-Jugendaktion identifizieren können, motiviert und engagiert sind, aktiv Gesundheitsförderung für Jugendliche umzusetzen, und bereit sind, dies dauerhaft in Ihrer Einrichtung beizubehalten, können Sie über das Kontaktformular auf [www.gutdrauf.net](http://www.gutdrauf.net) mit uns in Verbindung treten. Wir freuen uns auf Sie!

**Beratung und Schulung erfolgen kostenfrei durch die BZgA, wenn Sie sich entscheiden, Partner zu werden.**

## GUT DRAUF in Zahlen und Fakten

Partnerorganisationen:	ca. 650
Zertifizierte Einrichtungen:	182
Geschulte Fachkräfte:	ca. 3.500
Erreichte Jugendliche über GUT DRAUF-Partner (2009):	ca. 800.000

(Stand: Dezember 2010)

Besuchen Sie die Internetseite [www.gutdrauf.net](http://www.gutdrauf.net), um die Jugendaktion näher kennen zu lernen!

Bestellen Sie den GUT DRAUF-Rundbrief, um aktuelle Informationen zu erhalten!

Bestellen Sie sich unser – überwiegend – kostenfreies Informationsmaterial für Jugendliche, Eltern und Fachkräfte!

### Kontakt:



Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung  
Referat 1-14: Prävention ernährungsbedingter Krankheiten/Gesundheitsförderung  
Ansprechpartner: Reinhard Mann  
Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln  
E-Mail: [gutdrauf@bzga.de](mailto:gutdrauf@bzga.de)  
Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.gutdrauf.net](http://www.gutdrauf.net) und [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Ihre regionale Ansprechpartnerin / Ihr regionaler Ansprechpartner

Bestell-Nr.: 35530001

© Fotolia: godfer, shock, Virgilio de Almeida, Christy Thompson | Corbis: Ocean | iStockphoto.com: Majoros Laszlo | Gestaltung: www.sdesign-koeln.de | Konzept und Redaktion: projecta köln

# GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!



[www.gutdrauf.net](http://www.gutdrauf.net)



**BZgA**

Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

# Die Jugendaktion GUT DRAUF

der BZgA

## GUT DRAUF – Qualifizierte Gesundheitsförderung

GUT DRAUF – Bewegen, entspannen, essen – aber wie! ist eine regional vernetzte Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Jugendliche von 12 bis 18 Jahren. Mädchen und Jungen erfahren unter dem Dach dieser Qualitätsmarke, wie gesundheitsgerechtes Verhalten Spaß macht und sich in den Lebensalltag integrieren lässt.

## GUT DRAUF – Partner fit machen für gesundheitsgerechte Arbeit mit Jugendlichen

Ernährung, Bewegung und Stressregulation sind zentrale Faktoren für gesundes Aufwachsen und Wohlbefinden. Wissenschaftlich nachgewiesen ist darüber hinaus, dass sich diese drei Elemente gegenseitig beeinflussen.

GUT DRAUF wurde auf der Grundlage dieser Erkenntnisse entwickelt. Die Aktion richtet sich vor allem an Einrichtungen und Fachkräfte der Jugendarbeit und Jugendbildung. Ziel ist es, diese zur Vermittlung gesundheits- und zielgruppengerechter Botschaften in den unterschiedlichen Lebenswelten Jugendlicher zu befähigen.

GUT DRAUF bietet Einrichtungen im Sozialraum Jugendlicher eine wissenschaftlich fundierte gesundheitsbezogene Qualitätsentwicklung. Sie umfasst die Beratung und Zertifizierung der Einrichtungen und die Schulung der Akteurinnen und Akteure.

## GUT DRAUF – Jugendliche für gesundheitsorientiertes Verhalten gewinnen

Gesunde Ernährung, ausreichende und mit Freude verbundene Bewegung und gelingende Stressbewältigung sollen selbstverständlich integrierte Elemente des sozialen Lebens Jugendlicher werden. Das Wechselspiel zwischen den drei Elementen wird erlebbar und die Notwendigkeit, diese im Gleichgewicht zu halten, erfahrbar gemacht.

Über Angebote, die die jugendlichen Bedürfnisse nach Abenteuer, Risiko, körperlicher Selbst- und Grenzerfahrung aufgreifen, werden Anreize zu einer bewussten Körperwahrnehmung gegeben. Jugendliche werden für physische und psychische Befindlichkeiten sensibilisiert, damit sie lernen, eigene Bedürfnisse zu erkennen, einzuordnen und mit ihnen umzugehen.

Indem gesundheitsrelevante Botschaften „in Szene gesetzt“ werden, öffnen geschulte GUT DRAUF-Teamer die Tür zu neuen, spannenden und anregenden Erfahrungen. Unter Beteiligung der Jugendlichen werden immer wieder Anlässe geschaffen und gestaltet, in denen Ernährung, Bewegung und Stressregulation zu Erlebnissen mit nachhaltiger Wirkung verknüpft sind.

## Die GUT DRAUF-Partnerinnen und -Partner

Partnerinnen und Partner der Jugendaktion GUT DRAUF können alle im Bereich der Jugendarbeit und Jugendbildung tätigen Einrichtungen werden. Sie prägen die wichtigsten außerfamiliären Lebensbereiche von Kindern und Jugendlichen.

## Die Handlungsfelder der GUT DRAUF-Partnerinnen und -Partner

- Jugendarbeit
- (Ausbildungs-) Betriebe
- Schule
- Jugendreisen und Jugendunterkünfte
- Sport

# Was bietet Ihnen GUT DRAUF?

## GUT DRAUF-Zertifikat

GUT DRAUF steht für geprüfte Qualität und macht sie nach außen sichtbar. Mit der Zertifizierung als „GUT DRAUF-Einrichtung“ erhalten Sie von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ein wissenschaftlich fundiertes Qualitätszertifikat.

## Beratung und Begleitung

GUT DRAUF bietet Ihnen die Möglichkeit, qualitätsgesicherte, gesundheitsgerechte und attraktive Angebote für Jugendliche dauerhaft und breitflächig in Ihrer Region, Kommune oder Stadt zu verankern. Im Laufe des ein- bis zweijährigen Prozesses beraten und begleiten Sie interdisziplinär qualifizierte Fachkräfte bei der Entwicklung zur GUT DRAUF-Einrichtung.

## Qualifizierung

Von der BZgA ausgebildete GUT DRAUF-Trainer schulen die Mitarbeitenden Ihrer Einrichtung. Sie befähigen sie, gesundheitsförderliche Botschaften wirkungsvoll zu kommunizieren und Jugendliche für Themen rund um Gesundheit zu interessieren. Thematische Fachtage und Jahrestagungen sichern ein hohes inhaltliches Niveau und bieten neue Impulse für die Praxis.

## Vernetzung und Kooperation

Zur Begleitung und Unterstützung der Partnerinnen und Partner vom Erstkontakt bis zur Zertifizierung werden überregionale Netzwerke gebildet und Koordinationsstellen eingerichtet. GUT DRAUF unterstützt Sie zudem bei der Vernetzung mit anderen Partner-Einrichtungen in Ihrer Nähe. Die Netzwerke dienen gegenseitiger Anregung und erzielen damit synergetische Effekte.

