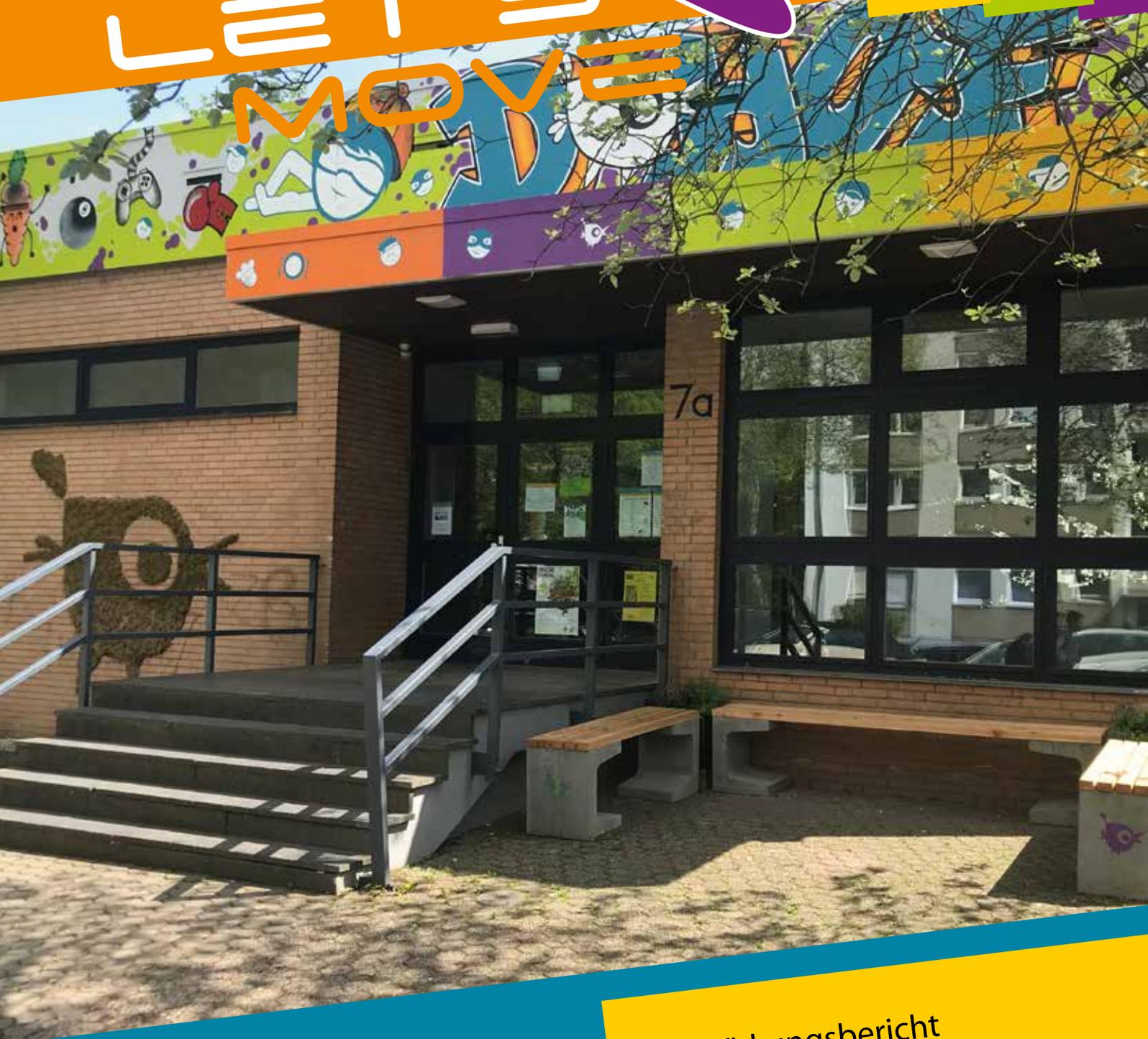


5 JAHRE LET'S MOVE –
ENTSPANNUNG, GREEN-TEAM,
NATURKINDER, AKROBATEN UND
KOCHPROFIS



LET'S MOVE



D  **Hof**
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Ein Wirkungsbericht
mit Blick in die Zukunft

IMPRESSUM

Herausgeber:
Verein Kinder und Jugendliche Driescher Hof e.V.
als Träger des D-Hof für Kinder und Jugendliche

Vertreten durch Dennis Breuer
(Vereinsvorsitzender)

Vereinssitz
Königsbergerstr. 7a
52078 Aachen

Web
www.d-hof.de
Facebook
Instagram

Kontakt
info@d-hof.de

Spendenkonto
Sparkasse Aachen
IBAN: DE73 3905 0000 0028 0132 58
BIC: AACSD33XXX

Redaktionelle Bearbeitung:
Sandra Jansen
Salome Ophelia Ziermann
Agnes Zilligen

Unterstützung durch
Das gesamte D-Hof-Team

Layout / Grafik:
Germax media Werbeagentur
Annika Kuhn: Logos der Projektbausteine

Fotos:
D-Hof für Kinder und Jugendliche
Fotos einzelne Räume und Außengelände,
S. 53-55: © Stadt Aachen/Andreas Herrmann
Foto Andreas Reiners, S. 11 (privat)
Foto Marianne Genenger-Stricker, S. 48 (privat)

Das Projekt „*Let's move*“ – ein Projekt zur Gesundheitsförderung von benachteiligten Kindern, Teenies und Jugendlichen im Brennpunktstadtteil Driescher Hof in Aachen wird seit 2014 gefördert vom Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen sowie seit 2018 für drei Jahre von der actimonda krankenkasse.

Aachen, im Dezember 2019

Druck auf PEFC™-zertifiziertem Papier.

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	5	4. Lebensräume - Innen und Außen in der Offenen Tür D-Hof.....	52
1. Der Lebensraum Driescher Hof und das Thema Armut	6	4.1 Erlebnis-Räume „nach Plan“	54
Gastbeitrag Andreas Reiners: Soziale Ungleichheit und Ernährungsverhalten	11	4.2 Lieblingsorte in der Offenen Tür D-Hof als Seismograph für Bedürfnisse und Trends	56
2. Das Projekt „Let´s move“ von 2014 bis 2019	13	4.3 Wo alle gerne essen: Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene und ihr Lieblingsessen in der Offenen Tür D-Hof.....	58
2.1 Pädagogik / Methoden / Multiplikator*innen.....	16	5. Das Erfolgsprojekt „Let´s move“ - Ausgewählte Beispiele	59
2.2 Leckere und gesunde Ernährung	22	5.1 Wirkung des „Green-Teams“: Der grüne Daumen zieht Kreise.....	60
2.3 Spaß an Bewegung und Sport	28	5.1.1 Zahlen und Fakten rund ums „Green-Team“	62
2.4 Naturnahe Angebote im eigenen Garten	32	5.1.2 Die Zugabe: Urban Gardening im D-Hof	63
2.5 Ruhe und Entspannung.....	36	5.2 Familienkochen in der Offenen Tür D-Hof – Ein Angebot wird zum Selbstläufer	64
2.6 Nachhaltigkeit und Umweltschutz	38	5.3 Wirkungen der Angebote im Bereich der gesunden Ernährung	67
2.7 Ausblick und Planung für 2020.....	42	5.4 Bewegung und mehr: Das Fußballangebot in der Offenen Tür D-Hof	70
3. „Let´s move“ - Wirksamkeit durch strukturelle und ganzheitliche Angebote.....	45	5.5 Wirkungen von Bewegungs- und Sportangeboten	72
3.1 Theorie mit praktischem Inhalt gefüllt – Ergebnisse der Befragung der eigenen Mitarbeiter*innen	46	5.6 Mit Entspannung und Achtsamkeit die Gesundheitsförderung vertiefen.....	73
3.1.1 Mitarbeiter*innen-Statements zu ausgewählten Stichworten.....	46	5.7 Entspannung durch Musik – Ein Angebot im Projektbaustein.....	74
Gastbeitrag Marianne Genenger-Stricker: Ein Plädoyer für die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit.....	48	6. Wirkungsorientierte Projektarbeit „Let´s move“ - Zehn Gelingenskriterien.....	75
3.1.2 Der Blick der Mitarbeiter*innen auf den D-Hof und die eigene Arbeit	51	7. Gelungene Öffnung nach außen – Vernetzung als aktive Solidarität	77
		8. Der D-Hof bedankt sich	81
		9. Literatur und weitere Medien.....	82



Sandra Jansen ist Diplom-Sozialpädagogin und leitet seit 2006 den D-Hof für Kinder und Jugendliche. In freiberuflicher Tätigkeit berät sie als Supervisorin M.A. Gruppen, Teams und Einzelpersonen.

Vorwort

Herzlich Willkommen im D-Hof für Kinder und Jugendliche!

Bei uns ist es bunt und laut – hier wird gelebt und gelernt.

Von mittags bis abends, jeden Tag aufs Neue, sind wir seit 1981 ein zweites Zuhause für täglich rund 300 Kinder und Jugendliche.

Wir betreuen, begleiten und fördern junge Menschen, nehmen uns Zeit für sie und bauen eine persönliche Beziehung zu ihnen auf. Wir helfen Jugendlichen beim Erwachsenwerden und beraten auch ihre Eltern und Familien. Wir richten uns mit Bildungs-, Freizeit- und Hilfsangeboten an die große Altersspanne von 6- bis 27 Jahren und setzen diese im Rahmen von offener Kinder- und Jugendarbeit sowie an zwei Offenen Ganztagschulen (OGS) um.

Träger ist der Verein Kinder- und Jugendhilfe Driescher Hof e.V.

Der Einrichtungsname „D-Hof“ steht für unseren bunten Stadtteil Driescher Hof, mit dem wir uns sehr verbunden fühlen.

Die Rolle unserer Mitarbeiter*innen beschreibt sich am besten als Lebensbegleiter*innen: Wir haben ein offenes Ohr und Auge für die Themen, Sorgen und Bedürfnisse junger Menschen und sind verlässlich für sie da.

Der D-Hof arbeitet sozialräumlich, niedrigschwellig und mit einer breiten Angebotspalette. Wir setzen mit den konkreten Angeboten, die auf Freiwilligkeit basieren, an den Interessen, Bedürfnissen und den Lebenswirklichkeiten junger Menschen an und nehmen sie ernst. Dabei wertschätzen wir sie als

Subjekte ihres Lebens, die nach einem partizipatorischen Verständnis immer auch Handelnde sind, die ihre Angebote mitgestalten.

Wir fördern junge Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und gestalten gemeinsam mit ihnen einen (Selbst-) Erfahrungsraum auf der Grundlage von Inklusion, verstanden als gesellschaftliches Konzept des Zusammenlebens in Vielfalt. Mittels echter Partizipation erleben sich Kinder und Jugendliche bei uns als selbstwirksam.

Wir haben es uns zum Ziel gesetzt, besonders auch für diejenigen da zu sein, die Benachteiligung erfahren.

Dabei sind wir uns der sozialen Ungleichheit in unserer Gesellschaft und der verschiedenen Ausprägungen von Armut in unserem Sozialraum bewusst.

Unsere Mission: Gesellschaftliche Teilhabe durch vielfältige Angebote ermöglichen und Resilienz nachhaltig fördern.

Wir begegnen dabei den Kindern, Jugendlichen und ihren Familien mit der Haltung: „Ihr seid wertvoll!“



Sandra Jansen
Leiterin D-Hof

1. Der Lebensraum Driescher Hof und das Thema Armut

Der Driescher Hof ist ein Lebensraum von insgesamt vierein im Sozialraum Forst/Driescher Hof, dem größten und stärksten geteilten Sozialraum in der Stadt Aachen.

Im Driescher Hof wächst bis zu jedes zweite Kind in Armut auf, der genaue Anteil liegt bei 43,2 %. Die Ermittlung der Kinderarmut erfolgte über den Anteil der Sozialgeldbezieher*innen unter 15 Jahre.

Zum Vergleich: In der Stadt Aachen beträgt der Anteilswert armutsbetroffener Kinder 21,1 % und in der Städtereion Aachen 19,1 %.¹ **Kinder unter 15 Jahren im Driescher Hof sind somit doppelt so häufig von Armut betroffen als der Durchschnitt der unter 15-Jährigen in Stadt und StädteRegion Aachen.**

WEITERE ARMUTS- UND BENACHTEILIGUNGS-RISIKEN

Die Schuleingangsuntersuchungen in der Stadt Aachen erfassen u.a. die „*altersgerechte Entwicklung*“: Dabei werden zur Berechnung des Index sechs unterschiedliche Faktoren zusammengefasst, die vollständig vorliegen müssen:

- › Selektive Aufmerksamkeit
- › Sprache als altersgerechte Sprachkompetenz
- › Visuelle Wahrnehmung und Schlussfolgern
- › Visuomotorik
- › Zahlen- und Mengenvorwissen
- › Körperkoordination als Motorikindex.

Zur Definition einer Auffälligkeit des Index muss mindestens in einem Bereich ein auffälliges Ergebnis vorliegen. **Danach liegt der Anteil der Kinder im Driescher Hof, denen keine altersgerechte Entwicklung attestiert wird, bei 45,8 %.**

Zum Vergleich: In der Stadt Aachen rangieren diese Anteile je nach Stadtviertel zwischen 4,1 % und 59 %.²

85 % der im Rahmen der Schuleingangsuntersuchungen 2013 befragten Familien gaben an, eine andere Sprache als Deutsch als Muttersprache zu gebrauchen.³

Der Anteil der Alleinerziehenden liegt im Driescher Hof bei 28,9 %.⁴

89 % aller Jugendlichen im Alter zwischen 14 und 18 Jahren leben in diesem Sozialraum in Haushalten im SGB II-Bezug.⁵

All diese Zahlen verdeutlichen die soziale Problematik: **Der Driescher Hof ist ein Stadtteil mit besonderem Handlungsbedarf.**

WIE BEGEGNET DAS THEMA ARMUT DEN MITARBEITER*INNEN DES D-HOF IN IHREM ARBEITSALLTAG?

- › In der Offenen Tür D-Hof sieht ein Mitarbeiter einen siebenjährigen Grundschüler mit einem Loch im Schuh, aus dem ein Zeh herauschaut.
- › Nach dem Toben im Kletterraum bekommt eine Sechsjährige ihre viel zu kleinen Schuhe nicht mehr angezogen. Auf vorsichtige Nachfrage einer Mitarbeiterin erklärt das Mädchen:

¹ Sozialberichterstattung StädteRegion Aachen, 2018

² Sozialentwicklungsplanung Stadt Aachen, 2018; Schuleingangsuntersuchungen 2014-2018, kumulierte Daten aus diesen Jahren

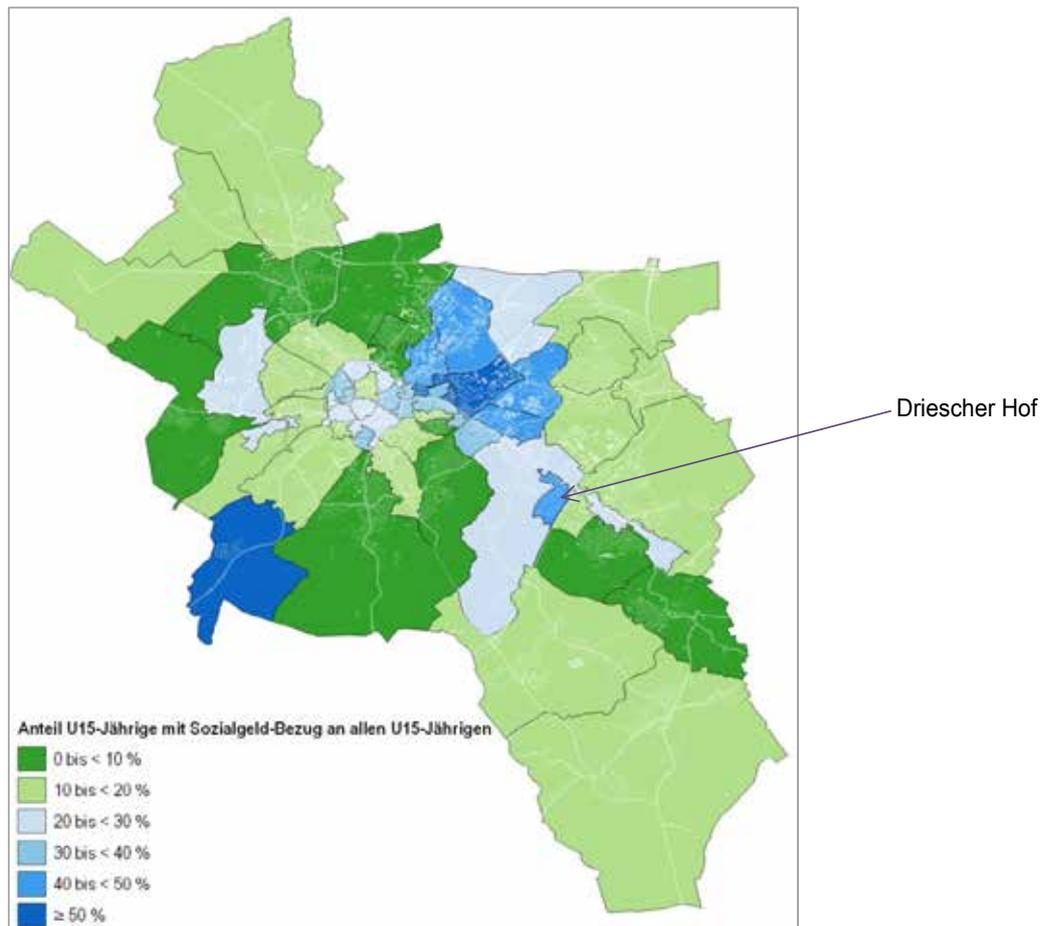
³ Zweiter Sozialentwicklungsplan Aachen. Demografische, sozio-ökonomische und soziale Entwicklung und Perspektiven für die Aachener Quartiere, Hrsg. Stadt Aachen, Fachbereich Soziales und Integration – Sozialplanung, Aachen 2015

⁴ Sozialentwicklungsplanung Stadt Aachen, 2018

⁵ 3. Kinder- und Jugendförderplan der Stadt Aachen 2015–2020

Sozioökonomie und Nationalitäten (2018)	Personen	SGB II-Bezieher 15-64 Jahre	Sozialgeld-bezieher <15 Jahre	wichtigste drei nicht-deutsche Nationalitäten (2016)
Driescher Hof	4.180	805 (25,7%)	374 (43,2%)	Türkei, Syrien, Polen
Stadt Aachen	257.032	17.753 (9,7%)	6.084 (21,1%)	–

Gesamtstädtische Verteilung (2018):



Sozialentwicklungsplanung Stadt Aachen, 2018

„Mama weiß das. Wir müssen noch bis Monatsende warten, dann gibt's wieder Geld.“

- › Täglich sehen die Mitarbeiter*innen zu kleine oder zu große, unzureichende Kleidung, die häufig nicht der Jahreszeit angepasst ist.
- › Fast täglich erleben sie im Rahmen der Ganztagsbetreuung an zwei Schulen Kinder, die den Mittagstisch gar nicht verlassen wollen.
- › In der Offenen Tür beobachten Mitarbeiter*innen immer wieder Kinder, die ihre Hosentaschen mit kleingeschnittenem Obst füllen, da sie etwas für ihre Geschwister mit nach Hause nehmen wollen oder für sich selbst.
- › Es gibt zahlreiche Kinder, die über vier Jahre das gleiche Kostüm an Karneval tragen.
- › Kinder berichten davon, dass sie sich zu Hause mit Geschwistern eine Matratze zum Schlafen teilen.
- › Häufig ist die erste Frage bei besonderen Aktionen: „Was kostet das?“

Die Mitarbeiter*innen im D-Hof wissen um sehr beengte und nicht kindgerechte Wohnverhältnisse. Bei der partizipativen Planung eines Entspannungs- und Ruheraums wurde deutlich, dass die Kinder sich schlicht und einfach ein schönes Kinderzimmer wünschen – am liebsten mit Hochbett.

Und nicht zuletzt erlebt das Team immer wieder, dass Kinder die Armut der Familien rhetorisch überdecken wollen: „Ich zahl das von meinem Taschengeld.“ oder „Ich habe da eh keine Lust drauf!“ Diese Reaktionen von Kindern zeigen, wie sehr das Aufwachsen in Armut von Scham besetzt ist. Dieses Schamgefühl nimmt zu, je älter die Jugendlichen werden:

- › Zum Ende einer Ferienaktion dürfen sich alle eine Pizza nach eigenem Geschmack bestellen. Dabei legt ein Vierzehnjähriger nach rund 15 Minuten die Speisekarte zur Seite und sagt, dass dies das erste Mal in seinem Leben sei, dass er sich selbst etwas zu Essen aussuchen darf und sich einfach nicht entscheiden kann.
- › Eine achtzehnjährige Ehrenamtlerin steht mit Tränen in den Augen im Büro und bittet um

die Möglichkeit, ein Referat auszudrucken. Die Lehrerin fordert einen Buntdruck der Tabellen. Zu Hause gibt es keinen Drucker und für Farbdrucke im Copy-Shop steht am Ende des Monats kein Geld mehr zur Verfügung.

- › Viele der Jugendlichen verbringen gerne Zeit in Shopping Malls, um am Konsumverhalten zumindest beobachtend teilhaben zu können und um „mitreden zu können“.
- › Bei einem Tagesausflug an die holländische Küste sehen zahlreiche der jugendlichen und fast erwachsenen Besucher*innen zum ersten Mal in ihrem Leben das Meer und sind sprachlos.

Deutlich wird: Armut bedeutet immer den Verzicht auf Vieles, was für andere Gleichaltrige selbstverständlich ist, wie beispielsweise das eigene Zimmer, Kinobesuche, Urlaub, der Sportverein und jahreszeitlich passende Kleidung nach eigenem Geschmack.

„Häufen sich zusätzlich zu Hause die Sorgen und Probleme, so dass die jungen Menschen immer mehr in die Rolle von Erwachsenen schlüpfen und den Haushalt regeln müssen, wird aus einer finanziellen Armut schnell eine Armut an Kindheit.“¹

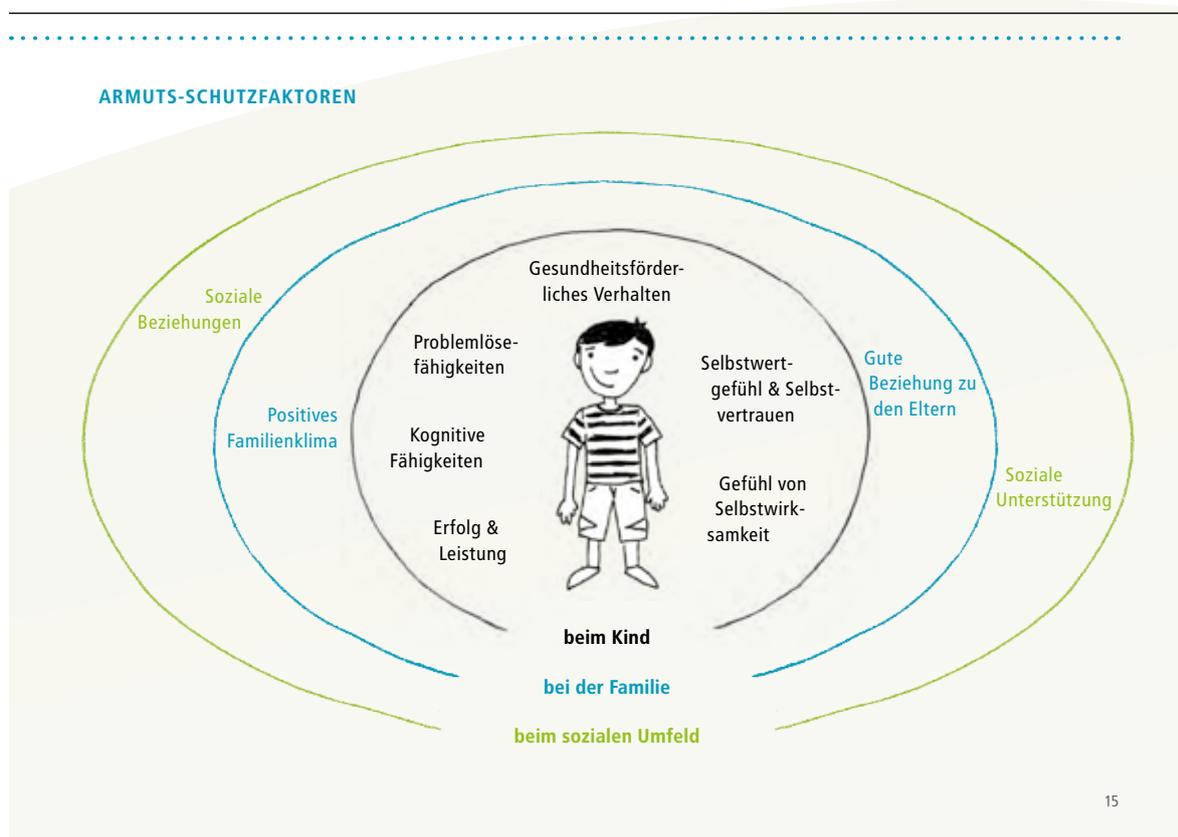
Und auch um die Zukunftschancen steht es schlechter: So haben viele unter Armut aufwachsende junge Menschen belastetere Bildungsbiographien als die anderer Gleichaltriger, z.B. durch häufigeres Wiederholen einer Klasse, schlechtere Zensuren und schlechtere Bildungsabschlüsse. Zudem leiden sie häufiger an gesundheitlichen Beeinträchtigungen.

Diese negativen Folgen nehmen deutlich zu, je länger ein Heranwachsender in Armut lebt und wenn eine Häufung von Risikofaktoren vorliegt.

„Verglichen mit Kindern in gesicherten Einkommensverhältnissen sind arme Kinder häufiger sozial isoliert, gesundheitlich beeinträchtigt und ihre gesamte Bildungsbiografie ist deutlich belasteter.“²

¹ Kinder in Armut – Armut an Kindern. Report über wirkungsvolles zivilgesellschaftliches Engagement. PHINEO, Berlin 2012

² Armutsfolgen für Kinder und Jugendliche - Erkenntnisse aus empirischen Studien in Deutschland. Claudia Laubstein, Gerda Holz und Nadine Seddig, Bertelsmann Stiftung 2016



Kinder in Armut – Armut an Kindern. Report über wirkungsvolles zivilgesellschaftliches Engagement. PHINEO, Berlin 2012

ARMUT UND GESUNDHEIT

Immer schon hat es einen engen Zusammenhang zwischen der sozialen Lage und dem Gesundheitsstatus von Menschen gegeben.

Studien belegen, dass die unteren Statusgruppen von den meisten gesundheitsgefährdenden Faktoren stärker betroffen sind als die oberen. Dieser Zusammenhang betrifft z.B. die Faktoren: Rauchen, Übergewicht, Mangel an sportlicher Betätigung, unausgewogene bzw. ungesunde Ernährung, beengte Wohnbedingungen.

Weiter zeigen Studien, dass die Lebenserwartung bei Männern im unteren Viertel der Einkommensverteilung zehn Jahre kürzer ist als im oberen Viertel der Einkommensverteilung, bei Frauen verkürzt sich die Lebenserwartung um fünf Jahre.¹

Bei Kindern und Jugendlichen wirkt sich das Aufwachsen in Armut in eklatanter Weise auf ihre Gesundheit aus: Psychische und physische

Gesundheit sowie das Wohlbefinden von in Armut lebenden Kindern verschlechtern sich in erschreckendem Maße. Armut und soziale Benachteiligung erhöhen in dieser Entwicklungsphase die Wahrscheinlichkeit physischer, psychischer und psychosomatischer Erkrankungen. Schon im Kindes- und Jugendalter gehören dazu z.B. Fehlsteuerungen der Sinneskoordination, der Sprachentwicklung, des Bewältigungs- und Ernährungsverhaltens und Übergewicht.

Die KiGGS-Studie zur Gesundheitssituation von Kindern und Jugendlichen in Deutschland kommt insbesondere zu den Ergebnissen, dass es eine Verschiebung von akuten zu chronischen und von somatischen zu psychischen Störungen gibt.²

Zudem wird deutlich, dass insbesondere benachteiligte Jugendliche einen ungünstigeren Zugang zur Gesundheitsversorgung bei gleichzeitig riskanterem Gesundheitsverhalten haben.

¹ Soziale Unterschiede im Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Journal of Health Monitoring 2018, Robert Koch-Institut, Berlin

² Kinderarmut: Einführendes Handbuch für Forschung und soziale Praxis, Margherita Zander, Wiesbaden 2010

DIE GROSSE HERAUSFORDERUNG IM D-HOF: WAS KÖNNEN WIR TUN?

Zunächst: Die Mitarbeiter*innen des D-Hofs können nichts ändern an der materiellen Armut in den Familien. Aber: Sie möchten und können etwas gegen die Auswirkungen von Armut tun!

Der D-Hof entwickelt Strategien gegen entwicklungshemmende, störende und ungesunde Lebensfaktoren und erarbeitet dafür konkrete Angebote. Damit leistet die Einrichtung einen wesentlichen Beitrag zu mehr Chancengerechtigkeit, gesellschaftlicher Teilhabe und für Kinder- und Jugendschutz!

Und so ist „Let´s move“ 2014 als Projekt zur Gesundheitsförderung von benachteiligten Kindern, Teenies und Jugendlichen im Brennpunktstadtteil

Driescher Hof in der Offenen Tür D-Hof (OT) „geboren“ worden.

Gesundheitsförderung ist nach dem Verständnis der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein Konzept, das bei der Analyse und Stärkung der Gesundheitsressourcen der Menschen ansetzt und darauf abzielt, Menschen zu befähigen, ihre Kontrolle über die Faktoren, die ihre Gesundheit beeinflussen, zu erhöhen und dadurch ihre Gesundheit zu verbessern. Gesundheitsförderung bedeutet die Arbeit an der Gesundheit in unterschiedlichen Bereichen und mit verschiedenen Ansatzpunkten: Wohlfühlen, Gemeinschaftserlebnisse, Freude an Bewegung und an der eigenen Körperlichkeit.

Alle Angebote von „Let´s move“ sind niedrigschwellig, beziehungs- und beteiligungsorientiert, kostenfrei und beruhen auf Freiwilligkeit.





Prof. Dr. phil. Andreas Reiners:
Professor für Soziologie und
Sozialpolitik an der Katholischen
Hochschule NRW, Aachen.

Gastbeitrag:

Andreas Reiners: Soziale Ungleichheit und Ernährungsverhalten

Fehlernährung ist ungesund: Übergewicht, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, einige Krebsarten und eine deutlich geringere Lebenserwartung werden zuverlässig auf ungünstige Ernährung zurückgeführt. Der Blick in die Gesundheitsforschung zeigt aber, dass nicht alle Bevölkerungsgruppen im selben Ausmaß von Fehlernährung betroffen sind.

Die Stellung eines Menschen oder einer Gruppe in der Gesellschaft wird oft mit ihrem sozialen Status dargestellt, der vor allem die Indikatoren Bildung, Einkommen und Beruf umfasst. Es gilt als gut gesichert, dass sich Personen mit niedrigem Sozialstatus häufiger ungünstig ernähren als Personen aus höheren Statusgruppen, was zur Ungleichverteilung von Gesundheitschancen beiträgt.

Unter Rückgriff auf aktuelle Forschungsergebnisse wird deutlich, dass strukturelle Benachteiligung (z. B. niedriges Einkommen, Wohnen in benachteiligten Gebieten) sowie ungünstige Faktoren aus der psychosozialen Umgebung (z. B. fehlendes Ernährungswissen, wenig soziale Unterstützung) und der soziokulturellen Umwelt (z. B. ungünstige Ernährungstradition) die Ernährungsgewohnheiten sozial benachteiligter Gruppen nachhaltig beeinflussen.

Wenn Essgewohnheiten und Gesundheit weniger das Ergebnis von persönlicher

Leistung als von sozialer Lage sind, dann ist die Verbesserung von Einkommens-, Wohn-, Arbeits- und Bildungsmöglichkeiten unabdingbar.

Das Essverhalten wird während der Kindheit und Jugend in der Familie oder anderen sozialen Bezugsgruppen erlernt und verfestigt. Ernährungsgewohnheiten aus der Kindheit prägen die Ernährungsqualität im Erwachsenenalter maßgeblich. Aus Übersichtsstudien geht hervor, dass soziale Ungleichheiten im Ernährungsverhalten *„insbesondere beim Obst- und Gemüsekonsum ausgeprägt auftreten und Unterschiede beim Fett- und Ballaststoffverzehr dazu beitragen, dass die Ernährungsqualität mit abnehmendem Sozialstatus sinkt.“* (Fekete und Weyers).

Maßnahmen zur Förderung der Ernährungsqualität sollen einerseits die vielfältigen ungünstigen Einflüsse auf die Ernährung kennen, andererseits konkrete Beispiele guter Praxis gesunder und genussvoller Ernährung sein.

(vgl. Fekete, Christine und Simone Weyers (2016): Soziale Ungleichheit im Ernährungsverhalten. Befundlage, Ursachen und Interventionen; in: Bundesgesundheitsblatt 2016/59 sowie Kongress Armut und Gesundheit (2019): Gesundheit entsteht in gesamtgesellschaftlicher Verantwortung. Publik Health-Kongress, TU-Berlin 2019)



2.

Das Projekt „Let’s move“ von 2014 bis 2019

Das Projekt „Let’s move“ folgt einem systematischen Ansatz zur Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen im D-Hof. Als Projekt-Bausteine wurden **Ernährung, Garten, Bewegung** und im weiteren Verlauf **Entspannung** definiert. Das Ineinandergreifen der einzelnen Schwerpunkte ist beabsichtigt, wurde gefördert, punktuell differenziert und als Gesamtansatz stetig weiterentwickelt. So wurden als zusätzliche Aspekte die Themen **Umweltschutz und Nachhaltigkeit** ab 2018 schrittweise in das Projekt integriert.



Den pädagogischen Rahmen bilden Konzepte sozialer Gruppenarbeit und der Resilienzförderung. Zentral sind dabei miteinander und voneinander zu lernen, verlässliche Beziehungen zu gestalten,

Selbstwirksamkeit und soziale Unterstützung zu erleben, sich in einer Gemeinschaft verortet und aufgehoben zu wissen sowie das Vorleben eines wertschätzenden und klaren Erziehungsverhaltens durch die Mitarbeiter*innen.

Partizipation, d.h. die aktive Beteiligung von Kindern, Teenies, Jugendlichen und jungen

„Eigentlich braucht jedes Kind drei Dinge: Es braucht Aufgaben, an denen es wachsen kann, es braucht Vorbilder, an denen es sich orientieren kann und es braucht Gemeinschaften, in denen es sich aufgehoben fühlt.“

Prof. Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe, im Film „Kinder!“, 2007

Erwachsenen, ihrer Familien und des sozialräumlichen Umfelds im Stadtteil ist ein durchgängiges Prinzip bei Veränderungen und Gestaltung sowie der Weiterentwicklung neuer Angebote.

„Let’s move“ vermittelt jungen Menschen ganzheitliche Erfahrungen, Wissen und Kompetenzen rund um das Thema Gesundheit - Lernen ganz freiwillig und für jeden, mit allen Sinnen und mit viel Spaß! Und - dies ist wichtig für die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit - „Let’s move“ bezieht die Familien



mit ein und schafft mit niedrigschwelligen Angeboten eine Sensibilisierung der Eltern für die Gesundheit ihrer Kinder.

Neben der Förderung auf der individuellen Ebene, die das Ziel verfolgt, die Ressourcen des Einzelnen zu stärken, nimmt „Let's move“ so ebenfalls das Lebensumfeld der Kinder und Jugendlichen in den Blick und intendiert eine Verbesserung der Lebensverhältnisse.

Die Teilnahme an allen Angeboten ist für die Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen kostenfrei und es gibt – abgesehen von Altersgruppen – keinerlei Zugangsvoraussetzungen.

Finanziert wird „Let's move“ als Projekt seit 2014 vom Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen sowie seit 2018 für drei Jahre von der actimonda Krankenkasse.

DIE PROJEKTBAUSTEINE – DER D-HOF BIETET ...



ERNÄHRUNG: LECKERE UND GESUNDE ERNÄHRUNG

Täglich gibt es einen reich gefüllten Obst- und Gemüsekorb und auch Wasser steht jederzeit zur freien Verfügung für die jungen Menschen. Fast täglich wird gemeinsam gekocht. Dazu gehört der Gang in die Gärten, um zu ernten, was reif ist, der gemeinsame Einkauf, die Zubereitung, das Decken des Tisches

und natürlich das Essen als Gemeinschaftserlebnis. Auch der anschließende Abwasch ist Teil des Kochens. Verschiedene Kochformate sorgen für Abwechslung: z.B. Saftladen, gemeinsames Abendbrot, Sandwichstation und unser beliebtes Familienkochen, bei dem Eltern gemeinsam mit ihren Kindern ein interkulturelles Mahl zaubern, von dem alle Kinder kosten dürfen. An einem Tag in der Woche gibt es einen Kochkurs mit einer Ökotrophologin, die die Teilnehmer*innen in besonderem Maße an die Zubereitung von Lebensmitteln heranführt.

Um die Nachhaltigkeit zu erhöhen, bietet die Projekt-Broschüre „Dein Kochbuch“ (2018) als eigenes D-Hof-Kochbuch für Kinder viele erprobte Rezepte zum Nachkochen zu Hause.



SPASS AN BEWEGUNG UND SPORT

Jeden Tag bietet der D-Hof kostenfrei viele Bewegungsarten an: Tanzen, Boxen, Calisthenics, Ausdauertraining, Fußball, Tischtennis, psychomotorische Angebote, zahlreiche Bewegungsspiele. Zudem sind verschiedene Räumlichkeiten des D-Hof als Bewegungsräume konzipiert. Sie laden dazu ein, sich körperlich auszuprobieren: auf dem Außengelände für die Jüngeren an der „Real-Playstation“ und für die Großen an der Calisthenics-Anlage, bei Bewegungsspielen auf der Wiese, außerdem im Innenbereich im großen Saal beim Fußball und Tischtennis sowie im Bewegungs-, Tobe- und Kletterraum.



NATurnaHE ANGEbOTE IM EIGENEN GARTEN

Als der D-Hof im Sommer 2014 das Projekt gestartet hat, konnte niemand wissen, „was den Beteiligten im Laufe der Zeit so alles Tolles blühen würde.“ Geerntet werden können das ganze Jahr über die unterschiedlichsten Obst- und Gemüsesorten von der Aubergine bis zur Zucchini und sogar Feigen standen schon auf dem Speiseplan. Das ist das Verdienst des „Green-Teams“, das sich unter der Leitung einer Mitarbeiterin regelmäßig trifft. Gemeinsam wird gepflanzt, gegraben, gegossen und natürlich auch Leckeres aus dem vor Ort gewachsenen Obst und Gemüse gekocht. Die kleinen



und großen Gärtner*innen lassen Naschhecken aus dem Boden sprießen, kümmern sich um den hauseigenen Kompost und sorgen dafür, dass es im Stadtteil mit jeder Pflanze ein kleines bisschen bunter wird. Mit drei Hochbeeten vor der Einrichtung – frei zugänglich - sind auch die Bürger*innen des Stadtteils eingeladen, sich im D-Hof-Garten zu beteiligen: Frische Kräuter, knackiger Salat, süße Erdbeeren und vieles mehr dürfen hier von allen Menschen geerntet werden.

Mit der Gestaltung eines eigenen Gartenbuches, dem „Do it yourself - Gartenbuch“, ist es gelungen, die gesammelten Erfahrungen des „Green-Teams“ auf ansprechende Art und Weise zu dokumentieren und damit einen zusätzlichen Beitrag zur Nachhaltigkeit des Projektes zu leisten. Neben einem Pflanzkalender und selbsterprobten Rezepten enthält das Gartenbuch auch ein kleines Starter-Paket, so dass auf der heimischen Fensterbank direkt der Versuch gestartet werden kann, eine Tomaten- und Gurkenpflanze sowie Kapuzinerkresse wachsen zu lassen.



RUHE UND ENTSPANNUNG

Mit dem Ruheraum für die Kleinen und einer Entspannungsoase wurden im Rahmen von „Let´s move“ in 2019 zwei Räume zur Entspannung geschaffen. Dort finden wöchentliche Lese-, Yoga- und Entspannungsangebote mit Musik statt. Der Ruheraum dient zusätzlich

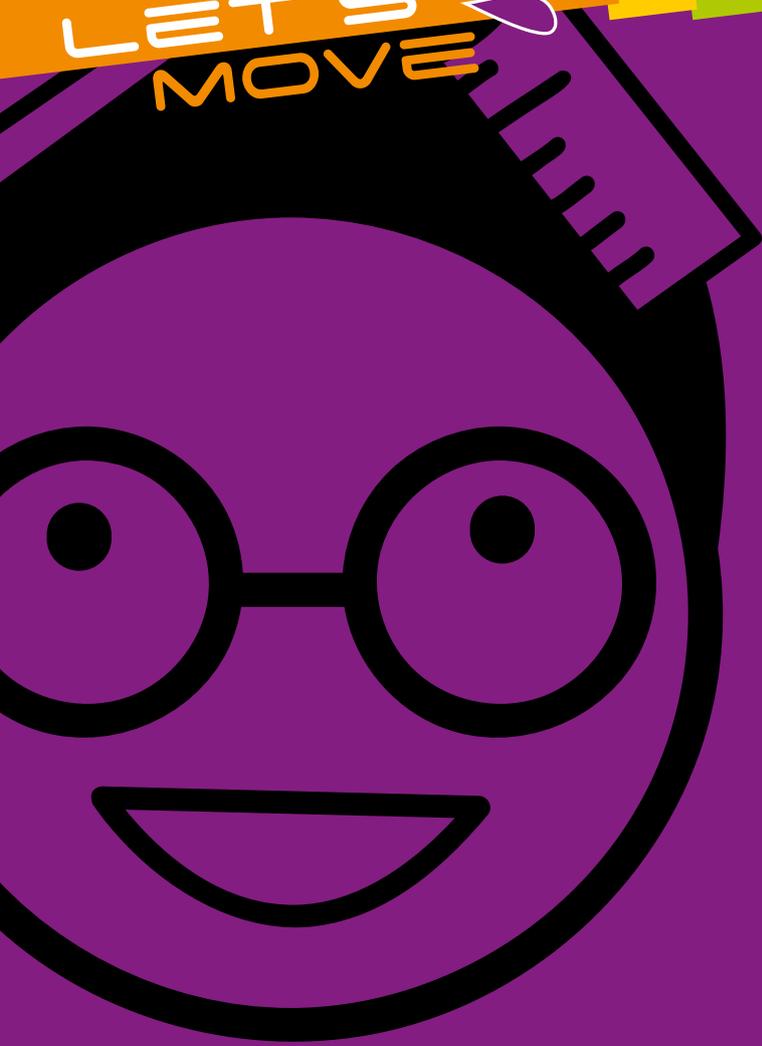
als Rückzugsmöglichkeit für Kinder, die sich dort eigenständig mit Büchern und Hörspielen beschäftigen möchten.



NACHHALTIGKEIT UND UMWELTSCHUTZ

Bei der ursprünglichen Projektplanung waren Nachhaltigkeit und Umweltschutz nicht explizit als Projektbausteine intendiert. In der konsequenten Weiterentwicklung der Angebote zur Gesundheitsförderung begegneten dem D-Hof-Team jedoch zunehmend Fragen mit diesen Inhalten: Welche Lebensmittel wollen wir einkaufen? Welches Saatgut verwenden? Wie können wir im D-Hof noch besser auf Plastik verzichten? Durch die bewusste Auseinandersetzung mit diesen Fragen im Mitarbeiter*innen-Team und im Dialog mit den Kindern und Jugendlichen konnten gemeinsam Entscheidungen getroffen und ein Weg Richtung mehr Nachhaltigkeit und Umweltschutz im D-Hof eingeschlagen werden.

Einige Ergebnisse: Verzicht auf Fleisch bei allen Kochangeboten, bewussterer Lebensmitteleinkauf (regional und saisonal), Verwendung von bereits vorhandenen Ressourcen (Re- und Upcycling), Umstellung auf Bioprodukte bei Milcherzeugnissen, Dekorationen mit Pflanzen, die anschließend in den Gärten weiter leben dürfen.



2.1 PÄDAGOGIK / METHODEN / MULTIPLIKATOR*INNEN

2014

- › Konzeptarbeit im Team
- › Basisfortbildung für die Mitarbeiter*innen zur Qualifizierung in den Bereichen gesunde Ernährung und Bewegungsangebote für Kinder und Teenies + Umsetzungsmöglichkeiten für den pädagogischen Alltag



2015

- › Filmdreh „Bunt und gesund im D-Hof“ mit Kindern und Teenies in Kooperation mit dem jfc Medienzentrum Köln
- › <http://www.d-hof.de/videoprojekt-in-kooperation-mit-dem-jfc-medienzentrum-koeln>

2016

- › Erstellung und Veröffentlichung Projektbroschüre „Let´s move“: Überblick über die ersten eineinhalb Jahre „Let´s move“: <https://www.d-hof.de/wp-content/uploads/Broschüre-Lets-Move-eBook.pdf>
- › Film über unser Boxangebot in der WDR-Lokalzeit: <https://m.youtube.com/watch?v=QkXl3Wokg>
- › Erweiterung der Zielgruppe des Projektes um Jugendliche und junge Erwachsene



2017



- › Erstellung und Veröffentlichung der Projektbroschüre „Do it yourself – Gartenbuch“: Gesammelte Erfahrungen des „Green-Teams“ + kleines Starter-Paket für Zuhause: <https://www.d-hof.de/wp-content/uploads/DIY-Gartenbuch-eBook-1.pdf>
- › Erster Sozialtag mit Führungskräften einer Aachener Firma



2018

- › Erweiterung des Projektes um die Bausteine „Entspannung“ und Nachhaltigkeit / Umweltschutz
- › Erstellung und Veröffentlichung der Projektbroschüre „Dein Kochbuch“: Erprobte Rezepte aus der D-Hof-Küche, sortiert nach Jahreszeiten + Platz für eigene Lieblingsrezepte: <https://www.d-hof.de/wp-content/uploads/D-HOF-Kochbuch-eBook.pdf>
- › Viertägige Social Week unter dem Motto „Der D-Hof soll schöner werden“: Über 20 Kooperationspartner*innen + knapp 60 freiwillige Helfer*innen im Alter von 10 bis 65 Jahren
- › Zweiter Sozialtag mit Auszubildenden einer Aachener Firma
- › Erste Stadtteilaktion zum Mitmachen „Der D-Hof tafelt – Kommt vorbei und esst mit uns!“
- › Vortrag Sandra Jansen zum Thema „Armut“ im Rahmen des Projektes „Offenes Aachen 2.0 – Demokratie – Menschenwürde – Vielfalt“ der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen.

2019

- › Teamklausur zum Thema „Armut im Stadtteil Driescher Hof“: Reflexion + Überarbeitung aller Angebote hinsichtlich ihrer Ermöglichung der gesellschaftlichen Teilhabe und des Abbaus von Benachteiligung
- › Zweite Auflage der Stadtteilaktion „Der D-Hof tafelt – Kommt vorbei und esst mit uns!“
- › Bewerbung um und Erhalt einer Spende im Rahmen des Aachener Firmenlaufs für „Let´s move“.
- › Drei weitere Sozialtage mit Aachener Firmen mit Motto: „Garten“, „Naturfreunde“, „Nachhaltige Weihnachten“





Von Gartenwächtern, Hochstaplern und Kochprofis

Bei der Offenen Tür im Driescher Hof sind ein paar sehr engagierte und kreative Mitarbeiter am Start, die wirklich etwas bewegen. Zum Beispiel mit dem Projekt „Let's Move“ zur Gesundheitsförderung von Kindern und Teenies. In dessen Rahmen hat auch der Social Day stattgefunden – eine Initiative der Firma Zentis zur Verschönerung und Instandsetzung der Einrichtung für Kinder- und Jugendhilfe. Wir haben den D'Hof besucht und erlebt, wie Führungskräfte zu Handwerkern, Eltern zu Kochprofis und Kinder zu Gärtnern werden.



Social-Week im D-Hof Große Unterstützung von allen Seiten

Für die Jugendeinrichtung Offene Tür D-Hof im Brennpunktstadteil Driescher Hof ist es in den letzten Jahren zunehmend schwieriger geworden, die Angebotsvielfalt für junge Menschen und ein attraktives Raumangebot aufrecht zu erhalten. Die öffentliche Förderung der Einrichtung reicht hierfür bei weitem nicht mehr aus. Ein zusätzliches Problem stellt das in die Jahre gekommene Gebäude dar, das dem Trägerverein gehört, der somit die Kosten für Instandhaltung und erfolgreiche Reparaturen selber aufbringen muss. Die Akquise von zusätzlichen Geldern ist daher seit Jahren notwendig, um die Qualität der pädagogischen Arbeit zu sichern.

Neben der Beantragung von höheren Zuschüssen bei Kommune und Bistum hat die Einrichtung nun ein neues Projekt entwickelt, um zu mindestens kurzfristig kleinere Baustellen im Haus anzupacken und zu beheben. Damit soll dafür gesorgt werden, dass die Offene Tür D-Hof ein schönes zweites Zuhause für viele Menschen im Stadtteil Driescher Hof bleibt.

Der D-Hof hatte sich viel vorgenommen. Gemeinsam mit vielen Menschen aus dem Stadtteil, Kindern und Jugendlichen, Aachener Unternehmen und weiteren helfenden Händen wurde in der zweiten Osterferienwoche ordentlich angepackt. Die Social Week – eine tolle Gemeinschaftsaktion im Stadtteil, bei der ganz unterschiedliche Menschen und Firmen gemeinsam etwas Nachhaltiges geschaffen haben.

Am Ende werden jetzt nicht nur die Kinder und Jugendlichen, die oft den D-Hof besuchen, von den Ergebnissen profitieren, sondern ebenso die Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil, der durch die Social Week nicht nur schöner, sondern auch bunter und blühender geworden ist.



Aachener Zeitung, 11.07.2017

Beim Social Day wird der D-Hof gemeinsam noch schöner

Führungskräfte von Zentis engagieren sich für gemeinnützige Projekte

VON ANDREAS CICHOWSKI

Initiator Stephan Biermann, Obstbäume und Blumen wu
Leiter Controlling, hatte vor vier

Driescher Hof. Am D-Hof wird Uno
gespielt, der Fußball gekickt, ge
tanzt, gekocht, und vieles mehr.
Für jeden wird etwas Passendes an
geboten. Doch was nützt das
tollste Angebot, wenn die Örtlich
keit nicht mehr den Anforderun
gen entspricht? Denn am Haus
und rundherum ist mit der Zeit so
einges in die Jahre gekommen.

Es gab viel zu tun in der OT
D-Hof für Kinder und Jugendliche
an der Königsberger Straße: Sträu
cher mussten zurückgeschnitten
werden, Sitzgelegenheiten aufge
baut und Wände gestrichen. Viele
weitere Baustellen wollte man
langst in Angriff genommen ha
ben, doch der Einrichtung fehlten
dafür Personal, Zeit und Geld. „Wir
sind gefördert mit öffentlichen
Geldern, aber die reichen bei Wei
tem nicht mehr“, äußerte sich die
Leiterin Sandra Jansen. Umso grö
ßer war die Freude, als man vom
Social Day erfuhr, denn dieser kam
gerade recht. Ein Telefonat, Pla
nungstreffen, und prompt standen
14 Führungskräfte von Zentis mit
Schaufel, Bohrmaschine und
Pinsel vor der Tür. Denn einmal im
Jahr engagieren sich die Mitarbei
ter für gemeinnützige Projekte.

Jahr
ähn
trifft
Team
Jahr
man
Junge
richt
Planu
der R
tun is
Hof w
könne
gen“.
Hinter
runge
profit
Stichw
Seit
mit Bil
angebo
zu 300
suchen
Und n
nicht n
Kleiner
schilder
gend ru
nen ges
An ze
gleichze
delgarte
gende „Naschcken“ erweitert, chen“, kündigte die Leiterin a

→ Im Jugendzentrum D-Hof im Ortsteil Driescher Hof wird regelmäßig zusammen gekocht, so auch zum Fest „Der D-Hof tafelt“.



Fotos: D-Hof / Andreas Thomas

die Erwachsenen einbinden und das Gemeinschaftsgefühl stärken. „Viele Ehemalige sind heute selbst Eltern und fühlen sich uns weiter verbunden“, sagt Leiterin Sandra Jansen. Sie versteht die Einrichtung auch wegen ihrer guten und zentralen Lage als Schnittstelle, über die sich viele Dinge vermitteln und vernetzen lassen. So nutzt unter anderem die Pfarrcaritas Räume im „D-Hof“.

Der hat seinem Namen aus dem Namen, den die Kinder und Jugendlichen ihrem Viertel geben. „Den haben wir übernommen, weil sie stolz sein können auf ihr Stadtviertel“, erzählt Sandra Jansen. Und das könnten nicht nur die Kleinen, sondern auch die Großen, denn bei allen sozialen und materiellen Problemen, mit denen die Menschen hier fertig werden müssten, gebe es viel Hilfsbereitschaft untereinander. Mit vielen Aktionen reagiert die Jugendeinrichtung, zu der auch



aber mit dennoch hoher Beteiligung. An langen Tischen waren die Menschen eingeladen, miteinander ins Gespräch zu kommen und Kontakte zu knüpfen. Einige Speisen wurden im Rahmen des beliebten Familienkoch-Angebots zubereitet, andere brachten die Gäste mit. Für die Kinder gab es einen Kinderflohmarkt und verschiedene Kreativ- und Spielangebote. Eine erfolgreiche Premiere, auf die sich weiter aufbauen lässt.

» Sozialraumarbeit der Pfarrei Christus unser Friede in Kohlscheid

Mit dem Herzogenrather Stadtteil Kohl-

bierte ergänzen den älteren Häuserbestand, zugezogene, meist junge Familien mischen sich mit alteingesessenen Kohlscheidern. Und doch gibt es sie, die Bescheidenen, die Alten und die Einsamen, dürftigen, die Alten und die Einsamen, und es werden mehr, wie Diakon Bruno Ortmanns von der Pfarrei „Christus unser Friede“ berichtet. Er kümmert sich um die Menschen, die wiederholt im Pfarrbüro anknöpfen und um Hilfe bitten, weil sie nicht genug zum Leben haben, sucht das Gespräch mit ihnen und versucht zu helfen, wo und wie das möglich ist.

Vor zwei Jahren haben Pfarrei, Bistum und Regionalcaritasverband in einer Studie und Fragebogenaktion zu ermitteln versucht, was die Menschen im Sozialraum Kohlscheid bewegt, was ihnen fehlt und wo Kirche mit Angeboten unterstützen und begleitend tätig werden kann. Daraus ist unter anderem die Idee entstanden, die Kooperation mit den sozialen Diensten am Ort (Seniorenheime, Pflegedienste, Caritas, Arbeiterwohlfahrt) zu vertiefen. Ein weiteres Projekt ist ein Mittagstischangebot, das Anfang des kommenden Jahres in der Gemeinde St. Mariä Heimsuchung im Ortsteil Kämpchen unter der Kirche starten soll. „Wir haben das Gefühl, dass es einen Bedarf dafür gibt. Wir denken, dass dafür hier der sozialräumlich beste Standort ist. Neben Einfamilienhäusern gibt es hier auch Hochhäuser, und der Ausländeranteil ist hoch“, erläutert Bruno Ortmanns. Das „EssCafé“ soll einmal in der Woche alten, einsamen und sozial schwächeren Menschen eine Anlaufstelle und ein warmes Essen bieten. Finanziert wird das Angebot über Fördermittel des Bistums aus der Studie sowie freiwillige Spenden. Nie-

ALB Aus der Region 9



Neben den 14 motivierten Zentis-Mitarbeitern packten auch die Kleineren tatkräftig mit an. Drei neue Hebebeete und neue Sitzgelegenheiten sollen auch den Bürgern des Driescher Hofes dienen und zum Verweilen einladen. Foto: Andreas Cichowski

2.2 LECKERE UND GESUNDE ERNÄHRUNG

2014-2019

- › „Apfelsine, Kiwi & Co“: Täglich reich gefüllter Obstkorb für alle
- › Mineralwasser zur freien Verfügung
- › Familienkochen „Mit Mama schmeckt's am Besten“

2014

- › Länderkochen
- › Die Feinschmecker
- › Selbstgemachte Smoothies
- › Cook & Chill



2015–2019

- › Abendbrot für Teenies
- › Milkshakes
- › Kochangebot
- › Saftladen
- › Sandwiches

2016–2019

- › Ernte diverser Kräuter, Salate, Obst- und Gemüsesorten aus den hauseigenen Beeten für alle Ernährungsangebote
- › Frisch geerntete Salate für täglich 60 Kinder bei den dreiwöchigen Sommerferienspielen





2014–2019

- › „Apfelsine, Kiwi & Co“: Täglich reich gefüllter Obstkorb für alle
- › Mineralwasser zur freien Verfügung
- › Familienkochen „Mit Mama schmeckt’s am Besten“

2015–2019

- › Abendbrot für Teenies
- › Milkshakes
- › Kochangebot
- › Saftladen
- › Sandwiches

2016–2019

- › Ernte diverser Kräuter, Salate, Obst- und Gemüsesorten aus den hauseigenen Beeten für alle Ernährungsangebote
- › Frisch gerntete Salate für täglich 60 Kinder bei den dreiwöchigen Sommerferienspielen

2017–2019

- › Der bisherige Obstkorb wird ergänzt durch frisches Gemüse: Täglich reich gefüllter Obst- und Gemüsekorb für alle



2018–2019

- › Kochkurs für Kinder unter Leitung einer Ökotrophologin

2019

- › Grüne Küche
- › Meet & Eat
- › Verzicht auf Fleisch und Fisch bei den wöchentlichen Kochangeboten
- › Umstellung auf Bioprodukte bei Milcherzeugnissen





» **Stolze Gärtner** Das Projekt „Move it“ der OT Driescher Hof geht in die Verlängerung bis Ende 2017. Aus der Abschlussdoku wurde ein Zwischenbericht. Zu dem Projekt, das Kindern und Jugendlichen Spaß an Bewegung und gesunder Ernährung vermitteln will, gehört auch ein Garten. Das selbstgezeugene Gemüse und der Salat sind der Hit in der OT-Küche.

Komm, let's move!

Was eine offene Jugendeinrichtung zur Gesundheit beitragen kann



Foto: Jugendzentrum D-Hof

Von Andrea Thomas

Was 2014 als Projekt zur Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen im Aachener Brennpunktstadtteil Driescher Hof angefangen hat, ist inzwischen aus der Jugendarbeit der offenen Tür „D-Hof“ nicht mehr wegzudenken. Aus den kleinen und größeren Besuchern sind Naturkinder, Gartenspezialisten, Gemüse- und Obst-Fans, Küchenprofis, Kletterkinder und Sportskationen geworden. Ein Beispiel dafür, wie offene Jugendarbeit das Heranwachsen positiv begleiten kann.



„Der Anteil von Armut betroffener Kinder und Jugendlicher in unserem Stadtteil liegt über dem Bundesdurchschnitt. Armut hat nachweislich auch Einfluss auf die Gesundheit. Da wollten wir aktiv gegensteuern“, sagt Sandra Jansen, Leiterin des D-Hofs.

Das war Startimpuls für „Let's move“, wie das Team der offenen Tür sein Projekt getauft hat. Dass aus der Idee, Kinder und Jugendlichen über verschiedene Angebote Spaß an Bewegung und gesunder Ernährung zu vermitteln, tatsächlich ein Projekt geworden ist, dafür sorgt seit dem Sommer 2014 die finanzielle Förderung durch das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen. „Ohne diese Mittel könnte ich keine der in dieser Zeit entstandenen Ideen und Projektbausteine finanzieren“, erklärt Sandra Jansen nüchtern. Daran, wie „Let's move“, das längst zum festen Bestandteil des Konzepts geworden ist, nach dem Auslaufen der Förderung zum Jahresende weiterbestehen kann, arbeitet sie gerade.

Das Projekt setzt an den Interessen und Ressourcen der Kinder und Jugendlichen an, bezieht sie aktiv mit ein und ermöglicht so allen Beteiligten (Leitung,

↑ So macht Bewegung Spaß: Bei gutem Wetter draußen klettern, spielen und toben.

bezieht nicht nur die Besucher des Jugendzentrums, sondern auch die beiden offenen Ganztagschulen Driescher Hof und am Rödgerbach mit ein. Zu den Projektbausteinen gehören wöchentliche Koch- und Ernährungsangebote wie „Geschmackssache“, die „Sandwich-Station“, Familienkochen oder das Abendbrot im Teenie- und Jugendtreff. Sie fördern das

» SANDRA JANSEN
Ich bin oft sprachlos und gerührt, was aus unserer Theorie alles erwächst. «

soziale Miteinander und machen mit frischen und gesunden Lebensmitteln vertraut. Viele ihrer Kinder und Jugendlichen hätten so Obst und Gemüsesorten kennengelernt, die sie vorher nicht kann-

Kirchenzeitung für das Bistum Aachen, 35-2017

Für Nachschub auf den Tellern sorgt auch das „Green-Team“ des D-Hofs, eine Gruppe begeisterter Nachwuchsgärtner aus Kindern und Betreuern. Gestartet sind sie mit selbstgebaute Hochbeeten. Es folgte ein selbstangelegter Komposter (der aktuell von Kürbispflanzen überwuchert wird) und ein großes begehbare Beet. Neu sind seit diesem Sommer Hochbeete vor der Einrichtung, die ebenso wie eine Bank die Nachbarn einladen, etwas von den Kräutern zu ernten oder eine kleine Verschnaufpause im Grünen zu machen. Neben den bereits erwähnten Kürbissen hat das „Green-Team“ bereits mit Erfolg Kräuter, Salat, Zucchini, Bohnen, Gurken und Kartoffeln angebaut und, tatkräftig unterstützt von Eltern, Mitarbeitern und Freiwilligen Obststräucher gepflanzt. „Das ist toll, mit welcher Begeisterung die bei der Sache sind“, schwärmt Sandra Jansen. Das schließt auch das Mitarbeiterteam ein, das sich von Anfang an mit vielen Ideen, Talenten und Leidenschaft eingebracht haben.

Kletter- und Spielstation für die Kids, Calisthenics-Anlage für die Teens

Der dritte Projektbaustein ist die Bewegung. Wie in jeder Jugendeinrichtung gab und gibt es im „D-Hof“ feste Sportangebote von Fußball bis Tanzen. „Wir wollten aber auch denen Lust an Bewegung machen, die sich nicht auf ein regelmäßiges Angebot festlegen möchten.“ So sei die Idee zur „Real-Playstation“, einem Erlebnisgerät im Außengelände, entstanden, berichtet Leiterin Sandra Jansen. Dazu gehören unter anderem ein Kletterhaus, eine Rutschstange und verschiedene Rampen, über die man in das Häuschen gelangt und die einladen, nach Herzenslust zu spielen und zu toben. Nebenbei werden Kreativität und Motorik gefördert. Ein voller Erfolg, bei dem die elektronische Schwester regelmäßig das Nachsehen hat.



↑ Soll das selbstgezogene Gemüse etwas werden, braucht es regelmäßig Wasser.

Doch nicht nur die Kleinen sollten in Aktion gebracht werden, auch die Großen. Mit der neuen Calisthenics-Anlage ging dieser Wunsch Anfang Juli in Erfüllung. Möglich wurde das dank einiger Sponsoren, des Einsatzes von Mitarbeitern von Aachens großem Konfitüren- und Süßwarenproduzenten beim „Social Day“ und der tatkräftigen Hilfe der Jugendlichen selbst. Sie haben unter anderem bei der Vorbereitung des Fundaments und der Verschönerung des Umfelds der Anlage mit angepackt. Genutzt wird die Anlage zurzeit unter anderem im Rahmen des beliebten Boxtrainings im D-Hof. Weitere Calisthenics-Angebote – Calisthenics ist ein Trainingsprogramm zum Muskelaufbau, bei dem vor allem das eigene Körpergewicht genutzt wird – sollen in den nächsten Wochen folgen.

„Let´s move“ hat im D-Hof viel in Bewegung gebracht, nicht nur was die Gesundheitsförderung betrifft, auch im Miteinander. So schauten die Jugendlichen vor ihrem wöchentlichen Abendbrot immer, ob es etwas zu ernten gebe, erzählt Sandra Jansen: „Die Großen schätzen, was die Kleinen geleistet haben. Da verändert sich etwas.“



← In den Beeten und Hochbeeten auf dem Gelände des D-Hofs baut das Green-Team Gemüse, Obst und Kräuter an.

2014-2019

- › Fußballgruppe
- › Kinderdisco
- › Psychomotorik-Kurs



Neue Geräte fürs Boxtraining

„Calisthenics-Park“ für Offene Tür Driescher Hof

Forst. Die „Offene Tür Driescher Hof“ ist seit 1981 eine Anlaufstelle für alle im Alter zwischen sechs und 27 Jahren. Hier können sie Zeit mit Freunden verbringen, ein Dach über dem Kopf erhalten, das sie vor Regen schützt, oder an Aktivitäten teilnehmen. Dazu zählt das Boxtraining, geleitet von Adnan Serin.

Adnan Serin war Profiboxer und ist im Forster Ortsteil Driescher Hof groß geworden. Nachdem



viele Geräte und Bänke entlang von Fußwegen und in Parks abgebaut wurden, ist er froh, dass die Jugendlichen zum Driescher Hof kommen können: „Sie können mit mir über alles reden. Es geht über das Boxtraining hinaus“, sagt er.

Doch jetzt stand das Boxtraining im Fokus: „Wenn gutes Wetter ist, trainieren wir draußen“, betont der 40-jährige Aachener. Sandra Jansen, die Leiterin der Offenen Tür, erklärt: „Den Jugendlichen brennt es in den Fingern. Sie wollen die Geräte.“

Beobachter waren neben den Mitarbeitern der Offenen Tür auch die Vertreter der Unterstützer: das Ministerium Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport NRW, der Fachbereich Sport der Stadt, die Bürgerstiftung Lebensraum mit unserer Hilfsaktion Menschen helfen Menschen e.V., der Lions-Club Aachen Carolina, die Stadtteilfonds Forst/Driescher Hof und die evangelisch-freikirchliche Gemeinde Aachen. Mit ihrer finanziellen Unterstützung ermöglichen diese sechs, dass aus der Idee Wirklichkeit werden konnte.

Aachener Zeitung, 08.07.2017

2015–2017

- › Tanzen für Mädchen

2015–2019

- › Boxtraining für Teenies

2015

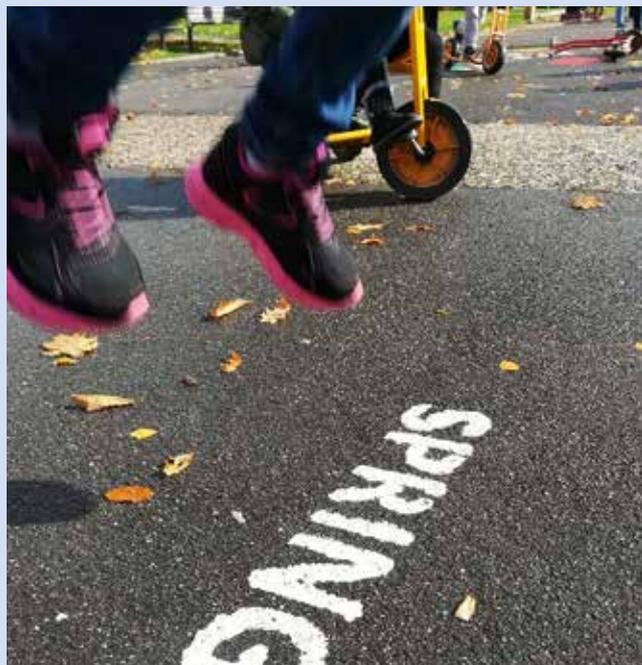
- › Bewegungsspiele für Kinder
- › Planung und Vorbereitungen „Real Playstation“ auf dem Außengelände

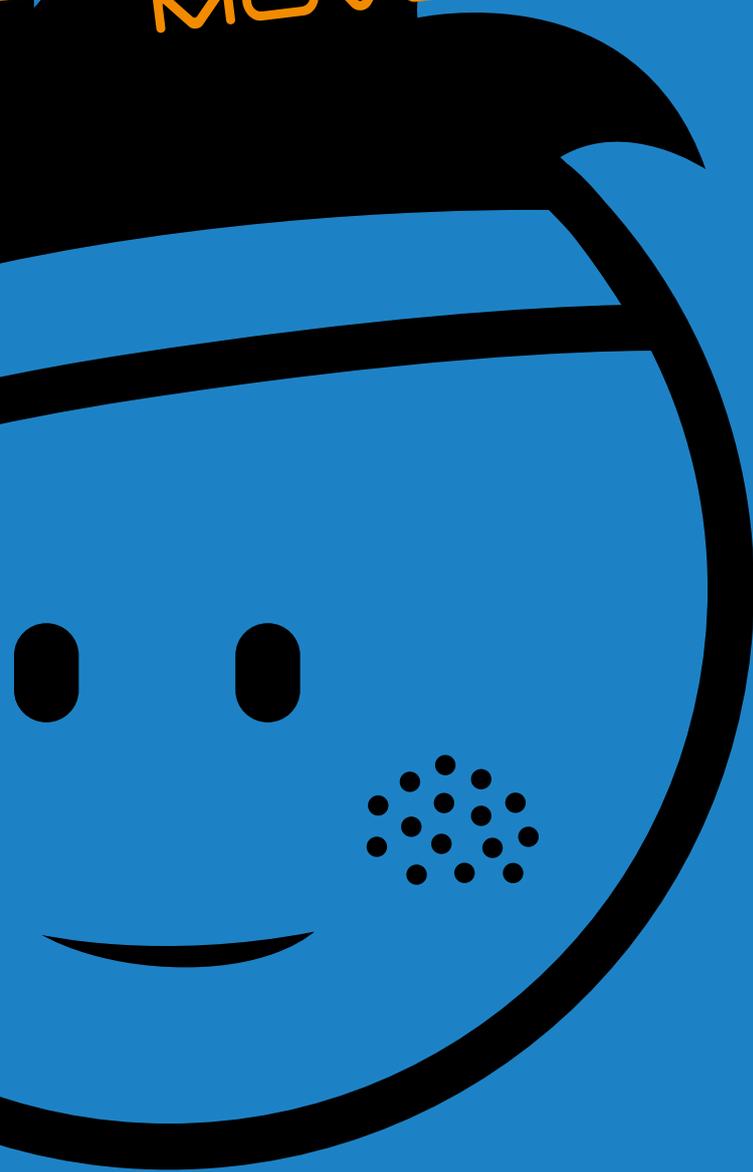
2016

- › Funsport für Jugendliche
- › Bau „Real Playstation“ (großes Kletterhaus) auf dem Außengelände für Kinder
- › Planung und Vorbereitungen für Calisthenics-Anlage auf dem Außengelände mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen

2016–2019

- › Boxtraining für Jugendliche
- › Tischtennis
- › Förderung von spielerischer Bewegung an der „Real Playstation“





2014–2019

- › Fußballgruppe
- › Kinderdisco
- › Psychomotorik-Kurs

2015–2017

- › Tanzen für Mädchen

2015–2019

- › Boxtraining für Teenies

2016–2019

- › Boxtraining für Jugendliche
- › Tischtennis
- › Förderung von spielerischer Bewegung an der „Real Playstation“

2017–2019

- › Sports & Beats
- › Trainingskurs „Calisthenics“ für Jugendliche und junge Erwachsene unter Leitung eines Sportwissenschaftlers
- › Freies Training an der Calisthenics-Anlage



2018–2019

- › Breakdance-Angebot für Kinder
- › Aktiv und Clever

2018

- › Bau einer „Indoor-Realplaystation“ im neuen Bewegungsraum

2019

- › Nutzung des Bewegungsraumes zum Klettern, Toben und Auspowern von Kindern im Grundschulalter



2.4 NATURNAHE ANGEBOTE IM EIGENEN GARTEN

2014

- › Gründung des „Green-Teams“
- › Bau des ersten Hochbeetes



2015

- › Anschaffung eines kleinen Komposters
- › Bepflanzen von Reissäcken mit Kartoffeln, Gurken, Zucchini
- › Bau eines Bohnen-Tipi
- › Herstellung von Pflanztöpfchen
- › Aufbau Frühbeet
- › Ansetzen einer Brennnesseljauche zur Düngung des Hochbeetes

2016

- › Bau eines großen Komposters mit vier Kammern
- › Anfertigung eines hängenden Gartens mit Erdbeerpflanzen

2015–2019

- › „Green-Team“ übernimmt Verantwortung für die Pflege des Gartens
- › Bewirtschaftung des Hochbeetes
- › Pflanzen von Naschhecken
- › Bepflanzung des Außengeländes mit Blumen
- › Erweiterung des Gartens
- › Ernten in Hochbeet und Garten





2015–2019

- › „Green-Team“ übernimmt Verantwortung für die Pflege des Gartens
- › Bewirtschaftung des Hochbeetes
- › Pflanzen von Naschhecken
- › Bepflanzung des Außengeländes mit Blumen
- › Erweiterung des Gartens
- › Ernten in Hochbeet und Garten

2017–2019

- › „Green-Team“ übernimmt Multiplikator*innen-Funktion und gibt Erfahrungen an neue Teammitglieder weiter
- › Pflege der Vogelfutterstation

2017

- › Bau von drei neuen Hochbeeten, frei zugänglich für Bürger*innen vor dem Haus
- › Bau einer Rundbank vor der Einrichtung zum Verweilen der Bürger*innen
- › Anlegen eines Bewirtschaftungsweges rund um den Komposter
- › Heckenschnitt
- › Hangbefestigung und Entfernung von Wurzelwerk
- › Bau von Sitzmöbeln hinter der Einrichtung
- › Anlegen eines Wandelgartens
- › Aufstellen einer Vogelfutterstation



2018

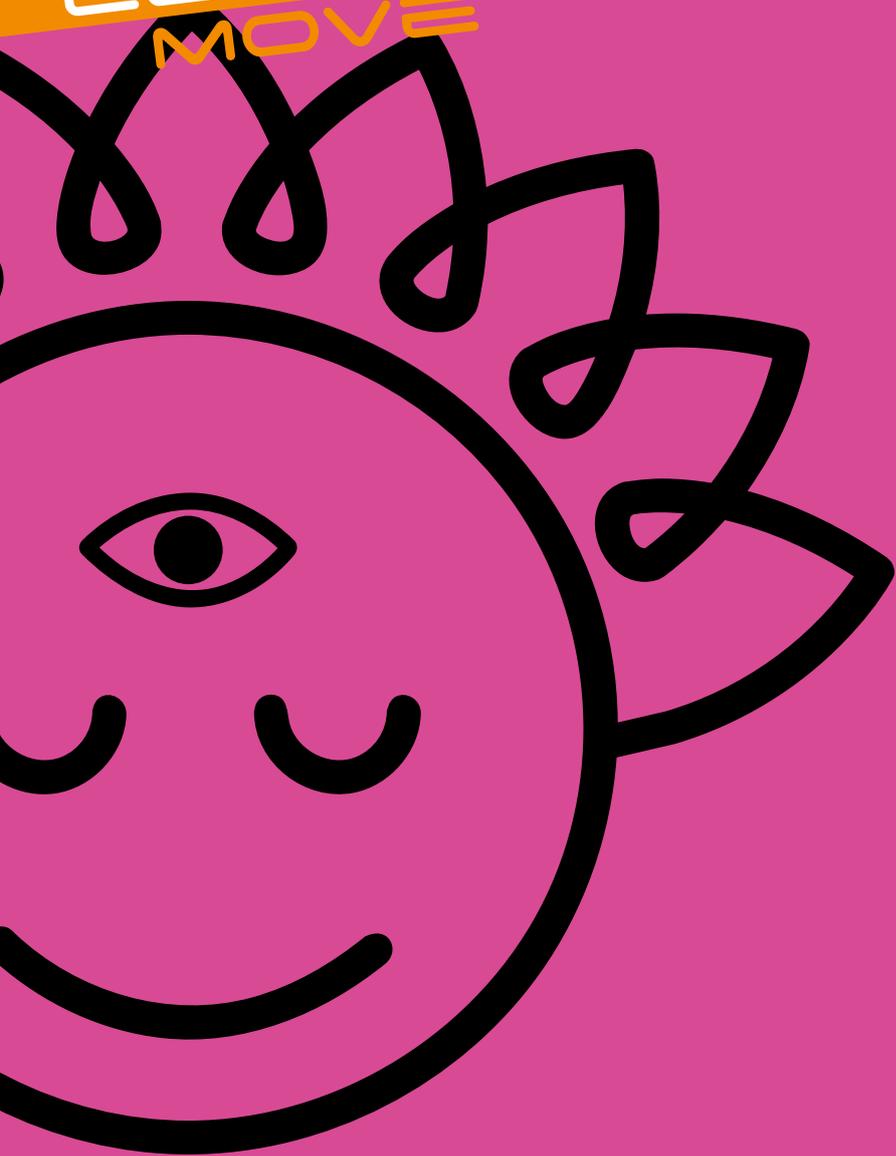
- › Anlegen neuer Beete
- › Neubepflanzung sämtlicher Blumenkästen und Beete vor dem Haus
- › Erstellung eines großen Moosgraffitis in Form des D-Hof-Logos
- › Anbringung von über 70 bepflanzten Konservendosen an Zäunen und Bäumen rund um das Haus
- › Installierung einer Hinweistafel für die Hochbeete als Einladung an die Bürger*innen
- › Entfernung von tiefliegendem Wurzelwerk
- › Hangreinigung und Befestigung
- › Auftragen von Holzhackschnitzeln in den Hängen
- › Neubepflanzung aller Hochbeete
- › Verteilung von Mutterboden auf dem Wandelgarten
- › Experimente mit immer nachwachsendem Gemüse



2019

- › Pflege der Hänge und Beete
- › Bau einer großen Kräuterspirale





2.5 RUHE UND ENTSPANNUNG



2018

- › Vorbereitungen für den neuen Ruheraum
- › Einweihung einer Lesecke im Café in Kooperation mit dem Projekt „Leseclub“ der „Stiftung Lesen“.



2019

- › Bau einer Terrasse als „Chill-Zone“ auf dem Außengelände
- › Bau einer Rundbank für Bürger*innen vor der Einrichtung
- › Einweihung des neuen Ruheraums für Kinder
- › Einrichtung einer „Entspannungsoase“ im Untergeschoss

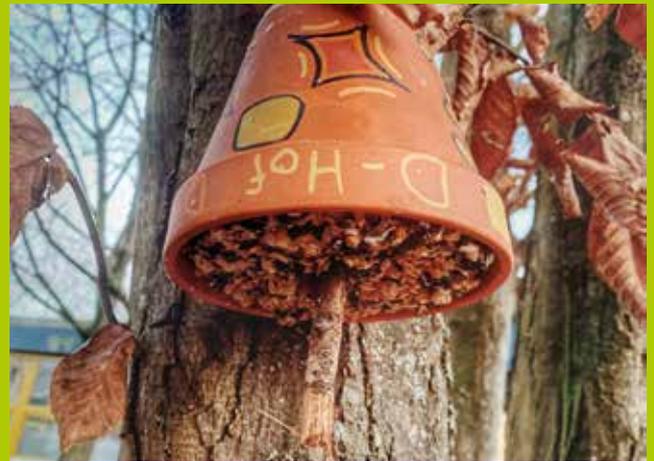
2019

- › Freie Nutzung des neuen Ruheraumes zum Lesen, Lego spielen und für Hörspiele/ -bücher
- › Entspannungsangebot mit Musik unter Leitung einer Musiktherapeutin
- › Yoga für Kinder mit einer Yoga-Lehrerin
- › Wöchentliches Vorleseangebot für Grundschul-kinder





2.6 NACHHALTIGKEIT UND UMWELTSCHUTZ



2018

- › Das Haus erhielt in Eigenarbeit einen neuen, freundlichen Anstrich
- › Graffiti über dem Eingangsbereich, gestaltet von einem Graffitikünstler zusammen mit Tees und Jugendlichen
- › Upcycling: Bemalung von über 70 Konservendosen
- › Bau von Sitzgelegenheiten vor der Einrichtung aus nachhaltigem Holz und langlebigen Materialien
- › Laboruntersuchung von Trinkwasser und Leitungen in der Einrichtung

2019

- › Getränkeflasche und Brotdose aus langlebigen Materialien für alle Kinder und Jugendlichen
- › Bau eines großen Insektenhotels
- › Herstellung von Vogelfutterportionen für den Winter
- › Herstellung von Samenbomben für den Frühling
- › Herstellung vielfach-verwendbarer Geschenkboxen zu Weihnachten inklusive Befüllung mit selbstgemachten Geschenken
- › Basteln von langlebiger Weihnachtsdekoration
- › Bau eines „immerwährenden“ Weihnachtsbaumes für die Einrichtung

2018–2019

- › Weitgehender Verzicht auf Kauf von Mineralwasser in Flaschen
- › Angebot von aufgesprudeltem Leitungswasser für alle



2019

- › Verzicht auf Fleisch und Fisch bei den wöchentlichen Kochangeboten
- › Umstellung auf Bioprodukte bei Milcherzeugnissen
- › Versorgung der Vögel mit Wintervogelfutter
- › Pflege des Insektenhotels



Aachener Zeitung, 14.12.2019

12.2019

Kraftwerk rückt näher

Die nur mit externer Hilfe realisiert werden können

offnet wurden. Auch wenn sie nicht mehr zur Zielgruppe der Sechs- bis 27-Jährigen gehören. Genau wie der D-Hof konnten sich sechs weitere soziale Initiativen/Einrichtungen über eine Geldspende freuen (siehe Zusatzbox). Sie alle erhalten so nicht nur finanzielle Hilfe, sondern auch eine Anerkennung für ihre Arbeit. „Mittelständische Unternehmen müssen aktiv werden und das Umfeld mitgestalten. Und das am



reiche nicht.

Gerade im Fall der OT D-Hof ist dies leicht nachvollziehbar:

Motto „Kinder sind unsere Zukunft“.
Peter Borsdorff hat mit seiner Initiative „Running for Kids“ als ehemaliger Marathon-Läufer bei den Läufen in der Region knapp 2,4 Millionen Euro für Bedürftige gesammelt, die Projekte umgesetzt.

Mit Unterstützung des Vereins zur Förderung der Kinder und Jugendlichen im Stadtteil Rothe Erde werden in der Kita Düppelstraße wichtige, sonst nicht finanzierbare Zusatzprojekte umgesetzt.



Die OT Driescher Hof. Auf dem Dach soll eine Photovoltaikanlage entstehen. Dabei helfen Spendenebergaben wie die aktuelle an soziale Einrichtungen. Hammer und Frank Seifarth (3. und 2. von rechts) bedachten in der OT D-Hof auf Einladung von Sandra Jansen (4. von links) die Vertreter zahlreicher Ein-

PHOTOS: HERALD BROMER

im Kurs. Das Angebot umfasst Fußball und Caijsternics genauso wie Boxen und Breakdance oder Sport & Beats. Es gibt Kochkurse, ein Green Team und Grüne Küche. Vor allem das gemeinsame Ernten und Zubereiten von Lebensmitteln, aus dem eigenen Garten begeistert die Kids.

194.000 Euro. „Die wollen wir über Dritt- und Eigenmittel stemmen“, erklärte Sandra Jansen. „Wir führen uns nicht alleine gelassen und sind dankbar dafür, dass die Stadt uns die Geider für die Sanierung zur Verfügung stellt“, betont die OT-Leiterin. Die gewaltige Aufgabe bleibt dennoch, jedes zweite Kind ist von



denn als privater Träger muss der Verein immer einen deutlich höheren Mehrbedarf an Finanzmitteln im Bereich Betriebs- und Instandhaltungskosten abdecken als beispielsweise Einrichtungen in kirchlichen oder städtischen Gebäuden. Finanziert wird das Haus von einem gemeinnützigen Trägerverein, der Eigentümer des Gebäudes der OT. Die veranschlagten Kosten – unter anderem für ein neues Dach mit der Photovoltaikanlage, neue De-

Aachener Zeitung, 03.12.2019



Mitarbeiter des IT-Unternehmens „aixigo“ unterstützen die Kinder des D-Hofs beim Bau eines Insektenhotels. FOTO: ROEGE

D-Hof bietet Insekten ein Zuhause

Jugendzentrum setzt Fokus auf Nachhaltigkeit und Umweltschutz

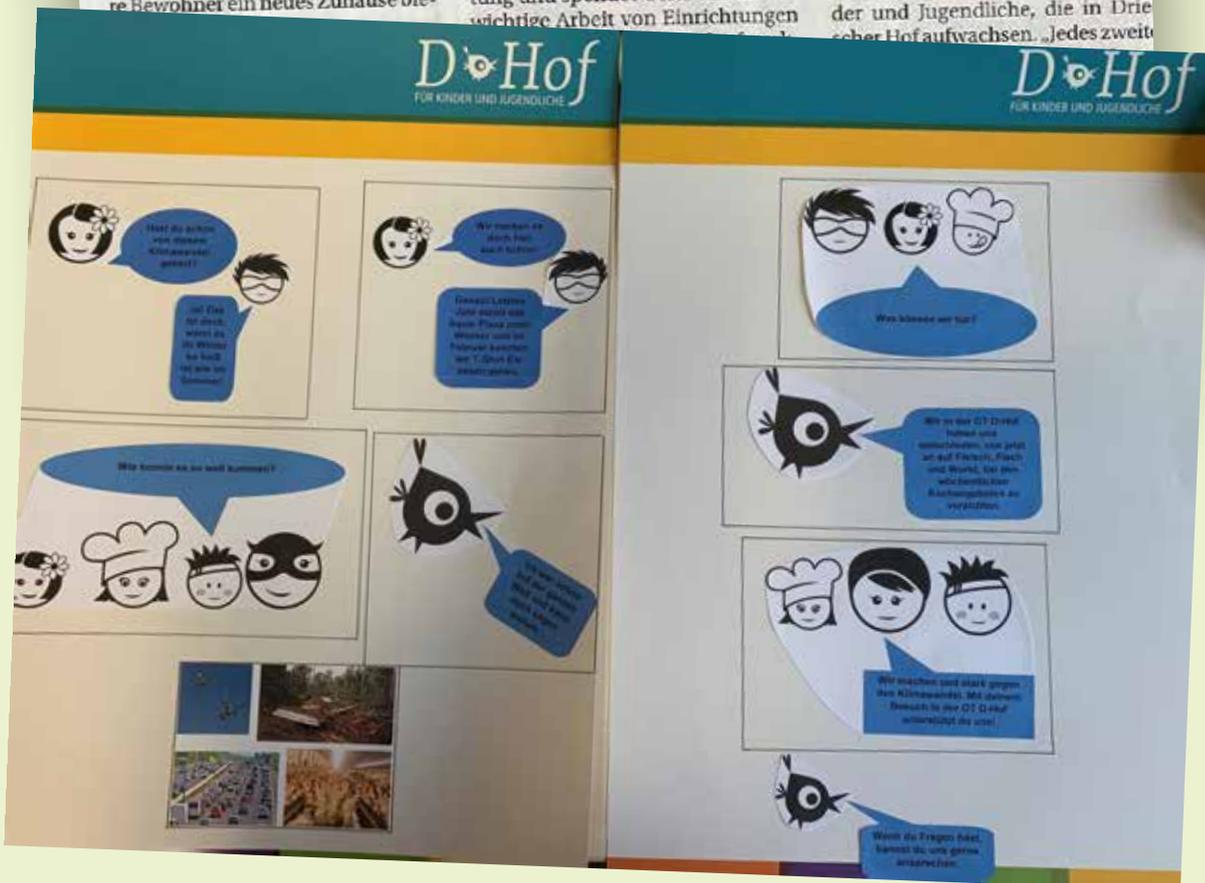
VON LEON KIRSCHGENS

AACHEN Fragt man Leiterin Sandra Jansen, ist das Jugendzentrum „Offene Tür D-Hof“ am Driescher Hof so etwas wie ein zweites Zuhause. In erster Linie natürlich für all die Kinder, die hier täglich ein und aus gehen, um zu spielen, zu kochen, Sport zu machen. Bald aber wird der D-Hof aber auch für ganz besondere Bewohner ein neues Zuhause bie-

futter und Samenbomben für das Frühjahr herzustellen. Das Besondere: Zu den „Naturfreunden“ gehörten nicht etwa nur Kinder und Jugendliche. Auch eine Handvoll Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des Aachener IT-Unternehmens Aixigo AG half den Kindern im Rahmen des firmeninternen Sozialtags beim Werkeln. Einmal im Jahr besucht man eine regionale Einrichtung und spendet Geld, um auf die wichtige Arbeit von Einrichtungen

damit einen weiteren Schritt Richtung Nachhaltigkeit und Umweltschutz gehen möchte. „Man muss bei der Bildung junger Menschen ansetzen, wenn man in einer Gesellschaft langfristig und nachhaltig die Umwelt schützen möchte“, sagte Jansen. „Und das ist immer auch mit anderen Lebensbereichen wie Gesundheit und Ernährung verknüpft.“

Das gelte insbesondere für Kinder und Jugendliche, die in Driescher Hof aufwachsen. „Jedes zweite

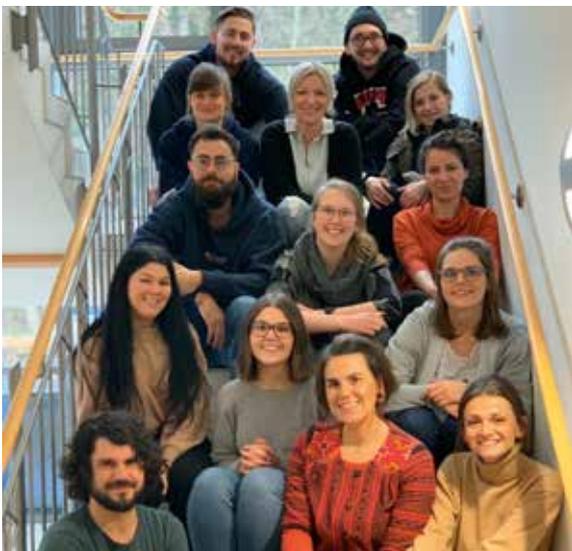


2.7 AUSBLICK UND PLANUNG FÜR 2020

Das Projekt wird in 2020 fortgesetzt unter dem Titel „**Von MusikerInnen, EntspannungskünstlerInnen, „Green-Team“, Naturkindern, Akrobaten und Kochprofis**“. Weiterhin wird der schlechte Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen im Stadtteil zentral in den Blick genommen, werden ganzheitliche Erfahrungen, Wissen und Kompetenzen vermittelt und wird mit niederschweligen Angeboten für die Eltern eine Sensibilisierung derer für die Gesundheit ihrer Kinder erweitert bzw. geschaffen.

In der Projektfortführung soll „*Let´s move*“ um einen wesentlichen weiteren Baustein der Gesundheitsförderung erweitert werden: **musikpädagogische Angebote in Verbindung mit Entspannung und Bewegung**: Musik regt an und entspannt und hilft, Gefühle auszudrücken. Zudem verbindet Musik Menschen und Kulturen miteinander, sie schafft Solidarität und kann so in Gruppenangeboten das Gemeinschaftsgefühl stärken. So gibt es zahlreiche positive Effekte von Musik im emotionalen und sozialen Bereich. Aus der Neurobiologie ist inzwischen bekannt, dass Musik ein großer Stimulus für das Gehirn ist. Musizierende Kinder können sich besser konzentrieren, nicht nur beim Spielen. Die Liste der nachgewiesenen positiven Effekte wird stetig länger. Und vor allem macht Musik glücklich. Dabei sind Entspannungsangebote mit Musik ebenso denkbar wie solche mit Bewegung.

Den pädagogischen Rahmen des Projektes bildet weiterhin das Konzept der Resilienz. Der Begriff der Resilienz beschreibt eine Kompetenz, die im Verlauf der Entwicklung im Kontext der Kind-Umwelt-Interaktion erworben wird. Im Rahmen



resilienzförderlicher Schutzfaktoren geht es daher um die Schaffung und das Erleben von:

- › Verlässlichen, positiv-emotionalen Beziehungen zu mindestens einer Bezugsperson
- › Wertschätzendem und klarem Erziehungsverhalten
- › Positive Modelle für Empathie und Sozialverhalten
- › Eigene Erfahrungen von Selbstwirksamkeit
- › Erfahrung der Zugänglichkeit von Bildungseinrichtungen
- › Erfahrung von sozialer Unterstützung und der Einbettung in soziale Netzwerke



Pädagogik / Methoden / Multiplikator*innen

In Planung:

- › Erweiterung der musikpädagogischen Angebote
- › Ferienspiele unter dem Motto „Der Natur auf der Spur“
- › 1.-Hilfe-Kurse für Kinder
- › Selbstverteidigung für Mädchen und junge Frauen
- › Beteiligung mit einer Fußgruppe am Aachener Kinderkarnevalszug mit upgecyclten Kostümen, gespendetem Wurfmaterial von





Aachener Firmen sowie einem Lastenrad gefüllt mit Äpfeln.

- › Anschaffung eines Defibrilators für den Eingangsbereich der Offenen Tür D-Hof
- › Sechster Sozialtag mit einer Aachener Firma unter dem Motto „Der D-Hof startet in den Frühling“



Leckere und gesunde Ernährung

- › Täglich reich gefüllter Obst- und Gemüsekorb für alle
 - › Trinkwasser zur freien Verfügung
 - › Familienkochen „Mit Mama schmeckt's am Besten“
 - › Abendbrot für Teenies und Jugendliche
 - › Sandwiches
 - › Ernte diverser Kräuter, Salate, Obst- und Gemüsesorten für alle Ernährungsangebote
 - › Frisch geerntete Salate für täglich 60 Kinder bei den dreiwöchigen Sommerferienspielen
 - › Kochkurs für Kinder unter Leitung einer Ökotrophologin
 - › Grüne Küche
 - › Meet & Eat
- In Planung:**
- › Neuer Kochkurs für Jugendliche unter Leitung einer Ökotrophologin



Spaß an Bewegung und Sport

- › Fußballgruppe
- › Kinderdisco
- › Psychomotorik-Kurs
- › Boxtraining für Teenies
- › Boxtraining für Jugendliche
- › Tischtennis
- › Sports & Beats
- › Förderung von spielerischer Bewegung an der „Real Playstation“
- › Trainingskurs „Calisthenics“ für Jugendliche und junge Erwachsene unter Leitung eines Sportwissenschaftlers
- › Freies Training an der Calisthenics-Anlage
- › Breakdance-Angebot für Kinder
- › Aktiv und Clever
- › Nutzung des Bewegungsraumes zum Klettern, Toben und Auspowern von Kindern im Grundschulalter
- › Tanzkurs für Mädchen

In Planung:

- › Neues musikpädagogisches Angebot in Verbindung mit Entspannung und Bewegung
- › Einrichtung eines neuen Bewegungsraumes



Naturnahe Angebote im eigenen Garten

- › „Green-Team“ pflegt den Garten
- › Bewirtschaftung der vier Hochbeete
- › Pflanzen von Naschhecken
- › Bepflanzung des Außengeländes mit Blumen
- › Erweiterung des Gartens
- › Ernten in Hochbeeten und Garten
- › „Green-Team“ als Multiplikator*in gibt Erfahrungen an neue Teammitglieder weiter
- › Pflege der Vogelfutterstation

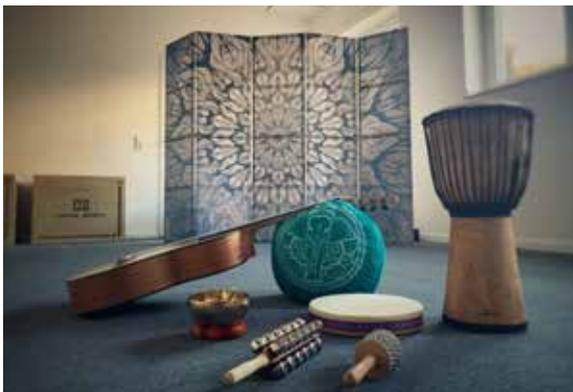
In Planung:

- › Anschaffung eines großen Sonnensegels zwecks Beschattung des Außengeländes



Ruhe und Entspannung

- › Freie Nutzung des neuen Ruheraumes zum Lesen, Lego spielen und für Hörspiele/ -bücher
- › Entspannungsangebot mit Musik unter Leitung einer Musiktherapeutin



- › Yoga für Kinder mit einer Yoga-Lehrerin
- › Wöchentliches Vorleseangebot für Grundschul Kinder

In Planung:

- › Neues musikpädagogisches Angebot in Verbindung mit Entspannung und Bewegung
- › Yoga-Kurse für Jugendliche und junge Erwachsene in der „Entspannungsoase“

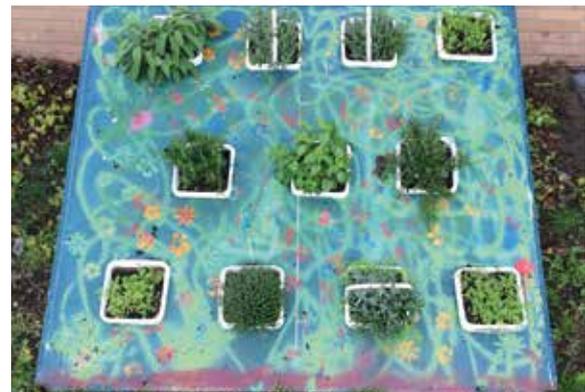


Nachhaltigkeit und Umweltschutz

- › Weitgehender Verzicht auf Kauf von Mineralwasser in Flaschen
- › Angebot von aufgesprudelmtem Leitungswasser für alle
- › Verzicht auf Fleisch und Fisch bei den wöchentlichen Kochangeboten
- › Bioprodukte bei Milcherzeugnissen
- › Versorgung der Vögel mit Wintervogelfutter
- › Pflege des Insektenhotels

In Planung

- › Installierung einer Photovoltaikanlage auf dem Dach der Einrichtung
- › Realisierung verschiedener Sanierungsmaßnahmen am Gebäude unter Berücksichtigung von Klimaschutzaspekten



3. „Let's move“ – Wirksamkeit durch strukturelle und ganzheitliche Angebote

Im Laufe der fünfjährigen Projektzeit wurde „Let's move“ mit wöchentlichen Angeboten in den einzelnen Schwerpunkten **Kochen und Ernährung, Garten, Bewegung, Entspannung sowie Nachhaltigkeit und Umweltschutz und pädagogischen Maßnahmen** sowie mit (einmaligen) Sonderveranstaltungen für unterschiedliche Zielgruppen kontinuierlich weiterentwickelt. Die verfügbaren Ressourcen, vor allem die Projektlaufzeit, die vorhandenen räumlichen Gegebenheiten und die einsetzbaren personellen Kapazitäten, stellen eine wesentliche Rahmenbedingung dafür dar, dass die Angebote nachhaltig wirken können.

Der konzeptionelle Ansatz zur Gesundheitsförderung bietet die große Chance, die Lebenswelten von – vor allem benachteiligten – Kindern und Jugendlichen ganzheitlich positiv zu beeinflussen und zu verändern. Dabei ist die Freiwilligkeit der Teilnahme an den Angeboten eine wesentliche Voraussetzung. Kinder, Jugendliche und ihre Eltern / Familien erleben ihre eigenen Ressourcen und Stärken und öffnen sich zunehmend für Neues, beispielsweise in Form von gesundem / gesünderem Essen oder Bewegungsangeboten.

Aufgrund der durchgängigen Partizipation von Kindern und Jugendlichen konnten die Angebote

eng an den Bedarfen und Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen (weiter)entwickelt werden. Möglichkeiten der Übernahme von Verantwortung, z.B. im „Green-Team“ oder in Planungsprozessen zur Umgestaltung von Räumen und ihrer Nutzung, stärken das Selbstbewusstsein und tragen nachhaltig dazu bei, sich aktiv(er) in das soziale Miteinander einzubringen.

Außerdem waren alle Mitarbeiter*innen der Einrichtung - aus unterschiedlichen Perspektiven und mit unterschiedlichen inhaltlichen Schwerpunkten - aktiv am kontinuierlichen Monitoring des Projektes beteiligt. Jährlich wurden so neue, erweiterte oder bewährte Angebote in „Let's move“ implementiert, wie beispielsweise der Ausbau und die Öffnung des Gartens durch Erneteangebote in Hochbeeten und Aufenthaltsbereiche für die Nachbarschaft.

Einmalige Aktivitäten und Maßnahmen schufen Grundlagen für zusätzliche kontinuierliche Angebote (z.B. Schaffung neuer Themenräume, Anlegen neuer Beete). Über die verschiedenen Projekt-Broschüren wurden die Einzelangebote der Einrichtung bekannter gemacht, gleichzeitig sicherten die Broschüren Wissen und Erfahrungen und motivieren nach wie vor die unterschiedlichsten



Zielgruppen, an Angeboten teilzunehmen und Wissen und Erfahrungen aus der Einrichtung im wahrsten Sinne des Wortes „mit nach Hause zu nehmen“.

Eine schriftliche Befragung in der Offenen Tür D-Hof richtete sich an unterschiedliche Personengruppen:

- › an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- › an Eltern und Familien
- › an Anwohner*innen, andere Einrichtungen und andere Externe
- › an Mitarbeiter*innen von Firmen-Sozialtagen, Spender*innen und Unterstützer*innen

sowie

- › an die eigenen Mitarbeiter*innen.

Die Teilnahme an der Befragung war freiwillig. Sie wurde im November 2019 durchgeführt.

3.1 THEORIE MIT PRAKTISCHEM INHALT GEFÜLLT – ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG DER EIGENEN MITARBEITER*INNEN

Das D-Hof-Team, bestehend aus Haupt- und Ehrenamtlichen, Honorar- und pädagogischen Ergänzungskräften sowie Praktikant*innen, verständigte sich zu Beginn des Projektes 2014 gemeinsam auf relevante pädagogische Ansätze und Konzepte. Hierzu gehörte auch die Diskussion über wesentliche Inhalte von Begriffen, die das Projekt ausmachen bzw. über mehr als fünf Jahre hinweg begleiten. Schwerpunktthemen wie z.B. „Armut und ihre Auswirkungen im Stadtteil“ wurden in Form von Teamklausur-Tagen bearbeitet. Die regelmäßige gemeinsame Reflexion gehört zu den Qualitätsstandards der Projektbearbeitung und bildete jährlich die Grundlage für Entscheidungen und Weiterentwicklung von Angeboten und Abläufen im Projekt „Let's move“.

Insgesamt 18 Mitarbeiter*innen (10 weiblich / 8 männlich) des D-Hof beteiligten sich an der freiwilligen Befragung und haben den schriftlichen Fragebogen ausgefüllt eingereicht.

3.1.1 Mitarbeiter*innen-Statements zu ausgewählten Stichworten

Stichwort: ARMUT bedeutet ...

„Sich die Kosten für Grundbedürfnisse nicht leisten zu können: gesundes Essen, ruhiger Wohnraum, entsprechende Kleidung, gesellschaftliches Miteinander“. Paul (31)

„Kinder und Jugendliche, die in Armut aufwachsen, können im D-Hof trotzdem Freude haben, werden versorgt und aufgefangen. Hier bekommen alle Kinder die gleichen Möglichkeiten und Chancen.“ Jenny (25)

„In dem Stadtteil Driescher Hof wohnen einige sozial benachteiligte Familien, daher passt der D-Hof die Angebote darauf an: Familienkochen, Essensangebote, D-Hof tafelt.“ Michelle (26)

„Ja, viele Kinder und Jugendliche sind von Armut betroffen. Fast jedes 2. Kind. Ich bewundere die Familien, die im Rahmen ihrer Möglichkeiten alles für ihre Kinder und Familien tun. Armut wird sichtbar an den kleinen, alltäglichen Dingen: darum sind alle Angebote niederschwellig und kostenfrei. Hier darf es keine Rolle spielen, ob sich eine Familie ein besonderes Angebot für ihr Kind leisten kann und ob der Monat gerade angefangen hat oder zu Ende geht.“ Simone (40)

„Sich dessen bewusst sein, dass wir im Stadtteil mit finanzieller Armut konfrontiert sind, die beträchtliche Folgewirkungen hat.“ Michael (43)

Stichwort: PARTIZIPATION bedeutet ...

„Partizipation bedeutet, dass die Angebote den Interessen der Kinder angepasst werden und bei wichtigen Fragen / Entscheidungen nach Möglichkeit die Kinder miteinbezogen werden.“ Songül (25)

Stichwort: BILDUNG bedeutet ...

„Bildung findet im D-Hof täglich statt. An vielen Stellen in sehr niederschweligen Angeboten. In der OGS-Gruppe wählen die Kinder regelmäßig für 4-5 Wochen ein Gruppenthema, momentan ist dieses „Unsere Planeten“. Unter der Woche finden dann zum gewählten Thema die unterschiedlichsten Angebote statt. Was die Kinder aber jeden Tag lernen, ist der Umgang mit Menschen, der respektvolle Umgang mit jedem.“ Jana (28)

Stichwort: ERNÄHRUNG bedeutet ...

„Selbst gemachtes Essen, frisches Obst und Gemüse, mit den Kindern selber säen und ernten, gesundes Kochen.“ Arzu (38)

„Essen nicht nur als Mittel zum Zweck begreifen, sondern die Herstellung gesunder Nahrung als sozialen Prozess begreifen, der zum Ergebnis des gemeinsamen Genusses führt. Den Wert der Nahrung schätzen lernen.“ Michael (43)

Stichwort: GESELLSCHAFTLICHE TEILHABE bedeutet ...

„Dabei sein dürfen und mitreden! Auch mal einen tollen Ausflug machen, das neueste Spiel spielen, leckere und trendige Gerichte kochen und essen! Das tun, was andere auch tun!“ Simone (40)

„Im D-Hof wird Kindern und Jugendlichen dabei geholfen, Entwicklungsschwierigkeiten zu überwinden, um ihnen einen Zugang zur Gesellschaft zu ermöglichen. Stadtteil-Angebote = Gemeinschafts-Stärkung.“ Michelle (26)

„Im geschützten Rahmen des D-Hofs Teilhabe- und Entscheidungsmöglichkeiten bekommen und nutzen und diese als Vorbereitung auf gesellschaftliche Teilhabe begreifen. Zu einem mündigen, politischen Menschen werden.“ Michael (43)

Stichwort: RESILIENZ bedeutet ...

„Widerstandsfähigkeit für das Leben und die eigenen Ressourcen nutzen ... Nicht immer problemorientiert an die Dinge herantreten, sondern lernen, das Beste daraus zu machen!“ Simone (40)

„Räume für einen Austausch, Ruhe, soziale Kontakte, verschiedene Angebote, die Spaß machen, Perspektiven haben.“ Paul (31)

„Dass sowohl die Kinder und Jugendlichen, als auch die Erwachsenen mit ihren Bedürfnissen und Kompetenzen konfrontiert werden, indem sie ihre Stärken und Schwächen kennen.“ Songül (25)

Stichwort: NACHHALTIGKEIT bedeutet ...

„Im D-Hof werden viele Lebensmittel vor Ort angebaut. Die Kinder und Jugendlichen lernen die Lebensmittel zu schätzen. Reste zu verwerten und so wenig wie möglich wegschmeißen zu müssen. Sie lernen, aus dem, was man hat, das Beste zu machen & es zu schätzen.“ Jenny (25)

Stichwort: FAMILIE bedeutet ...

„Jeder ist herzlich willkommen, Zusammenhalt, etwas leckeres kochen mit den Eltern.“ Arzu (38)

Stichwort: GEMEINSCHAFT bedeutet ...

„In Gruppen gemeinsame Aktivitäten durchführen. Dazu zählen außer dem Kochen und dem anschließenden gemeinschaftlichen Essen auch die verschiedensten Kreativangebote.“ Lukas (25)



Marianne Genenger-Stricker studierte Erziehungswissenschaft und Sozialpädagogik an der Otto-Friedrich-Universität Bamberg, arbeitete dann zunächst mehrere Jahre als Jugendbildungsreferentin und als BDKJ-Diözesanvorsitzende, bevor sie 1991 als wissenschaftliche Mitarbeiterin an die KatHO NRW ging, an der sie nach ihrer Promotion seit 1999 als Professorin für Theorien und Konzepte Sozialer Arbeit tätig ist mit den Schwerpunkten: außerschulische Bildung, Gender, Migration und Flucht, zivilgesellschaftliches Engagement. Sie ist ehrenamtlich engagiert u.a. im Kinder- und Jugendschutz, in der Frauen- und Friedensbewegung, in der Menschenrechtsarbeit, in der Kinder- und Jugendstiftung im Bistum Aachen.

Gastbeitrag:

Marianne Genenger-Stricker: Ein Plädoyer für die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit

Wenn es in der Öffentlichkeit heute um Kinder und Jugendliche geht, steht oftmals nicht ihr Aufwachsen, sondern ihr schulischer Bildungserfolg und damit die Frage nach den verwertbaren Kompetenzen für die spätere berufliche Karriere im Mittelpunkt. Die jungen Menschen verbringen immer mehr Zeit in Institutionen und diese Lebensphase ist zunehmend durch Leistungsdruck geprägt. Zusätzlich zum Schulbesuch in Form der Ganztagschule und vor dem Hintergrund des Zukunftstraumas vieler Eltern, ihr Kind könnte nicht früh genug und ausreichend gefördert werden, gehören zweckgebundene Veranstaltungen mehr und mehr zu den Selbstverständlichkeiten des Aufwachsens von Kindern und Jugendlichen (BMFSFJ 2013: 55). In der Folge kann von einer Verdichtung und Entgrenzung der Jugendphase gesprochen werden. Gleichzeitig ist die Freizeit verregelter. D. h. es besteht weniger Entscheidungsspielraum, um die Freizeit nach eigenen Interessen zu gestalten. Neben der Medialisierung

der Lebenswelt als einem zentralen Veränderungsfaktor kommt hinzu, dass die Gesellschaft, in die junge Menschen hineinwachsen, zugleich durch soziale Spaltung, Chancenungleichheiten und ungerechte Geschlechterverhältnisse genauso wie durch andere Risiko- und Benachteiligungslagen strukturiert ist. Diese Entwicklungen überfordern viele Kinder und Jugendliche und bringen nicht zuletzt auch gesundheitlichen Folgen mit sich. So zeigt eine Studie der Uni Bielefeld aus dem Jahr 2015, dass 18% der Kinder und 19% der Jugendlichen in Deutschland unter Stress leiden. Als Ursachen werden mangelnde Selbstbestimmung, wenig Freizeit, wenig Autonomie aber auch Parentifizierung sowie hohe Erwartungen der Eltern benannt.

Angesichts der Komplexität der Lebenswelten stellt sich für Bildungsträger die Frage, was junge Menschen für ein gelingendes Leben brauchen, um die skizzierten Herausforderungen zu

bewältigen und eine eigene Lebensperspektive zu entwickeln, bzw. wie eine gleichberechtigte Teilhabe aller gewährleistet werden kann. Von den vielen Faktoren, die zu berücksichtigen sind, soll hier der Schwerpunkt auf die Bedeutung der außerschulischen Bildung gelegt werden. Denn: *„Bildung für junge Menschen ist weit mehr als Schule und spielt sich zu wesentlichen Teilen auch außerhalb des curricularen Wissenserwerbs an schulischen und außerschulischen Bildungsorten ab“*, wie der 14. Kinder- u. Jugendbericht der Bundesregierung hervorhebt. Bildung als umfassender und ganzheitlicher Prozess der Entwicklung einer Persönlichkeit ist als Selbsttätigkeit zu verstehen, die an allen Orten bzw. in allen Lebensbereichen stattfindet; *„die eine produktive Auseinandersetzung des Individuums mit der Welt ermöglichen“* (Grunert 2012: 34). Keupp u.a. (2013: 55) gehen sogar davon aus, dass außerschulische Bildung *„die Zukunftschancen von heranwachsenden Menschen mindestens in gleichem, wenn nicht in höherem Maße als die ‚formellen Bildungsangebote‘“* beeinflusst. Non-formale Bildungsarten haben eine große Bedeutung für die Identitätsentwicklung der jungen Menschen, denn dort werden Bildungsprozesse wie die Stärkung des Selbstbewusstseins, die Herausbildung einer eigenen Meinung und persönlicher Interessen angeregt, es werden soziale Kompetenzen wie Respekt, Einfühlungsvermögen, Konfliktfähigkeit sowie Frustrationstoleranz gestärkt (Thole 2011, 79) und Gelegenheiten für Gruppenprozesse eröffnet.

Die Ergebnisse zweier Forschungsprojekte (Pilotstudie: Jugend – Bildungsteilhabe – Lebensräume; 2014-2015 / Auftragsstudie: Weiterentwicklung der offenen Kinder- und Jugendarbeit im Kreisgebiet Heinsberg; 2015-2016) zeigen, dass Kinder und Jugendliche im Kontext außerschulischer Bildungsarbeit vor allem Erfahrungsräume im Sinne von Freiräumen suchen, in denen sie sich ausprobieren können, ohne von außen bewertet zu werden. Junge Menschen wünschen sich Räume zur Begegnung, die zum einen Rückzug bzw. die Möglichkeit, im ‚Hier und Jetzt‘ sein zu können, bieten und frei sind von Normierung und Leistungsdruck, zum anderen Selbstbestimmung und Teilhabe und Engagement ermöglichen. Weiter wünschen sich die jungen Menschen ein verlässliches personales Angebot für die emotionale und soziale Unterstützung.

Selbstkritisch zu reflektieren ist aber auch die soziale Selektivität des deutschen Bildungssystems, die den Anspruch auf gleiche gerechte Bildungschancen konterkariert. Auch in der außerschulischen Bildung zeigt sich der Zusammenhang zwischen sozialer Herkunft und

schulischer Bildung. Das bedeutet eine doppelte Benachteiligung: Neben der Benachteiligung in der Schule haben diese Kinder und Jugendlichen einen deutlich eingeschränkten Zugang zu institutionalisierten außerschulischen Angeboten (Solga/Dombrowski 2009, vgl. auch BMFSFJ 2005). Damit Vielfalt im Sinne der unterschiedlichen Ressourcen und Potentiale von Kindern und Jugendlichen anerkannt und gefördert werden kann, sind deshalb Bildungskonzepte gefragt, die die Heterogenität und die (neuen) sozialen Ungleichheiten innerhalb der Gruppe der jungen Menschen (Schmidt-Koddenberg 2016: 54) mit dem Ziel der Vermeidung von Ausgrenzung und der Befähigung zu gesellschaftlicher Teilhabe berücksichtigen. Hierzu gehört auch, außerschulische Jugendarbeit als sozialen Ort der Gesundheitsförderung in den Blick zu nehmen. Außerschulische Jugendarbeit besitzt gerade durch ihren offenen und freiwilligen Charakter und durch ihre an den Bedürfnissen und Bedarfslagen der jungen Menschen ansetzende Struktur ein großes Potential, Gesundheitsförderung jenseits medizinischer Ausrichtung im Sinne der Ermöglichung, Befähigung, Partizipation, Anerkennung und Teilhabe insbesondere für sozial benachteiligte und gleichzeitig gesundheitlich stärker belastete junge Menschen anzubieten. Der Vermittlung allgemeiner Lebenskompetenzen und der damit verbundenen Persönlichkeitsstärkung wird eine unmittelbar gesundheitsfördernde und gesundheitserhaltende Wirkung zugesprochen. Dem Bedürfnis nach Entspannung und Erholung als Reaktion von jungen Menschen auf ihre durch Erwartungsdruck, Stress und Ärger geprägte Lebenssituation ist mit Freiraum, der Entschleunigung, Spaß sowie Sinnlichkeit und Körperlichkeit und auch Schutz zu begegnen. Die aktuelle Situation, in der es einerseits eine Vielzahl an Belegen für die Notwendigkeit der Verbesserung der gesundheitlichen Situation der Jugend gibt und andererseits Praxisansätze – wie sie im D-Hof bereits erfolgreich erprobt werden – bietet die Chance, eine Positionierung der Kinder- und Jugendarbeit als Gesundheitsbildungsarbeit zu fundieren – auch als Gegenpart zum Mainstream gegenwärtiger Gesundheitsdebatten.

Die Forschungsergebnisse verdeutlichen vielseitige Herausforderungen für die Politik, aber auch für die Einrichtungen der außerschulischen Bildungsarbeit sowie die dort tätigen Fachkräfte. Politik und öffentliche Verwaltung sind vor allem im Hinblick auf die Anerkennung der Relevanz außerschulischer Bildungsangebote sowie die Schaffung und Sicherung förderlicher struktureller Rahmenbedingungen und die Realisierung der sozialräumlichen Erreichbarkeit als wesentliches Element zur Teilhabeförderung gefordert. Kinder- und Jugendarbeit

darf nicht länger abhängig sein von finanziellen Priorisierungen auf Kommunal- und Landesebene, sondern muss zu einer einzufordernden Pflichtaufgabe werden, damit die vielfältigen Handlungsfelder der Kinder- und Jugendarbeit zu einem festen Bestandteil im ‚institutionellen Gefüge des Aufwachsens‘ werden.

Die Einrichtungen der außerschulischen Bildungsarbeit sind insbesondere gefordert im Hinblick auf eine anwaltschaftliche Positionierung für junge Menschen und deren Bedürfnisse und haben Sorge zu tragen für ein vielfältiges altersspezifisches, diversitätssensibles und gegenwartsbezogenes offenes Angebot sowie für den Abbau von Zugangsbarrieren. Es gilt, den neoliberalen

Tendenzen die Prinzipien der Kinder- und Jugendarbeit entgegenzustellen und so ihren genuine Charakter zu wahren bzw. zu schützen. (BMFSFJ 201 15. KJB:)

Außerschulische Kinder- und Jugendarbeit kann einen wichtigen Beitrag dazu leisten, junge Menschen an demokratische Prinzipien heranzuführen, sie zu unterstützen, eigene Anliegen zu formulieren und sich für deren Realisierung einzusetzen und somit ihre Mitgestaltung im Sozialraum und in der Gesellschaft zu fördern. Gerade im Kontext gegenwärtiger Entpolitisierungstendenzen oder gar rechtspopulistischer Strömungen kommt dieser Aufgabe eine besondere Bedeutung zu.

Literatur:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (Hrsg.) (2005): 12. Kinder- und Jugendbericht. Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland. Berlin

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (Hrsg.) (2013): 14. Kinder- und Jugendbericht: Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland. Berlin.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (Hrsg.) (2017): 15. Kinder- und Jugendbericht: Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland. Berlin.

Grunert, Cathleen (2012): Bildung und Kompetenz: Theoretische und empirische Perspektiven auf außerschulische Handlungsfelder. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Keupp, Heiner/Straus, Thomas/Gmür, Wolfgang/Höfer, Renate/Mitzscherlich, Beate/Kraus, Wolfgang/Straus, Florian (2013): Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne. 5. Aufl. Reinbek

Schmidt-Koddenberg, Angelika (2016): Bildung für die Zukunft – Bedingungen und Anforderungen. In: Fischer, Veronika/Genenger-Stricker, Marianne/Schmidt-Koddenberg, Angelika (Hrsg.): Soziale Arbeit und Schule. Diversität und Disparität als Herausforderung. Schwalbach/Ts., S. 17-64

Solga, Heike und Dombrowski, Rosine (2009): Soziale Ungleichheiten in schulischer und außerschulischer Bildung. Stand der Forschung und Forschungsbedarf. Arbeitspapier 171. Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung

Thole, Bildung – theoretische und konzeptionelle Werner (2011): Überlegungen: Zur Pädagogik der Ermöglichung von Mündigkeit und Anerkennung. In: Hafenecker, Bruno (Hrsg.): Handbuch außerschulischer Jugendbildung: Grundlagen – Handlungsfelder – Akteure. Schwalbach/Ts., Wochenschau Verlag, S. 67-86

3.1.2 Der Blick der Mitarbeiter*innen auf den D-Hof und die eigene Arbeit

Zwei von insgesamt fünf Fragen der Mitarbeiter*innen-Befragung befassten sich mit der Institution und mit Selbstreflexion in Bezug auf die eigene, individuelle Arbeit:

„Was schätzt du besonders an der OT D-Hof?“ und „Worauf legst du besonderen Wert in deiner Arbeit?“

Die Antworten auf diese beiden Fragen sind hier als Baumkrone dargestellt. Der Baumstamm steht für die mitarbeitenden Menschen und die Wurzeln für die Bedeutung der Institution D-Hof.



Die Funktion der OT D-Hof im Leben der Kinder und Jugendlichen wird von den Mitarbeitenden zusammengefasst folgendermaßen be- und umschrieben.

Zukunft / Lebensabschnitt

Sicherheit / ein fester Hafen / Kontinuität / Rückzugsort / vertraute Ecken / Schutz(-insel) / Anlaufstelle bei Problemen und Sorgen / **Wertschätzung**

Ort zum Wohlfühlen / zweite Heimat / **zweites Zuhause** / erweitertes Kinderzimmer

Erfahrungsräume / Alltagsgestaltung

Freiraum / Freiheit zur Selbstentwicklung / offener Ort / Kraftinsel / Entfaltungsräume / Erlebnisort

Lernort / Lernräume / Lernumgebung

Raum für Sozialkontakte / Freunde treffen / Zusammenarbeit / vertraute

Personen / Raum für **Spaß und Freude**

Die Mitarbeiter*innen haben auf die offene Frage teilweise mit mehreren Stichworten / Aussagen geantwortet. Die von den 18 Mitarbeitenden am häufigsten genannten Begriffe sind hier hervorgehoben.

4. Lebensräume – Innen und Außen in der Offenen Tür D-Hof

Die Schwerpunkte des Projektes „Let's move“ **Kochen und Ernährung, Garten, Bewegung, Entspannung sowie Nachhaltigkeit und Umweltschutz und die pädagogischen Maßnahmen** werden nicht nur in der Auflistung der Angebote deutlich.

Die Projektbausteine und vor allem ihre (Weiter-) Entwicklung sind auch optisch erkennbar, und zwar im Innenbereich in einzelnen Räumen und ihren (neuen) Funktionen als auch im Außenbereich und auf dem Gelände rund um das Gebäude der OT D-Hof mit Wirkung in die Nachbarschaft und den ganzen Stadtteil.

vorher - nachher

Kräuterspirale

Chill Zone

Balancierbalken

Sitzbänke

Komposter

Hochbeete mit Hinweistafel

Moosgraffiti

Rundbank um Baum



vorher - nachher



Real Playstation



Hochbeet



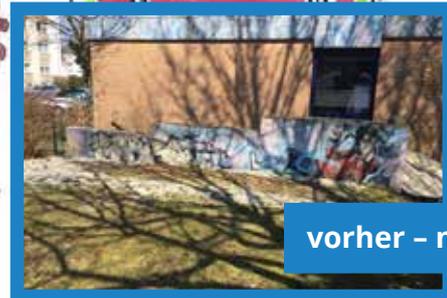
© Stadt Aachen/Andreas Herrmann



Insektenhotel



Beet



vorher - nachher



© Stadt Aachen/Andreas Herrmann

4.1 ERLEBNIS-RÄUME „NACH PLAN“

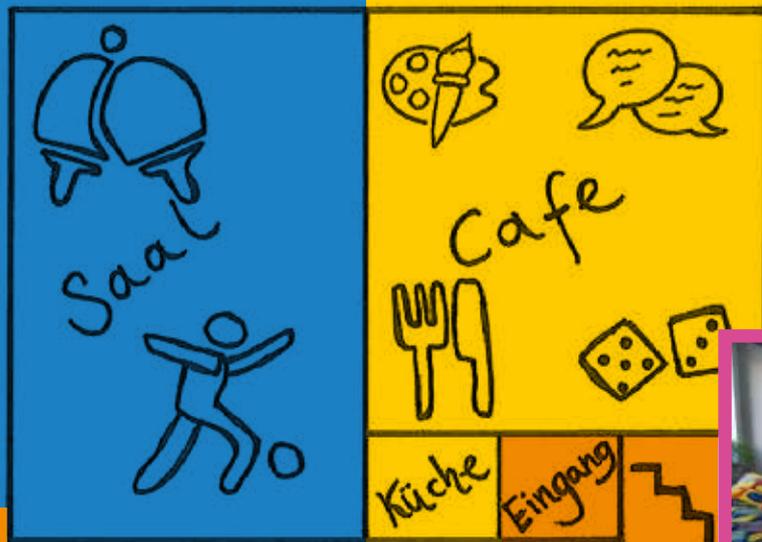
Ein neuer Raum entsteht

Auf großen Wunsch und unter Mitbestimmung von zwanzig Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren wurde ein ganz neuer „Ruheraum“ geplant.

Auf einem Plakat durften die Kinder zunächst frei ihre Wünsche äußern: „Was fehlt euch in der OT? Was soll das für ein Raum werden? Wie soll er ausgestattet sein? Wie soll er aussehen? Was ist dein Wunsch?“

Die beteiligten Kinder wünschten sich einen ruhigen Rückzugsraum, in dem sie unter sich sein können, Musik oder ein Hörspiel hören oder einfach ein wenig entspannen dürfen. Die Farben sollten ruhig sein, nichts Grelles und nach Möglichkeit ein Kinderbett mit einem Himmel. Eine gemütliche Couch mit vielen Kissen, ein paar schöne Bilder und Spielsachen. Vielleicht ein Schaukelstuhl oder ein Zelt zum Verkriechen, wenn gerade alles ein bisschen viel ist.

Bei einem Social Day mit Auszubildenden wurde der Grundstein für die Umgestaltung und Neunutzung gelegt: Die ehemalige Ausstattung wurde



vorher - nachher



vorher -

zurückgebaut, die Wände vorbereitet und anschließend gestrichen sowie ein neuer Boden verlegt.

Ein Podest auf unterschiedlichen Ebenen wurde fachgerecht gebaut, mit dicken Sitzpolstern ausgestattet und ein Tipi für den gewünschten Rückzug wurde angeschafft. Gemütliche Kissen, Decken, Sitzsäcke, warmes Licht und ein Hängeschrank machten den Raum dann komplett. Die Gestaltung der Wände wurde gemeinsam mit den Kindern vorbereitet.

Alles in allem entstand ein gemütliches Kinderzimmer mit Lego, Hörspielen und tollen Büchern.

In fünf Jahren „Let’s move“ entstanden zudem:

- › Real-Playstation
- › Calisthenics-Anlage
- › Bewegungs-, Tobe- und Kletterraum
- › Diverse neue Beete und Gärten
- › Chillzone Draußen
- › Entspannungsoase



Entspannungsoase im Untergeschoss



vorher - nachher



© Stadt Aachen/Andreas Herrmann



Aachen/Andreas Herrmann



Stadt Aachen/Andreas Herrmann



- nachher



4.2 LIEBLINGSORTE IN DER OFFENEN TÜR D-HOF ALS SEISMOGRAPH FÜR BEDÜRFNISSE UND TRENDS

Viele Kinder und Jugendliche im Umfeld der Offenen Tür D-Hof wachsen in sehr beengten Wohnverhältnissen auf. Der lange Schulalltag mit anschließender Ganztagsbetreuung ist bereits für junge Kinder zeitlich eng getaktet und enthält zudem wenige Möglichkeiten der Entspannung und des Rückzuges. Daraus resultiert bei Vielen ein hohes Stressempfinden.

Als Gegenpol dazu benötigen Kinder und Jugendliche ganz dringend Ruhe- und Entspannungsphasen. Diese schulen die Selbstwahrnehmung und Konzentration, sie regen die Fantasie an und fördern Kreativität und Einfühlungsvermögen. Die Heranwachsenden lernen, Außenreize auszublenden, das Handy in der Tasche zu lassen und sich auf sich selbst zu besinnen. „Lass mal chillen!“ ist ein Satz, der häufig von Jugendlichen und zunehmend auch von Kindern geäußert wird.

An der freiwilligen schriftlichen Befragung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen als Nutzer*innen der Angebote in der OT D-Hof haben sich insgesamt 67 Personen beteiligt.

Nicht alle Teilnehmer*innen an der Befragung haben alle Fragen beantwortet.

Kinder zur Gestaltung des neuen Ruhe-Raumes:

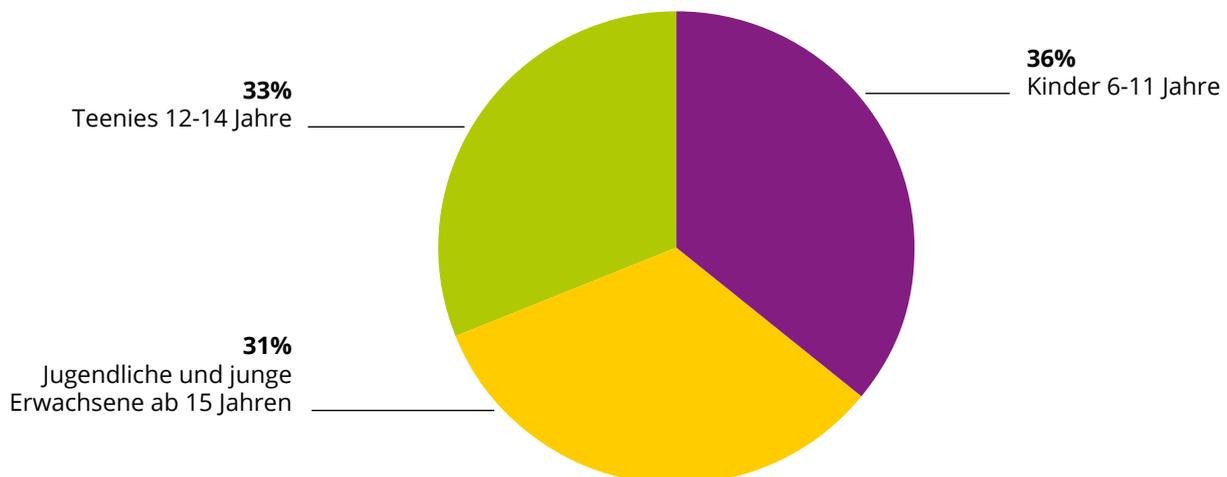
„Ich wünsche mir so ein richtiges Kinderzimmer mit allem Drum und Dran! Ein Bett, eine schöne Lampe und ein weicher Spielteppich!“

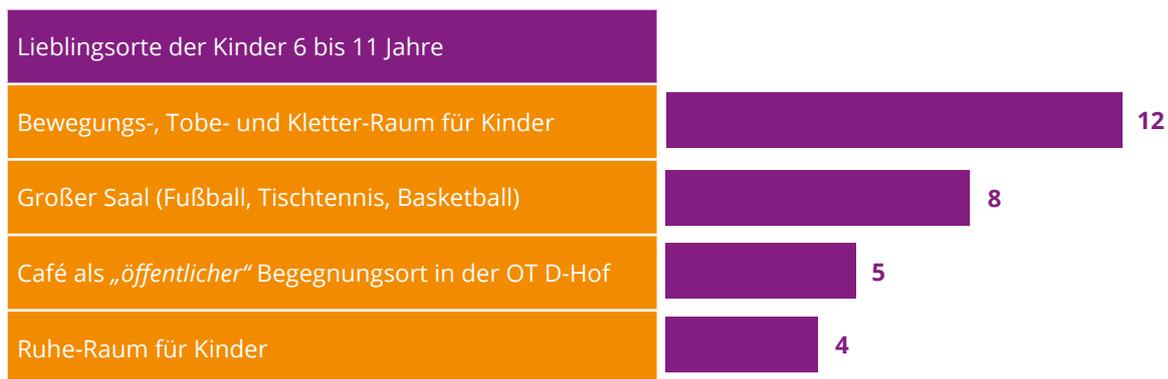
„Wenn ich mal Ruhe will, dann möchte ich in den Raum gehen und keiner darf mich stören!“

„Wir wünschen uns tolles Spielzeug, kann da auch eine Puppe rein? So mit Bett?“

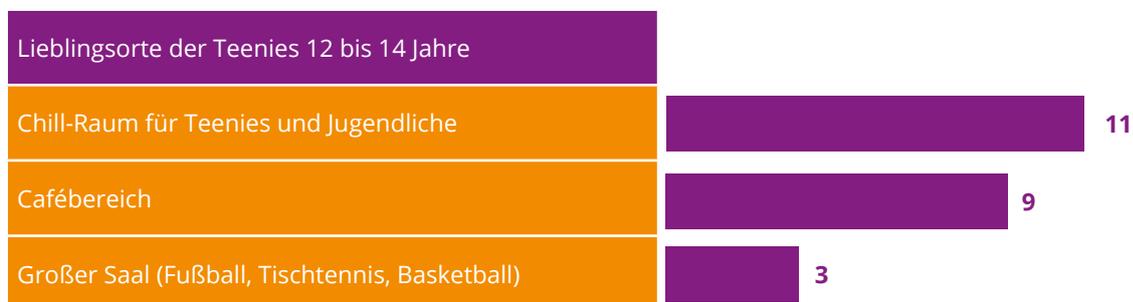


Anzahl der Teilnehmer*innen

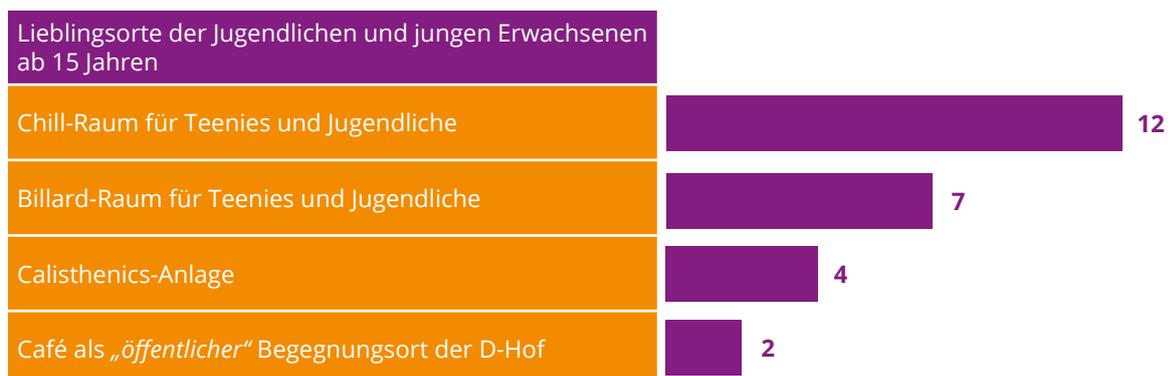




Die Ergebnisse der Befragung bei den Kindern im Grundschulalter zeigt deutlich das große Bedürfnis nach Bewegung.



Das Café als öffentlicher Begegnungsort in der OT D-Hof ist in der Altersgruppe der zwölf bis vierzehnjährigen ähnlich attraktiv wie die Möglichkeit des Rückzugs im Chill-Raum.



Für die Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind besonders die Räumlichkeiten und Orte wichtig, die sie eigenständig mit Gleichaltrigen nutzen können. Hier spiegelt sich das altersgerechte Bedürfnis nach Verselbständigung wieder.

4.3 WO ALLE GERNE ESSEN: KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE UND IHR LIEBLINGSESSEN IN DER OFFENEN TÜR D-HOF

Ernährung, gemeinsames Essen, gemeinsame Zubereitung von Essen und die Vermittlung rund um gesunde Ernährung bilden in der OT D-Hof bzw. im Projekt „Let's move“ und der Gesundheitsförderung von Beginn an einen besonderen Schwerpunkt.

Die Angebote umfassen das gemeinsame Planen, Einkaufen und Ernten in den D-Hof-Gärten, das Familienkochen unter dem Motto „Mit Mama schmeckt's am Besten“, den täglich für alle Besucher*innen zur Verfügung stehenden Obst- und Gemüsekorb „Apfelsine, Kiwi & Co“, das wöchentliche Abendbrot für Jugendliche (inklusive der Aufwertung mit frischem Salat und Kräutern aus den Gärten), den wöchentlichen Kochkurs für Kinder unter Leitung einer Ökotrophologin und

inzwischen auch den Verzicht auf Fleisch und Fisch bei den wöchentlichen Kochangeboten.

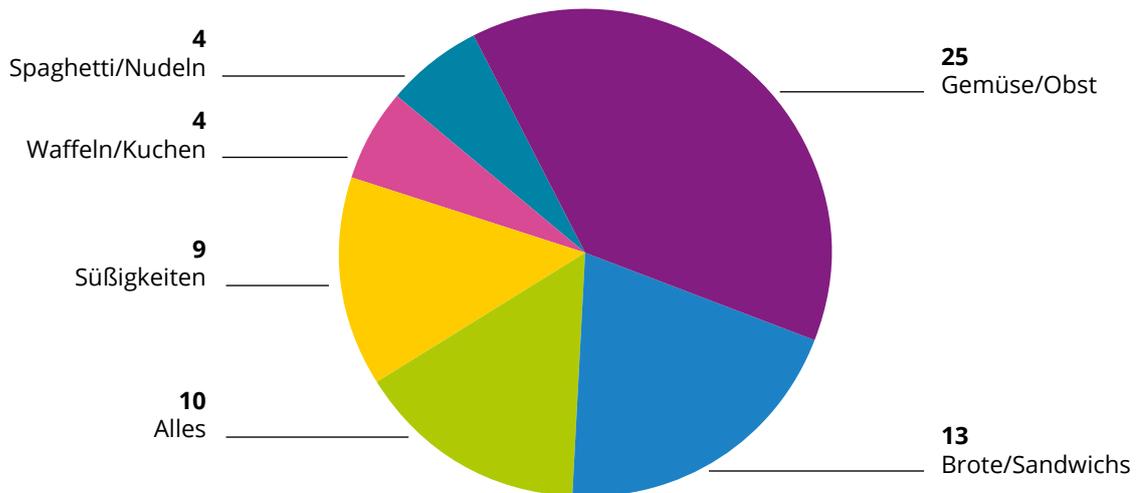
Was isst du am liebsten in der OT D-Hof?

Die Abfrage erfolgte als offene Frage, so dass die Teilnehmenden ihre Antwort frei formuliert eintragen konnten. Nicht alle Teilnehmer*innen haben diese Frage beantwortet und es waren Mehrfachnennungen möglich.

Hier dargestellt sind die Nennungen unterschieden nach Altersgruppen und als prozentualer Anteil der jeweiligen Altersgruppe.

„Es wird viel Wert auf Gesundheit gelegt. Dennoch gibt es bestimmte Tage, wo die Kids auch mal was mehr dürfen und da freuen sie sich total drüber.“ Angelique, 24 Jahre, Mutter

Lieblingessen der Teilnehmer*innen
(Anzahl der Nennungen)



Seit 2017 ist der Griff zu Obst- und Gemüsestücken in allen Altersgruppen selbstverständlich geworden und die Nachfrage nach Süßigkeiten deutlich zurückgegangen. Diese gibt es, wenn auch deutlich reduziert, nach wie vor bei besonderen Veranstaltungen.

Lieblingessen	Altersgruppe Kinder 6-11 Jahre / Anteil in % innerhalb der Gruppe (N=24)	Altersgruppe Teenies 12-14 Jahre / Anteil in % innerhalb der Gruppe (N=22)	Altersgruppe Jugend ab 15 Jahren / Anteil in % innerhalb der Gruppe (N=21)
Gemüse / Obst	8	7	10
Brote / Sandwichs	4	6	3
Alles	2	4	4
Süßigkeiten	4	3	2
Waffeln / Kuchen	1	3	
Spaghetti / Nudeln	4		

5. Das Erfolgsprojekt „Let's move“ – Ausgewählte Beispiele

Wie bereits in Kapitel 1 zum Lebensraum Driescher Hof im Zusammenhang mit Armut dargestellt, sind die meisten Kinder und Jugendlichen der OT D-Hof benachteiligt im Sinne von Zugangsmöglichkeiten zu gesellschaftlicher Teilhabe und monetärem Zugang zu Chancen(gleichheit) in vielerlei Hinsicht. Diese gesellschaftliche Komponente lässt sich durch konkrete Maßnahmen für die Zielgruppe der Kinder, Teenies und Jugendlichen im D-Hof nicht grundsätzlich verändern, aber die *Auswirkungen* auf die Zielgruppe und die Erfahrungen derselben im Lebensraum Driescher Hof lassen sich positiv beeinflussen.

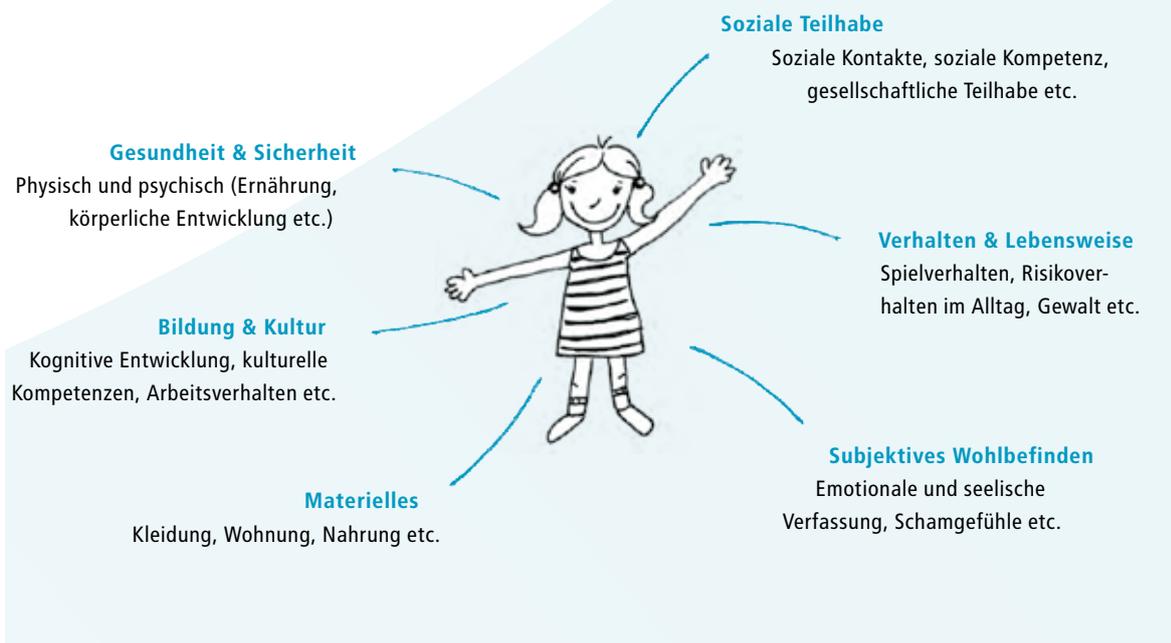
In der täglichen Arbeit mit Kindern, Teenies und Jugendlichen sind die Mitarbeiter*innen des D-Hof u.a. konfrontiert mit Problemen, die gesellschaftliche Relevanz haben, z.B. mit ungesunden Ernährungsweisen. Das heißt, dass bei vielen Kindern und Jugendlichen Wissen fehlt über gesunde und ausgewogene Kost. Ebenso lässt sich von einer

Entfremdung von ursprünglichen Arbeitsvorgängen in Bezug auf Lebensmittel sprechen. Es fehlt an Erfahrung und Wissen über den Anbau und die Verarbeitung von Lebensmitteln. Auch lässt sich ein mangelnder Naturkontakt feststellen, was bedeutet, dass viele Kinder keinen direkten Kontakt zur Tier- und Pflanzenwelt und der Umwelt haben.

Der D-Hof bietet Kindern, Teenies und Jugendlichen beziehungsorientierte Kontakte zu pädagogischem Fachpersonal zur konkreten Wissensvermittlung, stellt Lernorte für Selbsterprobung zur Verfügung und beschafft Sach- und Finanzmittel, um das ganzheitliche Konzept tagtäglich in der Praxis zu verwirklichen.

DIMENSIONEN DES KINDLICHEN WOHLBEFINDENS

angelehnt an das UNICEF-Konzept des kindlichen Wohlbefindens



5.1 WIRKUNG DES „GREEN-TEAMS“: DER GRÜNE DAUMEN ZIEHT KREISE

Bereits nach dem ersten Jahreszeiten-Kreislauf nahm der Garten auf der Freifläche der Einrichtung Gestalt an. Das „Green-Team“ gründete sich als freie Gruppe von Kindern, die sich für den Garten zuständig und verantwortlich erklärten.

Pädagogische Mitarbeiterin und „Green-Team“-Leiterin Salome Ophelia Ziermann auf die Frage, was für sie zu diesem Zeitpunkt das „Green-Team“ bedeute: *„Gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen inmitten eines vom Grau des Betons geprägten Umfelds eine kleine Oase auf 7 Metern wachsen zu lassen ...Spielerisch aber gleichzeitig auch respektvoll lernen wir mit der Natur umzugehen. Neugierig und mit Entdeckergeist streifen wir durch den Stadtteil und treffen auf Tiere und Pflanzen an ungewöhnlichen Orten...“*

Die Kinder beantworten mit Elan Fragen nach ihrem Mitmachen im „Green-Team“.

Kludia: *„Das Besondere ist für mich, dass wir was in der Natur machen.“*

Yannick: *„Mit dem „Green-Team“ bin ich in einer anderen Welt: man denkt anders über Sachen nach, z.B. über Würmer oder darüber, sich die Hände schmutzig zu machen. Da denkt man nicht mehr ‚gitt!‘“*

Dilan: *„Das Besondere ist, dass wir hier kochen.“*

Adil: *„Mit Freunden macht es mehr Spaß im Garten zu arbeiten!“*

Heike: *„Dass man Blumen nicht zertrampeln soll, sondern gut mit Pflanzen umgeht.“*

Zitate / Quelle: Broschüre „Let's move“, Juli 2016



Über den gesamten Projektverlauf war das „Green-Team“ eine feste Größe bei „Let's move“.

Ganzjährig gehörten zuletzt 5 bis 10 Kinder und Teenies im Alter zwischen 6 und 14 Jahren zu der festen Kerngruppe des „Green-Teams“. Sie trafen und treffen sich weiterhin wöchentlich mit der pädagogischen Mitarbeiterin. Je nach Jahreszeit stehen Beete herrichten, das Pflanzen und Aussäen sowie die Pflege und Ernte auf dem Programm. Ebenso ist das „Green-Team“ für die Kompostanlage und Hochbeete vor dem Haus verantwortlich. Und die Kerngruppe des „Green-Teams“ wirkt inzwischen als Multiplikator*innen und gibt ihr Wissen um Garten, Pflanzen, Tiere und



Nützlinge oder Ernten und Kochen an neue, am D-Hof-Garten interessierte Kinder weiter.

Rückmeldungen von Eltern bestätigen die Bedeutung und Wirksamkeit des „Green-Teams“ für ihre Kinder:

„Nachdem mein Sohn das Beet umgegraben hatte, war er so ruhig und glücklich. Ich hatte das Gefühl die Arbeit hat ihn beruhigt.“

„Wir haben die Tomatenpflanze aus der Gartenbroschüre auf unserer Fensterbank stehen. Es sind sogar schon einige Tomaten gewachsen. Meine Tochter weiß genau, wie wir die Pflanze pflegen müssen. Das hat sie hier in der OT gelernt.“

Unterstützt wird das „Green-Team“ in den letzten Jahren regelmäßig durch besonders engagierte Helfer*innen verschiedener Aachener Firmen. Sie übernahmen im Rahmen von Sozialtagen wichtige Arbeiten, die von den Kindern nicht alleine hätten umgesetzt werden können, wie z.B. das Anlegen eines Bewirtschaftungsweges rund um die Vier-Kammer-Kompost-Anlage oder das Entfernen von tief liegendem Wurzelwerk, den Astschnitt mit anschließendem Schreddern oder die Hangreinigung und -befestigung.

Eine Aktion aus dem Jahr 2018 wirkte sowohl in den Stadtteil als auch in die eigenen Familien der Kinder und Teenies hinein. Denn neu hinzugekommen sind viele bepflanzte Dosen, die rund um das D-Hof-Gelände befestigt wurden. Sie wurden mit Kräutern und Sukkulenten bepflanzt. Die kleinen Gärtner*innen konnten so sehr gut lernen, welche Pflanzen viel Wasser benötigen, welche Pflanzen Wasser speichern und daher mit wenig Wasser auskommen.

Außerdem wurden in einer weiteren Aktion Tontöpfe kreativ gestaltet. Diese wurden anschließend von den Teilnehmer*innen mit Spezialerde befüllt und mit unterschiedlichen Sukkulenten und Kakteen bepflanzt. Jede/r konnte die eigene Pflanze mit nach Hause nehmen, d.h. auf diese Weise gelangte „ein Stück Green-Team“ und das dazugehörige Wissen nach Hause in die eigenen vier Wände.

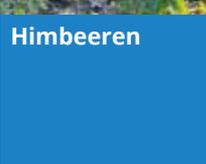
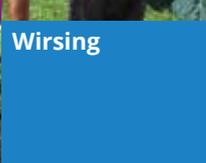
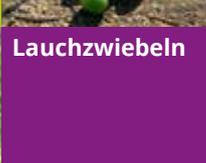
„Unglaublich! Ich hätte nie gedacht, dass wir hier bei uns im D-Hof so viele Kartoffeln ernten können.“

„Die Himbeeren von der Naschhecke sind super lecker und man kann sich einfach während des Spielens welche pflücken. Das ist toll!“





Ernte in den D-Hof-Gärten

	Kräuter		Rhabarber		Bohnen
	Kartoffeln		Auberginen		Salate
	Paprika		Kürbisse		Kapuzinerkresse
	Radieschen		Topinambur		Borretsch
	Sellerie		Gurken		Kohlrabi
	Himbeeren		Johannisbeeren		Rosenkohl
	Stachelbeeren		Wilde Erdbeeren		Spitzkohl
	Andenbeeren		Feigen		Wirsing
	Chilis		Tomaten		Erbsen
	Zucchini		Rote Beete		Lauchzwiebeln



LET'S
MOVE

7.500 kg Obst und Gemüse

100 Gläser Marmelade

5 Jahre selbst gekochte Marmelade:

Im Rahmen des „Green-Teams“ und dem Kochangebot „Grüne Küche“ wurden rund 100 Gläser Marmelade aus eigener Ernte eingekocht.

5 Jahre Obst- und Gemüsekorb „Apfelsine, Kiwi & Co“:

Jede Woche wird die Offene Tür D-Hof zusätzlich zur Ernte aus den eigenen Gärten mit frischem Obst und Gemüse aus einem Hofladen aus dem Stadtteil versorgt. In den fünf Jahren wurden so 7.500 kg geliefertes Obst und Gemüse verarbeitet.

5 Jahre Beete und Gärten:

Um die Hochbeete zu befüllen, den Wandelgarten anzulegen, die Hanganlagen und das gesamte Außengelände zu gestalten, wurden seit 2014 verarbeitet:

Holzhäcksel: 51m³

Mutterboden: 13m³



5.1.2 Die Zugabe: Urban Gardening im D-Hof

Das Gärtnern im städtischen Raum liegt im Trend. Großstädte wie Berlin und Köln machen es seit einigen Jahren vor: Kollektives Gärtnern mitten in der Stadt sowie Bepflanzungen an Orten, die sonst maßgeblich durch das Grau in Grau von Beton geprägt sind. Ganz in diesem Sinne wurden die Flächen rund um das Gebäude in der Königsberger Straße 7a stetig mit Pflanzen und „Farbtupfern“ aufgewertet.

Und so richten sich die Aktivitäten des „Green-Teams“ auch an Bürger*innen im Stadtteil und die Nachbarschaft. Es sind drei Hochbeete entstanden, die alle Anwohner*innen des Stadtviertels dazu einladen, mit zu gärtnern. Pädagogische Mitarbeiterin und „Green-Team“-Leiterin Salome Ophelia Ziermann, die bereits im Jahr 2013 den urbanen Gemeinschaftsgarten HirschGrün in Aachen mitbegründet hat, ist überzeugt: *„Wir bewirken dadurch eine stärkere Einbindung und höhere Identifikation der Menschen, die im Stadtteil Driescher Hof leben und somit auch eine positive Anteilnahme und Verstärkung des sozialen Miteinanders.“* Die Hochbeete werden regelmäßig vom „Green-Team“ gepflegt und saisonal bepflanzt und es gibt immer etwas zu ernten. Eine Schautafel, die vom Gehweg aus erkennbar ist, erklärt allen Interessierten, wie sie partizipieren können und lädt zum Mitmachen ein.

Beim urbanen Gärtnern liegt der Fokus auf dem Thema Nachhaltigkeit. Genau deshalb wurden als Pflanzgefäße zum Beispiel alte Konservendosen gewählt, die mit ein wenig Farbe aufgewertet wurden. Diese schmücken nun die Zaunanlage rund um das Außengelände. Im Rahmen einer Social Week entstand an der Front des OT-Gebäudes ein großes Moos-Grafitti.



Dieses wachsende Kunstwerk besteht zu 100% aus natürlichen Rohstoffen und wurde mit Hilfe eines Naturklebers aus Joghurt, Zucker und Malzbier auf die Wand gebracht.

Unter dem Motto „Urban Gardening, Music & More“ wurde im Rahmen der „Nacht der Jugendkultur“ im September 2019 ganz nach dem Motto „Grün ist das neue Bunt“ gepflanzt und Neues ausprobiert. Eingeladen wurde zur urbanen Gartenparty mit (Do-It-Yourself) DIY-Aktionen wie Breakdance-Workshop, Moos-Graffiti und Pflanztopf-Upcycling. Bei Chill-out-Music und feinstem Streetfood konnten sich Teenies und Jugendliche ein gemütliches Plätzchen im Garten suchen und von dort aus dem Treiben zuschauen. An diesem Tag sind viele tolle Pflanzgefäße entstanden. Diese konnten die Teilnehmer*innen als ihr Stück urbaner Kultur mit nach Hause nehmen.

Über 300 sogenannte „Samenbomben“ sind von den Mitarbeiter*innen zweier Aachener Unternehmen im Rahmen von zwei Sozialtagen hergestellt worden. Da sich das Saatgut in einem steinharten Gemisch aus Erde und Ton befindet, muss es nicht gepflanzt werden. Und aufgrund der ausgewählten Saatgutmischungen profitieren auch noch die Insekten davon. So hoffen alle Beteiligten, im Frühjahr 2020 viele bunte „Inseln“ in der Stadt zu entdecken.

5.2 FAMILIENKOCHEN IN DER OFFENEN TÜR D-HOF – EIN ANGEBOT WIRD ZUM SELBSTLÄUFER

Die Entwicklung von Bewusstsein für das eigene Essverhalten, der Austausch über Essgewohnheiten, die Erarbeitung des Zusammenhangs von Essverhalten und Wohlbefinden sowie nicht zuletzt das Erleben von Freude am gemeinsamen



Essen sind zentrale Ziele, die den verschiedensten Ernährungsangeboten im D-Hof zugrunde liegen.

Zusammen mit Gleichaltrigen in der Gruppe und mit viel Freude und Genuss lernen die Kinder und Jugendlichen die Grundlagen gesunder Ernährung kennen und erhalten im Rahmen der verschiedenen Bausteine eine gesunde Mahlzeit. Dabei wurde den Mitarbeiter*innen bereits 2014 deutlich: Wenn eine besonders nachhaltige Wirkung bei den Kindern und Jugendlichen erzielt werden soll, dann müssen die Familien „mit ins Boot“ geholt werden. So entwickelte sich das Ziel der Sensibilisierung der Eltern für die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung ihrer Kinder.

Lernen und anpassen

Ursprünglich wurden für die Eltern Kochkurse unter Leitung einer Ernährungswissenschaftlerin angeboten. Die Resonanz auf das kostenfreie Angebot war so verhalten, dass kein Eltern-Kochkurs zustande kam. Eine ähnliche Erfahrung hatte das Team bereits einige Zeit zuvor mit thematischen Elternabenden und Elternkursen zur Stärkung der Erziehungskompetenz gesammelt. Im Rahmen einer Teamreflexion wurde das Konzept von „Wir vermitteln euch Kompetenzen“ umgewandelt in „Wir wollen von euch lernen“.

Familienkochen als neuer Weg in der Arbeit mit Familien

Zum Einstieg ins Familienkochen wurden Eltern mit der Bitte angesprochen, den D-Hof-Mitarbeiter*innen und anderen Eltern die eigene Heimatküche zu zeigen und gemeinsam mit den Kindern eine Mahlzeit zu zubereiten. Viele Eltern waren von der Idee des gemeinsamen Kochens schnell begeistert. Schon 2014 etablierte sich damit das Angebot des Familienkochens für Kinder und

Familien zum festen Projektangebot von „Let's move“.

Mit dem Familienkochen wurden neue Wege in der Elternarbeit geschaffen. Entstand bislang häufig erst dann ein Kontakt zu den Familien der Kinder und Jugendlichen, wenn ernstere Themen zu besprechen waren, so änderte sich dies beim gemeinsamen Kochen. In ungezwungener Atmosphäre bietet das Familienkochen die Chance für die Mitarbeiter*innen und für die Eltern, auch einmal „anders“ ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen und voneinander zu lernen. Von 2014 bis heute hat sich dieses Angebot bewährt.



Das Familienkochen dauert in der Regel 2,5 Stunden und findet mindestens einmal im Quartal statt. Die Teilnehmerzahl variiert häufig. In der Regel nehmen pro Veranstaltung zwischen drei bis sieben Elternteile, meist Mütter, teil. 2016 gab es allerdings auf expliziten Wunsch auch ein exklusives Väter-Kinder-Kochen.

So multikulturell die teilnehmenden Familien, so kulinarisch abwechslungsreich sind auch die landestypischen Gerichte. Gekocht wird alles, was in 1,5 Stunden zubereitet werden kann. In Bezug auf den Aspekt der Gesundheitsförderung benötigen die Familien in der Vorplanung meistens



Eine Auszeit für Familien in der Offenen Tür: D-Hof – Familienkochen ganz konkret

An diesen sehr besonderen Nachmittagen ist in der OT D-Hof alles ein wenig anders: Eine lange Tafel wird gedeckt, jüngere Geschwisterkinder begleiten an diesem Tag ihre Eltern in die OT D-Hof, weitere Familienangehörige kommen mit, schauen zu und essen mit und alle Kinder dürfen von unterschiedlichsten Gerichten probieren.

Die Planung des Angebotes läuft immer ähnlich ab: Das Team überlegt, welche Eltern angesprochen werden sollen und hat dabei besonders die Eltern im Blick, deren Kinder häufig in die OT kommen und zu denen der Kontakt verbessert oder intensiviert werden sollte. Die Kontaktaufnahme mit den Eltern erfolgt telefonisch oder direkt vor Ort, wenn Eltern beispielsweise ihre Kinder abholen. Gemeinsam wird dann besprochen, welches Gericht zubereitet wird. Gesunde Ernährung steht im Mittelpunkt, aber den Eltern wird dennoch ausreichend Spielraum für ihre eigenen Ideen überlassen.

Unterstützung durch die Mitarbeiter*innen. Denn manchmal sind die vorgeschlagenen Gerichte zu ungesund, zu vorbereitungsintensiv oder zu ähnlich mit anderen bereits abgesprochenen Speisen. Nachdem die jeweilige Speise feststeht, kaufen die Eltern meist selbständig ihre benötigten Lebensmittel ein und bringen sie mit, in Einzelfällen erledigen die Mitarbeiter*innen den Einkauf nach Absprache mit den Eltern. Die Kosten für die Einkäufe werden den Eltern erstattet, wobei immer wieder auch Elternteile darauf bestehen, die Lebensmittel zu spenden. In der Küche stellen die Mitarbeiter*innen die Eltern untereinander vor und teilen die Reihenfolge der Speisen ein. Die Aufgaben der Kinder werden verteilt und dann wird zusammen geschnippelt, zubereitet und der Tisch gedeckt. Zwischendurch benötigt es immer wieder viel Motivationsarbeit, die Kinder in der Küche zu halten und für das Kochen mit den Eltern zu begeistern. Manchmal sind es auch die Eltern selbst, die ihre Kinder zum Spielen schicken, um so „ungestört“ das perfekte Ergebnis abzuliefern. Hier ist es Aufgabe der Mitarbeiter*innen, den Eltern immer wieder den Sinn und Zweck des Familienkochens zu verdeutlichen: Gemeinsame Zeit mit ihren Kindern verbringen und zusammen etwas zu

erschaffen, zusammen zu essen und auch zusammen aufzuräumen.

Sind alle Speisen fertiggekocht, werden alle Kinder, die zu der Zeit in der Offenen Tür D-Hof sind, zusammengerufen und alle versammeln sich zum gemeinsamen Essen an einer langen Tafel. Bis zu 80 Personen sind da keine Seltenheit. Die Eltern stellen die Speisen vor und gemeinsam wird von allem probiert.

Einzelne Rezepte von Gerichten des Familienkochens wurden im D-Hof-Kochbuch veröffentlicht.

Das Familienkochen ist zu einem Selbstläufer und zum besonderen Highlight im D-Hof geworden. Viele Familien kennen den Ablauf und werben untereinander für das besondere Angebot.



Rückmeldungen der Familien zu den Fragen „Wieso sind Sie beim Familienkochen dabei?“ und „Was denken Sie. Was lernt Ihr Kind in der OT D-Hof?“

„Weil es schön ist auch mit allen gemeinsam was zu machen und andere Elternteile kennenzulernen und die Mitarbeiter besser kennenzulernen.“

„Soziales Miteinander, Regeln zu akzeptieren, ein freundliches Miteinander.“ Jessica, 28 Jahre

„Weil meine Tochter Kochen liebt!“

„Sozialkompetenz“ Daniela, 45 Jahre

„Es ist eine ganz tolle Aktion, wo wir als Eltern mal zusammenkommen und auch die Möglichkeit haben die OT besser kennen zu lernen.“

„Regeln, Zusammenhalt und vor Allem mit verschiedenen Kindern egal ob es das Alter oder die Kultur ist, zusammen zu halten oder zu spielen.“ Angelique, 24 Jahre

„Weil es Spaß macht!“

„Teilen.“ Vadim, 17 Jahre



Wirkungen des Familienkochens

Durch das Familienkochen ist die Zusammenarbeit mit einzelnen Familien selbstverständlicher und enger geworden. Wissend um die wechselseitigen Kompetenzen fällt es Familien beispielsweise leichter, sich bei Problemen vertrauensvoll an die Mitarbeiter*innen der Einrichtung zu wenden oder die Mitarbeiter*innen wiederum bitten Familien gezielt um die Unterstützung bei Festen und besonderen Aktivitäten in der OT D-Hof.



5.3 WIRKUNGEN DER ANGEBOTE IM BEREICH DER GESUNDEN ERNÄHRUNG



2019 fanden in der OT D-Hof neben dem Familienkochen wöchentlich mit insgesamt 94 Teilnehmer*innen vier Angebote im Bereich leckere und gesunde Ernährung statt. Der Angebotsumfang lag bei 6 Stunden pro Woche.

Hinzu kam täglich die Verarbeitung von Rohkost aus dem Obst- und Gemüsekorb sowie die Zubereitung von Butterbrot.

All diese Angebote entfalten bei den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine positive Wirkung, die sich in neuem Wissen, neuen Fähigkeiten und in Verhaltensänderungen zeigt. Auf welchen Ebenen sich Wirkungen noch vollziehen, zeigt das Schaubild der Wirkungstreppe von Phineo. Gesellschaftliche Veränderungen werden bei „Let’s move“ auf Stadtteil-Ebene sehr eindrucksvoll sichtbar.

Die Wirkungstreppe



Zufriedenheit

Alle Angebote im Bereich leckere und gesunde Ernährung erfreuen sich großer Beliebtheit.

Viele Kinder und Jugendlichen erwarten die täglichen Brote und das klein geschnittene Obst und Gemüse häufig sehnsüchtig. Alle Kinder und Jugendlichen probieren am Ende aller Kochangebote und sind häufig begeistert davon, wenn ihnen etwas schmeckt, das sie vorher nicht mochten.

Veränderungen im Wissen

Durch die Verarbeitung von Früchten, Kräutern und Gemüse aus dem eigenen Garten sowie das gemeinsame Einkaufen erwerben die Kinder und Jugendlichen Wissen über saisonale Lebensmittel und lernen stetig neue Rezepte kennen. Hinzu kommen praktische Erfahrungen mit neuen Geschmacksrichtungen und kostengünstigem Einkauf. Kinder und Jugendliche lernen, wie Lebensmittel zubereitet werden und können mit Schäl- und Schneidwerkzeug umgehen. Sie lernen Regelabsprachen rund um Küchengeräte und einen sicheren Umgang mit diesen. **Junge Menschen im D-Hof entwickeln ein Bewusstsein und Wissen darüber, was ihr Körper benötigt, um gesund und stark erwachsen zu werden.**

„Ich wusste gar nicht, dass man Saft auch selbst machen kann. Ist da echtes Obst drin?“

Veränderungen im Verhalten

Kinder, Teenies, Jugendliche und junge Erwachsene im D-Hof werden mutiger, neue Lebensmittel zu kosten. Sie lernen, Rezepte zu lesen und auch praktisch umzusetzen. Seit Frühjahr 2019 wird in der OT D-Hof ausschließlich vegetarisch gekocht. Dies hat zu vielen Gesprächen mit den Kindern und Jugendlichen geführt. Sie stellen kritische Nachfragen und wollen genau über die Folgen der Massentierhaltung und die Auswirkungen auf das Klima informiert werden. Sie wollen täglich bei der Zubereitung von Rohkost und Obst mithelfen. Sie essen deutlich mehr Rohkost und Obst und fragen seltener nach Süßigkeiten. Sie greifen bei Broten immer auch zu klein geschnittenen Gemüsesticks. Das Verletzungsrisiko beim Umgang mit Messern ist gesunken. Kinder und Jugendliche genießen eine selbst zubereitete Mahlzeit als schönes Gemeinschaftserlebnis.

„Ich trinke kein Energy mehr, zu viel Zucker drin!“

Veränderung in der individuellen Lebenssituation

Durch die Kontinuität der Angebote essen die Kinder und Jugendlichen regelmäßig gesunde Lebensmittel. Durch das Kennen von Rezepten und Zutaten bereiten sich die Kinder und Jugendlichen auch zuhause selber eher ein gesundes Gericht zu. Das gemeinsame Essen wird von einigen Kindern und Jugendlichen erstmalig als normal empfunden, da sie dies aus ihrem häuslichen Umfeld nicht gewohnt sind.

„Ich kann mir jetzt meinen eigenen Obstsalat machen! Frisch schmeckt besser!“

Wirkungen auf gesellschaftlicher Ebene

Kinder und Jugendliche tragen ihr Wissen, die neu erworbenen Kompetenzen und die Freude mit in die Familien und regen dort zu gemeinsamem Kochen an. Zum Teil greifen Kinder und Jugendliche aktiv beim Einkauf ein, wenn beispielsweise Gemüse im Glas gekauft wird anstelle von frischem Gemüse. Das eigene D-Hof-Kochbuch mit Photos der Kinder und selbst erprobten Rezepten hat mit einer Auflage von 2500 Exemplaren gesunde und leckere Ernährung in die Familien und den Stadtteil getragen.

„Meine Mutter hat jetzt auch Obst gekauft!“

„Bananen, Äpfel, Gurken, Paprika, Melone mag ich am liebsten.“ Belinay, 8 Jahre

„In der OT werden jeden Tag Lebensmittel wie Obst und Gemüse angeboten, wodurch man seiner Gesundheit etwas Gutes tut.“ Batuhan, 18 Jahre

„Kochen: also gesund, lecker, es macht auch Spaß zu kochen.“ Sinem, 13 Jahre





5.4 BEWEGUNG UND MEHR: DAS FUSSBALLAN- GEBOT IN DER OFFENEN TÜR D-HOF

Seit 2014 leitet Sozialpädagoge Tim Lausberg als pädagogischer Mitarbeiter der Offenen Tür D-Hof u.a. das wöchentlich stattfindende Fußballangebot. In einem Interview berichtet er von den Besonderheiten des Fußballtrainings in der Einrichtung.

Wie hat sich das Fußballangebot über die Jahre verändert?

Zu Beginn des Fußballangebotes im Jahr 2014 bestand das Training aus Warm-Up, Dehnübungen und einem Abschlussspiel. Damals fand das Training in einer benachbarten Turnhalle statt. Im Laufe der Zeit wurde nicht nur der Trainingsort in den großen Saal der Offenen Tür D-Hof verlegt, sondern auch die Trainingseinheiten wurden zunehmend strukturiert und vorbereitet. Die Vorbereitung auf die einzelnen Einheiten sind genau angepasst an die Teilnehmer*innen der Gruppe, ihre Fähigkeiten, Wünsche und die Ziele, die die Gruppe verfolgt. Neben durchdachten Aufwärm- und Dehnübungen finden altersgerechte Pass-, Schuss- und Koordinationsübungen statt.

Zudem geht es um Spieltaktik und das Fördern von Wettkämpfen im Rahmen von Turnieren oder Spielübungen. Dabei steht die Bewegung immer im Fokus. Die Trainingsbeteiligung ist in

den letzten Jahren stark gestiegen und lag im Jahr 2019 bei ca. 90%.

Wie lange sind die Jungen und Mädchen im Schnitt Teil der Gruppe?

Zurzeit besteht die Gruppe aus zehn Kindern und Teenies im Alter von neun bis dreizehn Jahren. Die Teilnehmer*innen des Fußballangebotes sind meist mehrere Jahre Teil der Gruppe. Auch wenn die Fluktuation aufgrund von Altersüberschreitung, Hobbies oder Schulwechsel nicht ausbleibt, sind die aktuellen Teilnehmer*innen im Schnitt mehrere Jahre konstant beim Fußballangebot dabei. So gibt es aktuell drei Jungen, die seit Anfang 2016 dabei sind.

Du leitest die Gruppe gemeinsam mit einem Co-Trainer: Worauf legt ihr als Leiter dieses Angebotes besonderen Wert und was macht die Fußballgruppe im D-Hof aus?

Wir legen großen Wert auf einen rücksichtsvollen und respektvollen Umgang miteinander. Das „Fair Play“ steht im Vordergrund und so wird bei vielen Übungen und Einheiten ohne Schiedsrichter gespielt. Die Gruppe ist eigenständig für die Regeln innerhalb des Spieles verantwortlich und muss über Foul oder Handspiel entscheiden.

Des Weiteren ist das Zusammengehörigkeitsgefühl innerhalb der Gruppe unabdingbar. Der Teamgeist und die Möglichkeit, sich innerhalb der Gruppe selbst auszuprobieren, sind wichtige Faktoren und Lernfelder für die Entwicklung der Persönlichkeit. In dem Zusammenhang steht das Fördern von Wettkämpfen in verschiedensten Formen im Fokus vieler Übungen. Neben dem körperlichen Vergleich von Leistungen ist es vor allem das soziale Miteinander durch Sieg und Niederlage, Zusammengehörigkeit und Zielstrebigkeit welches den Wettkampf im Sport so wichtig macht.

Zudem sind natürlich die Freude und die Partizipation ein wichtiges Element in der Angebotsstruktur.

Die Teilnehmer*innen werden aktiv in Abläufe und Entscheidungen einbezogen und dürfen bei der Auswahl der Übungen und Vorgänge mitentscheiden. In dem Zusammenhang merkt man innerhalb der Gruppe, dass eine hohe Verbindlichkeit herrscht, was auch uns als Trainern der Mannschaft sehr wichtig ist. Auch wenn die Fußballmannschaft als „soziale Gruppe“ durch Veränderungen der Teilnehmer*innen oder

durch kleinere strukturelle Veränderungen, neue Übungen oder theoretische Aspekte oftmals vor eine Herausforderung gestellt wird, zeichnet sie sich durch eine große Anpassungsfähigkeit aus. Zudem kennzeichnet unsere Gruppe eine hohe Identifikation und enorme Lernbereitschaft.

Ihr seid Teil einer Liga mit anderen Kinder- und Jugendeinrichtungen. Was unterscheidet diese von anderen Wettkampf-Formen?

Die Liga der AGOT (ökumenische Arbeitsgemeinschaft Offener Türen in Aachen) wurde im Oktober 2011 ursprünglich als Fußball-Liga von fünf Offenen Türen in Aachen gegründet. Der D-Hof ist Gründungsmitglied der AGOT-Liga und seit neun Jahren dabei. Sie wurde zu einer Bewegungs-Liga weiterentwickelt, um auch Kinder und Jugendliche für Bewegung zu begeistern, die keinen Gefallen an Fußball finden.

Unsere Fußballgruppe tritt in regelmäßigen Abständen bei Heim- und Auswärtsspielen gegen die anderen Offenen Türen in den unterschiedlichsten Sportarten gegeneinander an. Es gibt u.a. Fußball, Basketball, Tischtennis-, Kicker- oder Billardtturniere, Kegeln, Fahrradrennen oder Bogenschießen. Auch hier sind Fair Play und der rücksichtsvolle und respektvolle Umgang miteinander wichtiger

als die sportliche Leistung. Die AGOT-Liga verteilt die Punkte nach einem besonderen Wertungssystem. Die bloße Teilnahme an den einzelnen Spielen (5 Punkte) steht vor dem Siegen (3 Punkte). Und zum Saison-Ende gibt es neben dem Pokal für den Saison-Sieger auch immer einen für Fair-Play.

In der Liga tragen wir nicht nur regelmäßig Wettbewerbe gegeneinander aus, sondern realisieren gemeinsam auch verschiedene Sonderaktionen für die Kinder und Jugendlichen, wie den Besuch von Fußballspielen und der Soccerhalle. Am Ende der Saison organisieren wir ein Abschlussfest, bei dem alle teilnehmenden Mannschaften eine Urkunde erhalten und alle gemeinsam den Saisonabschluss feiern. Dieses Highlight wurde bereits mehrfach mit einer Fahrt ans Meer verbunden, wo die Jungen und Mädchen den Strand und das Meer genießen konnten.



5.5 WIRKUNGEN VON BEWEGUNGS- UND SPORTANGEBOTEN

Eine aktuelle Studie der Weltgesundheitsorganisation WHO kommt zu dem alarmierenden Ergebnis, dass sich weltweit Jugendliche zu wenig bewegen. Deutschland liegt mit knapp 84 Prozent „*Bewegungsmuffeln*“ bei Jungen und Mädchen sogar über dem weltweiten Schnitt von 81 Prozent. **Eine Stunde Aktivität am Tag empfiehlt die WHO.**

Die Offene Tür D-Hof sorgt mit ihrer breiten kostenfreien Angebotspalette und den Bewegungsräumen für alle Altersgruppen genau dafür!



2019 fanden in der OT D-Hof neben dem Fußballtraining wöchentlich sieben weitere Angebote mit insgesamt 63 Teilnehmer*innen im Bereich „*Spaß an Bewegung und Sport*“ statt. Der Angebotsumfang lag bei fünfzehn Stunden pro Woche.

Zusätzlich standen der Bewegungs- und Toberaum, der große Saal sowie auf dem Außengelände die „*Real-Playstation*“ und Calisthenics-Anlage und die Freiflächen für Fuß-, Basketball, Tischtennis, Klettern und diverse Bewegungsspiele während der Öffnungszeiten zur freien Nutzung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zur Verfügung.

Zufriedenheit

Alle Angebote im Bereich „*Spaß an Bewegung und Sport*“ erfreuen sich großer Beliebtheit und werden rege genutzt. Durch die hohe Abwechslung von Aktivitäten innerhalb der einzelnen Angebote bleiben die Kinder und Jugendlichen „*am Ball*“. Beinahe jedes „*Probetraining*“ hat im Anschluss zu

dem Wunsch geführt, das jeweilige Bewegungsangebot weiter nutzen zu wollen.

„Ein tolles und kostenloses Angebot im Stadtteil, da habe ich ein gutes Gefühl! Wir kennen den Trainer und die Einrichtung, besser geht es nicht.“

„Bei der OT Mannschaft finde ich am besten, dass jeder mitspielen kann. Es kommt nicht darauf an, ob man super spielen kann oder nicht.“

Veränderungen im Wissen, in Fertigkeiten und Fähigkeiten

Durch die unterschiedlichen Sport- und Bewegungsarten wird eine große Bandbreite an Veränderungen erreicht: Verbesserung von Motorik und Koordination, Wissen über gesunden Muskelaufbau, Elemente einer Choreographie werden erarbeitet und Tanzschritte einstudiert, Entwicklung und Verstärkung von Rhythmusgefühl, Kennenlernen des eigenen Körpers durch Übungen mit dem eigenen Körpergewicht.

Für alle Bereiche gilt, dass Wissen durch Ausprobieren, wo die eigenen Möglichkeiten und Grenzen liegen, erlebbar und nachhaltig erfahren wird.

Veränderungen im Verhalten

Die verschiedenen Möglichkeiten, sich „*auszupowern*“ führen zu mehr Ausgeglichenheit und Konzentration bei den Kindern und Jugendlichen. Durch den Ehrenkodex beim Boxtraining wird ein freundlicher und gewaltfreier Umgang miteinander erlernt und gelebt. Kinder und Jugendliche gehen rücksichtsvoll und respektvoll miteinander um.

„Mein Sohn hat hier gelernt, seine Wut rauszulassen und kommt zufrieden und k.o. nach Hause!“

Veränderung in der individuellen Lebenssituation

Kinder und Jugendliche entwickeln ein besseres Körpergefühl und erleben, dass es sich lohnt, sich anzustrengen.

„Mein Sohn hat hier auch einmal andere Lebensrealitäten kennengelernt und ist sehr gut von der Gruppe“



aufgenommen worden. Im Sport zählt nicht deine Herkunft, sondern dein Teamgeist.“

Wirkungen auf gesellschaftlicher Ebene

Einige Trainer kommen selbst aus dem Stadtteil und sind authentische Vorbilder für die Kinder und Jugendlichen.

Die Calisthenics-Anlage auf dem Außengrundstück wertet den Stadtteil mit der attraktiven Trainingsmöglichkeit auf und steht auch denjenigen kostenfrei zur Verfügung, die die Offene Tür D-Hof sonst nicht besuchen.

Mutter: „Ein qualifiziertes Training mit einem so guten Trainer kostet anderswo viel Geld und könnte ich mir für mein Kind nicht leisten, zuerst spielen und dann tanzen, eine perfekte Kombination.“

Jugendlicher: „Eine super Anlage, die ich zu jeder Zeit nutzen kann. Training mit dem eigenen Körpergewicht ist effektiv und zeitgemäß, hier kann ich mir das Fitnessstudio sparen und bin noch an der frischen Luft. Toll, dass es im Driescher Hof nun so etwas gibt!“

„Sich auspowern: OT bedeutet mir Spaß, Spielen, lernen, Helfen, höflich sein“ Leen, 13 Jahre

„Sport: Boxtraining, Fußball, Tischtennis, Billiard“ Ismail, 18 Jahre

„Es gibt hier verschiedene Aktivitäten. Ich mache hier gerne das Boxen.“ Dildar, 12 Jahre

„Hier kann man viel Sport machen, z.B. Fußball, Boxen oder Tischtennis spielen.“ Umut, 22 Jahre

5.6 MIT ENTSPANNUNG UND ACHTSAMKEIT DIE GESUNDHEITSFÖRDERUNG VERTIEFEN

Ab 2018 wurde „Let's move“ um einen zusätzlichen wesentlichen Baustein der Gesundheitsförderung erweitert: Entspannung und Achtsamkeit.

Herausforderungen und Bedarfe ...

... bestehen darin, dass junge Menschen einen Gegenpol zu Leistungsdruck und hektischem Alltag benötigen. Sie brauchen Ruhe- und Entspannungsphasen.

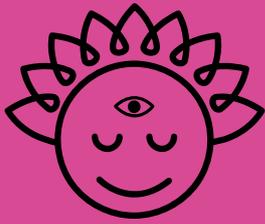
Die Ziele ...

... sind, Kindern und Jugendlichen wirksame und gesunde Strategien des Abschaltens vom Alltag und damit Stressbewältigungsstrategien zu vermitteln. Dabei sollen besonders auch positive Körpererfahrungen und Erlebnisse der eigenen Wirksamkeit, z.B. in Bezug auf Selbstregulation, ermöglicht werden. Dies fördert die Gesundheit.

Die Umsetzung ...

... erfolgt mit zielgruppenspezifischen pädagogischen Angeboten durch erfahrene Trainerinnen, die individuell auf die Bedürfnisse der Kinder eingehen.

„Mein Ziel ist, bei den Kindern Selbstvertrauen zu wecken, was dann die Konzentrationsfähigkeit und die Immunkräfte stärkt. Aus der in der Ruhe gewonnenen Kraft wächst langsam in den Kindern die Verantwortung für sich selbst und für andere. Das beugt krankmachendem Stress vor. Dabei ist mir heitere Gelassenheit und ein fröhlich-kreatives Miteinander wichtig.“ Ina-Scheitinger, Yoga-Lehrerin



Im Bereich der Entspannung fanden 2019 folgende angeleitete Entspannungsangebote mit insgesamt 2,75 Wochenstunden für 25 Kinder im Grundschulalter statt: Musik, Kinder-Yoga und Vorlesen.

Zusätzlich zu diesen Angeboten stehen der Chillraum für die Jugendlichen, der Ruheraum für die Kinder sowie die Chill-Zone im Außenbereich während der Öffnungszeiten zur freien Nutzung zur Verfügung. Eine Auswahl an aktuellen Büchern, Hörspielen, Musikboxen zum Abspielen der eigenen Musik sowie bequeme In- und Outdoor-Sitzmöbel können die Kinder und Jugendlichen zusätzlich kostenfrei ausleihen.

Hinzu kam in 2019 die Gestaltung einer „Entspannungs-Oase“ für Jugendliche und junge Erwachsene. Perspektivisch sollen hier Yoga- und Meditationsangebote für die Älteren stattfinden.

5.7 ENTSPANNUNG DURCH MUSIK – EIN ANGEBOT IM PROJEKTBAUSTEIN

Musiktherapeutin Nicole Kramorz leitet das musikpädagogische Angebot und erläutert den Zusammenhang zwischen Musik und Entspannung:

„Sowohl das reine Musikhören als auch das aktive Musizieren haben direkten Einfluss auf unser Gemüt. Wenn wir unsere Lieblingslieder anhören, merken wir, wie sich unsere Stimmung verbessert. Gemeinsames Singen stärkt sowohl das Gemeinschafts- als auch das Identitätsgefühl und erweitert unsere emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten. Nachweislich kann Musik das Stresshormon Cortisol senken und stellt damit eine gute Voraussetzung für Entspannungserleben dar.“

Das Angebot beginnt mit dem Ankommen im Sitzkreis in der Mitte des Raumes. Gemeinsam wird ein Begrüßungslied gesungen, bei dem jedes Kind persönlich begrüßt wird. Dieses Ritual kreiert eine gewisse Sicherheit und schafft eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der sich alle Teilnehmer*innen



gesehen und akzeptiert fühlen. Anschließend findet häufig eine kurze Bewegungsübung statt, bei der getanzt werden darf. Dies verbessert die eigene Körperwahrnehmung und fördert die Selbstregulation. Anschließend wird gemeinsam musiziert. Mit unterschiedlichen Instrumenten geht es in bestimmten Spielformen um das Vermitteln von Struktur und Grenzen, das Erfahren von Führen und Folgen oder das Trainieren von Aufmerksamkeit und Konzentration.

Nicole Kramorz: *„In der Musik können wir auf spielerische Art und Weise lernen, aufeinander zu achten, zuzuhören und üben uns in Selbst- und Fremdwahrnehmung. Damit fördern wir unsere sozialen Kompetenzen und treten automatisch in Kontakt miteinander.“*

Im anschließenden Entspannungsteil dürfen sich die Kinder im Raum einen Ort aussuchen, an dem sie es sich gemütlich machen. Es findet eine Art musikalische Fantasiereise statt, in der die Kinder sowohl verbal als auch mithilfe unterschiedlicher Instrumente und ausgewählter Lieder angeleitet werden. Den Abschluss bildet ein Abschlusslied im Sitzkreis.

Und darauf legt Nicole Kramorz großen Wert:

„Als Angebotsleiterin ist es mir wichtig, dass die jeweiligen Bedürfnisse der Kinder Gehör finden, und diese können ganz unterschiedlich sein. Einige Kinder benötigen mehr Ruhe, andere möchten aktiv werden und viel ausprobieren. Die Kinder sollen erfahren, dass sie mitgestalten können und so ein sicherer, interaktiver Raum entsteht, in dem gemeinsam überlegt wird, wie Wünsche und Bedürfnisse umgesetzt werden können.“

6. Wirkungsorientierte Projektarbeit „Let’s move“ – Zehn Gelingenskriterien

Im Themenreport „Kinder in Armut – Armut an Kindheit“ (Phineo) werden zehn Kriterien für wirkungsorientierte Projektarbeit herausgearbeitet.¹

In Anlehnung daran erörtert D-Hof-Leiterin Sandra Jansen, wie diese Gelingenskriterien im Projekt „Let’s move“ berücksichtigt und umgesetzt wurden.

1. DAS PROJEKT IST AUF BEDARF AUSGERICHTET

Zu Beginn dieses Berichtes wurden in Kapitel 1 der Lebensraum Driescher Hof und das Thema Armut ausführlich beleuchtet. Ausgehend von den sich daraus ableitenden Bedarfen wurde im Jahr 2014 das Projekt „Let’s move“ gestartet. Im Verlauf des Projektes wurden mittels Zielgruppenbefragungen und Teamreflexionen regelmäßig sich verändernde Bedarfe neu in den Blick genommen und die Inhalte weiterentwickelt. Eine Analyse des Sozialraumes hat beispielsweise dazu geführt, dass im Rahmen von „Let’s move“ eine Calisthenics-Anlage auf dem Grundstück gebaut wurde - in Ermangelung an Sportgeräten im Stadtteil für ältere Jugendliche und junge Erwachsene.

2. DAS PROJEKT IST ALTERSGERECHT UND PRÄVENTIV

Für die verschiedenen Zielgruppen in der OT D-Hof gibt es je eigene Angebote und Räumlichkeiten im Rahmen von „Let’s move“. Gestartet wurde das Projekt für Kinder und Teenies, ab dem Jahr 2016 wurden eigene Projektbausteine für Jugendliche und junge Erwachsene als Projekt-Zielgruppe aufgenommen. Alle Angebote von „Let’s move“ sind Präventionsangebote.

3. DAS PROJEKT BERÜCKSICHTIGT INDIVIDUELLE LEBENSLAGEN

„Let’s move“ findet im Rahmen von Offener Kinder- und Jugendarbeit statt. Kennzeichen dieses Jugendhilfe-Angebotes sind u.a. Offenheit und das personale Angebot. Pädagogische Fachkräfte

haben einen aufmerksamen Blick und sind wichtige Bezugspersonen, denen sich die Kinder und Jugendlichen mit ihren aktuellen Sorgen und Themen anvertrauen. Die Mitarbeiter*innen berücksichtigen in den Angeboten die individuellen Ressourcen und unterstützen die Persönlichkeitsentwicklung des Einzelnen.

4. DAS PROJEKT BIETET LEICHTEN ZUGANG

Alle Angebote im Rahmen von „Let’s move“ sind kostenfrei und sehr niedrigschwellig angelegt, so dass wirklich jede und jeder sofort mitmachen kann. Lediglich bei den Sportangeboten sind Einverständniserklärungen der Eltern erforderlich.

Neben der Offenen Tür D-Hof ist der Verein Kinder- und Jugendhilfe Driescher Hof e.V. als Hauptkooperationspartner verantwortlich für die Offene Ganztagsbetreuung (OGS) an zwei Schulen im Sozialraum. Die Reichweite des Projektes wurde durch gemeinsame Aktionen von OT und OGS ausgeweitet und zahlreichen Schüler*innen dadurch der Zugang zum Projekt „Let’s move“ erleichtert.

5. DAS PROJEKT BEGLEITET KOMPETENT

Das Mitarbeiter*innen-Team besteht überwiegend aus Sozialpädagog*innen / Sozialarbeiter*innen und Erzieher*innen. Es wird ergänzt durch Student*innen, Praktikant*innen und Expert*innen für bestimmte Schwerpunkte: Sporttrainer, Ökotrophologin, Musiktherapeutin, Yoga-Lehrerin. Ehrenamtlich Tätige, meist selbst frühere Besucher*innen der OT D-Hof, sind Vorbilder für die Jüngeren.

Aufgrund der großen Altersspanne von sechs bis 27 Jahren in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit sind die Mitarbeiter*innen im D-Hof über einen sehr langen Zeitraum hinweg vertrauensvolle Lebensbegleiter*innen der jungen Menschen.

¹ „Kinder in Armut – Armut an Kindheit. Report über zivilgesellschaftliches Engagement.“ 9. Themenreport. 2012 Phineo gAG Berlin.

6. DAS PROJEKT ERMÖGLICHT PARTIZIPATION

Kinder, Teenies, Jugendliche und junge Erwachsene sind immer Mitgestalter*innen und zum Teil auch Mitbestimmer*innen der Angebote. Dies fängt bei dem Wunsch nach einem neuen Angebot an, setzt sich über die gemeinsame Planung und Gestaltung beispielsweise eines Raumes weiter fort und findet in jedem einzelnen Angebot zu jeder Zeit über Feedback statt. Partizipation ist durchgängiges und aktiv gelebtes Prinzip in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit der OT D-Hof und somit auch im Projekt „Let´s move“.

7. DAS PROJEKT BINDET ELTERN EIN

„Let´s move“ betrachtet die Zielgruppen im Kontext der für sie relevanten Systeme. Dazu gehört vor allem die eigene Familie der Kinder, Teenies und Jugendlichen. Eigene Angebote im Rahmen von „Let´s move“ richten sich an Eltern, Geschwister und die Familien, wie beispielsweise das Familienkochen oder die große Gemeinschaftsaktion „Der D-Hof tafelt – Kommt vorbei und esst mit uns!“ im Stadtteil.

„Let´s move“ profitiert von einem sehr großen Vorteil: Durch die Tatsache, dass es die Offene Tür D-Hof bereits seit 1981 im Stadtteil gibt, haben viele der heutigen Eltern selbst bereits ihre eigene Kindheit und Jugend in der Einrichtung verbracht. Entsprechend groß ist das Vertrauen vieler Eltern in die Angebote und das D-Hof-Team.

8. DAS PROJEKT BEFÄHIGT

„Let´s move“ vermittelt Kindern, Teenies, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ganzheitliche Erfahrungen, Wissen und Kompetenzen auf persönlicher, sozialer und inhaltlicher Ebene und schafft gleichzeitig mit niedrigschwelligen Angeboten für die Eltern eine Sensibilisierung für das Thema Gesundheit ihrer Kinder. Das Projekt fördert die Stärkung des Selbstwertgefühls sowie den Ausbau von Eigenaktivität, Verantwortungsgefühl und Genussfähigkeit. Nicht zuletzt stärkt das Projekt die Partizipation und Verantwortungsübernahme von Kindern und Jugendlichen in ihrem Sozialraum. Damit schafft das Projekt eine bildungs- und teilhabeförderliche Bedingung im sozialen Nahraum der jungen Menschen. All das mit viel Freude und mit allen Sinnen.

Die große Altersspanne von sechs bis 27 Jahren ermöglicht die Begleitung und Förderung der Persönlichkeitsentwicklung in der Biographie junger Menschen über lange Zeiträume hinweg.

9. DAS PROJEKT IST LOKAL VERANKERT UND VERNETZT

Um den sich stetig verändernden Anforderungen gerecht zu werden, setzt der D-Hof auf ein aktives und breites Netzwerk: sowohl auf Stadtteil-, Kommunal- als auch auf Landesebene sowie in der Gemeinde und im Bistum Aachen. Die Zusammenarbeit findet statt mit Partner*innen der Jugendhilfe, in Arbeitsgemeinschaften und Gremien zum Zweck der Interessenvertretung und der fachlichen Weiterentwicklung, mit Schulen, Vereinen, unterschiedlichen Sozial-, Beratungs- und Hilfseinrichtungen sowie kommunalen Behörden, der Polizei und Ärzt*innen.

Zusätzlich erfährt „Let´s move“ in den letzten Jahren immer mehr Unterstützung in Form von Kooperationen, Spenden und „tatkräftigem Anpacken“ durch Aachener Unternehmen.

10. DIE ORGANISATION BETREIBT MONITORING UND QUALITÄTSSICHERUNG

Regelmäßig werden die Angebote hinsichtlich der Nutzung und Zufriedenheit der Zielgruppen überprüft und ausgewertet. Zusätzlich finden Befragungen statt und haben beispielsweise die Eltern die Möglichkeit, ihre Rückmeldungen anonym über den „Elternkasten“ abzugeben. Durch das persönliche Gespräch mit den verschiedenen Zielgruppen erhalten die Mitarbeiter*innen Hinweise zur Weiterentwicklung. Wöchentliche Teambesprechungen, Fortbildungen und jährliche Klausurtagung ermöglichen ein systematisches Monitoring zur Sicherung der Qualität und Weiterentwicklung von „Let´s move“ im Hinblick auf die Bedarfe und Bedürfnisse der einzelnen Zielgruppen.



7. Gelungene Öffnung nach außen – Vernetzung als aktive Solidarität

Von 2017 bis 2019 haben insgesamt fünf Sozialtage von Aachener Unternehmen in der OT D-Hof stattgefunden. Dabei konnten viele Arbeiten verrichtet und „Baustellen“ abgearbeitet werden, die das D-Hof-Team mit den Kindern und Jugendlichen aus eigener Kraft nicht hätte bewältigen können. Die Ergebnisse dieser Tage kamen wiederum den Kindern und Jugendlichen, ihren Familien sowie den Bürger*innen im Stadtteil zugute.

Das Besondere:

- › Die Bedarfe der Einrichtung wurden im Vorfeld mit den Firmen besprochen und einzelne „Baustellen“ definiert.
- › Die professionelle Planung erfolgte durch das D-Hof-Team und zum Teil durch die Firmen.
- › Die Arbeiten an den Sozialtagen (Social Days) wurden von den Mitarbeiter*innen der Firmen und des D-Hofs gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen und zum Teil deren Familien und Bürger*innen aus dem Stadtteil durchgeführt.

Mit allen Sozialtagen konnte der Ansatz zur Gesundheitsförderung wiederholt weiter in den Stadtteil getragen und die Verbundenheit mit dem

Driescher Hof verstärkt werden. Hiervon profitierten alle Beteiligten.

Für die Osterferien 2018 hatte sich das D-Hof-Team unter dem Motto „Der D-Hof soll schöner werden!“ etwas ganz Besonderes vorgenommen. Gemeinsam mit vielen Menschen aus dem Stadtteil, Kindern und Jugendlichen, Aachener Unternehmen und weiteren helfenden Händen fand eine viertägige „Social Week“ statt. Über 20 Kooperationspartner*innen konnten für die gute Sache gewonnen werden. Damit ergab sich eine große Gemeinschaftsaktion im Stadtteil, bei der ganz unterschiedliche Menschen und Aachener Firmen gemeinsam und nachhaltig zusammen anpackten.

Die Hilfe der Firmen umfasste Beratungsleistungen, die Verpflegung während der Social Week, Sachspenden (z.B. Pflanzen, Lampen, Baumaterialien), die Freistellung von Mitarbeiter*innen sowie Geldspenden.

Gemeinsam mit etwa 60 Personen im Alter von 10 bis 65 Jahren wurde viel bewegt und die gesteckten Ziele nicht nur erreicht, sondern durch die Eigeninitiative und hohe Motivation aller Beteiligten sogar noch übertroffen.



Die langlebigen Ergebnisse der Social Week in Stichworten:

- › Neugestaltung des bisherigen Tobe-Raumes: Rückbau, Anstrich, Wandgestaltung, neue Elektrik und Beleuchtung
- › Anstrich des Hauses und Anbringen eines neuen Graffitis über dem Eingangsbereich
- › Reinigen von Fassade und Blumenkästen
- › Anstrich von Geländern
- › Gestaltung des Zaunes zum Marktplatz mit über 70 selbst bemalten Blumentöpfen
- › Bepflanzung der Beete vor dem Haus
- › Abschleifen und Anstrich der Rundbank vor der Einrichtung
- › Neubau von Sitzbänken vor der Einrichtung
- › Neubepflanzung der Blumenkästen und Hochbeete
- › Bau von neuen Blumenbeeten
- › Gestaltung eines Moos-Graffitis

Mehr als die Hälfte der Kooperationspartner*innen bei der Social Week haben auch in 2019 den D-Hof unterstützt und ihre Hilfe für 2020 bereits zugesagt.

Im Laufe der fünf Jahre „Let´s move“ hat sich das Unterstützer*innen-Netzwerk stetig erweitert: So werten beispielsweise regelmäßige Sachspenden, wie wöchentlich frisches Brot, süße Aufstriche, Obst und Gemüse, Blumen- und Gemüsepflanzen, die verschiedenen Projektbausteine auf.

Nachhaltige Wirkungen der Social Week

Durch die Social Week wurden Partizipation und Verantwortungsübernahme von Kindern und Jugendlichen in ihrem und für ihren Sozialraum sowie bürgerschaftliches Engagement gestärkt.

Was motiviert Mitarbeiter*innen der Aachener Firmen, sich für den D-Hof zu engagieren?

„Wir konnten mit unseren Social Days wirklich helfen und darum sind wir auch zwei Mal gekommen! Für mich war es bei beiden Events sehr schön zu sehen, dass unsere Leistung auch von Seiten des D-Hofs wertgeschätzt wurde und zu einer sichtbaren Verbesserung geführt hat. Das war nicht bei allen unseren Social Days so, und so bin ich beide Male mit einem sehr guten Gefühl nach Hause gegangen.“ Stephan, 53 Jahre

„Etwas Gutes und vor allem Nachhaltiges für Kinder und Jugendliche zu leisten.“ Kai, 21 Jahre

„Meine Motivation liegt darin, dass man sieht, was der D-Hof alles erreichen kann.“ Mehmet, 20 Jahre

„Menschen unterstützen, die eine schwierige Ausgangslage haben.“ Klaus, 46 Jahre

„Mich erfreut es, etwas zu tun, worüber sich später die Kinder freuen.“ Kamila, 21 Jahre

Durchweg positive Rückmeldungen gab es von Bürger*innen aus dem Quartier zum großen Erfolg der Social Week und auf die Frage, wie sich die Angebote der Offenen Tür D-Hof auf den Stadtteil auswirken.

„Was schätzen Vernetzungspartner*innen am D-Hof?“, „Welche Bedeutung hat der D-Hof im Stadtteil?“ und „Wie wirken sich die Angebote auf den Stadtteil aus?“

„Ich freue mich über den bepflanzten Zaun, über die Bank rund um den Baum.“ Beatrix, 77 Jahre, Anwohnerin

„Die OT bringt Menschen unterschiedlicher Kulturen zusammen, ist Treffpunkt für Kinder, Jugendliche, Eltern und Anwohner. Die Hochbeete werden von vielen Menschen genutzt (Kräuter), die Parkanlage und die Beete sind ein regelmäßiger Treffpunkt für viele Menschen, Jung und Alt.“ Hermine, 62 Jahre, Anwohnerin

„Sehr positiv, die Feste und Ferien bringen die Menschen zusammen.“ Paul, 62 Jahre, Anwohner

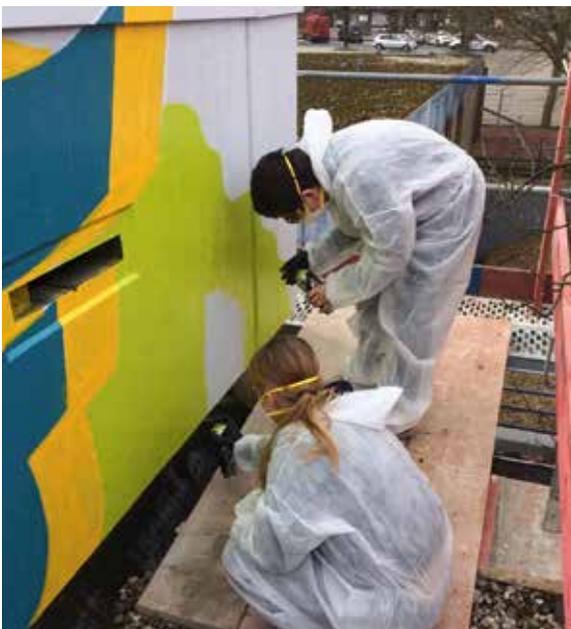
„Sehr gut. Ein kinderfreundliches Haus.“ Anita, 75 Jahre, Anwohnerin

„Sehr große Bedeutung - Integration, Anlaufstelle für Kinder / Jugendliche mit ihren Problemen, Sorgen usw.“ Gabriele, 58 und Erwin, 64 Jahre, Anwohner/in

„Engagement, auf Augenhöhe mit Besuchern, Eltern, Anliegen aus dem Stadtteil, Engagement für den Stadtteil und Bewohner.“ und „Stärkt das Miteinander, langjährige Kontakte entstehen, Lernen an Vorbildern wie Miteinander und Konfliktlösung sein können.“ Ruth, 54 Jahre, Mitarbeiterin im Allgemeinen Sozialen Dienst des Sozialdienstes Katholischer Männer

„Ein verlässlicher Anlaufpunkt für viele Kinder aus schwierigen Verhältnissen.“ und „Eine große Bedeutung, hoher Anteil/große Verantwortung auch beim Bildungs- und Erziehungsauftrag der Kinder im Viertel.“ Fabian 30 Jahre, Lehrer

„Den Menschen/Kindern zugewandte Art! Kreativität, Kindern eine Art Zuhause zu geben.“ und „Eine Art menschlicher Leuchtturm der Hoffnung. Ein sicherer Ort für Kinder!“ Andreas, 58 Jahre, Mitglied der Stadtteilkonferenz





8. Der D-Hof bedankt sich

„Let´s move“ wurde und wird in der großen Vielfalt und mit den dargestellten Wirkungen so nur möglich, weil an vielen verschiedenen Stellen zusätzlich zu den Akteur*innen des D-Hofs auch weitere Menschen, Organisationen und Aachener Firmen Verantwortung übernommen haben und weiter übernehmen.

So sichern das Bistum und die Stadt Aachen mit der Strukturförderung die Finanzierung des hauptberuflichen Personals, des laufenden Regelbetriebs und der Gebäudebetriebskosten.

Durch die Projektförderung des Ministeriums für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen wurde „Let´s move“ 2014 erst möglich, in den Folgejahren weiter entwickelt und konnte seit 2018 durch die zusätzliche Förderung der actimonda krankenkasse kontinuierlich weiter ausgebaut werden.

Zusätzlich helfen verschiedene Firmen, Hilfsgemeinschaften, Vereine, Institutionen und Privatpersonen mit Beratungsleistungen, Sach- und Geldspenden und nicht zuletzt durch tatkräftiges Anpacken.

Durch dieses Engagement konnten Umbaumaßnahmen umgesetzt, neue Bewegungs- und Entspannungsräume geschaffen, Gärten angelegt sowie Großveranstaltungen realisiert werden.

Wir danken allen, die „Let´s move“ in fünf Jahren unterstützt haben und aktuell unterstützen, für das Vertrauen und die tragfähigen und nachhaltigen Kooperationen:

Aachener Firmenlauf, AC Aachener Immobiliengesellschaft mbH, actimonda krankenkasse, AGOT, aixigo AG, Apotheke am Driescher Hof, Bistum Aachen, Bürgerstiftung Lebensraum Aachen, Deubner Baumaschinen-Handelsgesellschaft, dm - drogeriemarkt GmbH & Co KG, Durstlöscher Aachen, Erstes Aachener Gartencenter, Evangelisch freikirchliche Gemeinde Aachen, Fringsgruppe Frings-Elektroinstallationstechnik, Galatec Ziemons Gartengestaltung, Gebhardt Gartencenter, Germax media, Gießwein Catering, GLEIS 8 Store, Hammer GmbH & Co. KG, Hofladen Maintz, Ingenieurbüro Frank Mentenich, Johanniter Hilfsgemeinschaft Aachen, KiBA & mehr, Lions-Club Aachen Carolina, Martello Immobilienmanagement GmbH Co KG, Menschen helfen Menschen e.V., Menten GmbH, Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen, nesslerer bau GmbH, Nobis Printen e.K., Round Table 58 Aachen, RückHalt e.V., Running for Kids, Sparkasse Aachen, Stadtsportbund Aachen, Stadt Aachen, Stadtteilkonferenz Forst/Driescher Hof, STAWAG, Stiftung Jürgen Kutsch, West Pharmaceutical Services Deutschland GmbH & Co.KG, Zentis GmbH & Co. KG.

Zudem bedanken wir uns sehr herzlich bei all den privaten Spender*innen für ihre Unterstützung!

Wir freuen uns schon jetzt auf das, was wir in Zukunft gemeinsam alles bewegen werden!



DANKE!

9. Literatur und weitere Medien

LITERATUR

„3. Kinder- und Jugendförderplan der Stadt Aachen 2015-2020“, Hrsg. Stadt Aachen

„Armutsfolgen für Kinder und Jugendliche - Erkenntnisse aus empirischen Studien in Deutschland.“
Claudia Laubstein, Gerda Holz und Nadine Seddig,
Bertelsmann Stiftung 2016

„Burnout-Kids: Wie das Prinzip Leistung unsere Kinder überfordert“, Prof. Dr. Michael Schulte-Markwort,
2016

„Dein Kochbuch“, Broschüre aus der Reihe „Let's Move“, Hrsg. Verein Kinder und Jugendliche Driescher Hof e.V., Aachen 2018

„Do it yourself – Gartenbuch“ Broschüre aus der Reihe „Let's Move“, Hrsg. Verein Kinder und Jugendliche Driescher Hof e.V., Aachen 2017

„Fit und fröhlich. Gesundheitsförderung für junge Menschen. Themenreport für soziale Investoren“,
Phineo gAG, Berlin 2010

„Förderung inklusiver Kinder- und Jugendarbeit als Bestandteil des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW 2013-2017 – Teilhabechancen und -grenzen für sozial-benachteiligte Kinder und Jugendliche.“ Masterarbeit an der ev. Hochschule Rheinland-Westfalen-Lippe im Studiengang Inklusion: Gesundheit und Bildung, Jana Schackers,
2018

„Glückskeks – oder du bist, was du isst“ in Jugendhilfe-ereport, Sandra Jansen / Anke Oskamp, 3/2011

„KIGGS. Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. 2013“, Hrsg. Robert Koch-Institut,
Berlin 2014

„Kinderarmut: Einführendes Handbuch für Forschung und soziale Praxis“, Margherita Zander, Wiesbaden
2010

„Kinder in Armut – Armut an Kindheit. Report über zivilgesellschaftliches Engagement.“, Phineo gAG,
Berlin 2012

„Kursbuch Wirkung. Das Praxishandbuch für alle, die Gutes noch besser tun wollen.“ PHINEO gAG, Berlin
2018

„Laut gegen Armut – leise für Resilienz: Was gegen Kinderarmut hilft“, Margherita Zander, 2015

„Let's Move. Ein Projekt zur Gesundheitsförderung von Kindern und Teenies im Brennpunktstadtteil Driescher Hof“, Broschüre aus der Reihe „Let's Move“,
Hrsg. Verein Kinder und Jugendliche Driescher Hof e.V., Aachen 2016

„Modellprojekt Gesundes Jugendzentrum – Gesundheitsförderung in der Offenen Jugendarbeit“ in:
Zeitschrift für die Jugendarbeit deutsche Jugend,
Monika Chilla / Bertrand Eitel / Matthias Gensner / Joachim König, 6/2017

„Möglichkeiten und Grenzen pädagogischer Lernorte in urbanen Gemeinschaftsgärten.“ Staatsarbeit an der RWTH Aachen im Studiengang Erziehungswissenschaften mit dem Schwerpunkt Berufspädagogik, Salome Ophelia Ziermann, 2016

„Seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Nordrhein-Westfalen. LIGA.Fokus8“, Hrsg. Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf 2010

„Sozialberichterstattung StädteRegion Aachen 2018 – Gesamtbericht“, Hrsg. StädteRegion Aachen, Amt für Inklusion und Sozialplanung, Aachen 2018

„Sozialentwicklungsplanung Stadt Aachen“. 2018

„Soziale Ungleichheit und Gesundheit: Einführung in die aktuelle Diskussion“, Andreas Mielck, 2005

„Soziale Unterschiede im Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen in Deutschland.“ Journal of Health Monitoring 2018, Robert Koch-Institut
Berlin

„Wie ticken Jugendliche 2016?: Lebenswelten von Jugendlichen im Alter von 14 bis 17 Jahren in Deutschland“, Marc Calmbach / Silke Borgstedt / Inga Borchard / Peter Martin Thomas / Berthold Bodo Flaig, 2016

„Zweiter Sozialentwicklungsplan Aachen. Demografische, sozio-ökonomische und soziale Entwicklung und Perspektiven für die Aachener Quartiere“, Hrsg. Stadt Aachen, Fachbereich Soziales und Integration – Sozialplanung, Aachen 2015

WEITERE MEDIEN

Boxangebot in der Lokalzeit Aachen

<https://m.youtube.com/watch?v=QkXlbi3Wokg>



„Bunt und gesund im D-Hof“

<http://www.d-hof.de/videoprojekt-in-kooperation-mit-dem-jfc-medienzentrum-koeln>



LET'S MOVE



D Hof
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE
→ www.d-hof.de



Gefördert durch

Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen

