



Gesund Aufwachsen in  
Charlottenburg-Wilmersdorf

# Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf

Viele Akteure, ein Ziel: Gleiche Chancen für alle Kinder

**NEWSletter #3:**  
**Es geht voran!**

## INHALT

Grußwort	Seite 2	Bewegungsräume für gesundes Aufwachsen	Seite 8
Aus Sicht der Eltern: Ergebnisse der Befragung	Seite 3	Kita mit Biss	Seite 8
Wie können Kinder psychisch gesund aufwachsen?	Seite 5	Zuwachs im Kinder- und Jugendgesundheitsdienst	Seite 9
Gesunde Ernährung und deren Förderung	Seite 6	Impressum	Seite 10
Gesundes Aufwachsen im Bezirk	Seite 7		



**Detlef Wagner**  
Bezirksstadtrat für  
Soziales und Gesundheit  
Charlottenburg-Wilmersdorf

**Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer des Workshops „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“, sehr geehrte Damen und Herren,**

gerne begrüße ich Sie als Stadtrat für Gesundheit und Soziales mit einem neuen Newsletter in unserem Projekt. Ich bin bisher als Präventionsbeauftragter bei der Polizei tätig gewesen und freue mich, auch in meiner neuen Tätigkeit als Bezirksstadtrat aktiv die Prävention im Bezirk fördern zu können.

Unser Ziel ist es, ein lückenloses Netz der Angebote für Familien im Bezirk zu erreichen, eine sog. „Präventionskette“, um ein gesundes Aufwachsen der Kinder zu ermöglichen. Jedes Kind, jede Familie soll die Möglichkeit erhalten, die benötigten Angebote zu kennen und zu nutzen, die Familien sollen sicher in den unterschiedlichen Lebensphasen begleitet werden.

Ich freue mich, Ihnen heute den dritten Newsletter im Rahmen des Projekts „Gesund Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“ präsentieren zu können. Den Hauptanteil des Newsletters wird die Präsentation der Ergebnisse aus der Veranstaltung vom 28.11.2018 bilden, die das Projekt und den Aufbau der Präventionskette im Bezirk mit vielen neuen Anregungen bereichert hat.

In Impulsreferaten wurden die neuen Ergebnisse und Erkenntnisse vorgestellt: Zunächst wurde zum Stand des Projektes berichtet, es hat sich viel getan. Sehr dankbar bin ich für die Vorstellung der Ergebnisse aus den Fachtagen zum Übergang von der Kita in die Schule. Eine wichtige Lebensphase, zu der sich viele Wünsche und Anregungen aus Ihren Ergebnissen des 1. Workshops im März 2017 ergaben.

Sehr interessant war auch die Präsentation von vier Studentinnen des Abschlussjahrgangs des Instituts für Pflege- und Gesund-

heitswissenschaften der Charité: Ergebnisse einer Befragung von Eltern in Charlottenburg-Nord geben Einblick in die Ziele und Wünsche der Zielgruppe. Dafür einen herzlichen Dank an Frau Dr. Ines Wulff, die diese Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt ermöglicht und sehr unterstützt hat und natürlich auch an die vier Referentinnen: Frau Ursula Bühler Reinhardt, Frau Gwendolyn Näher, Frau Heike Schuchardt sowie Frau Julia Rieger. Die Ergebnisse dieser Befragungen waren Grundlage für die anschließenden Diskussionen im Rahmen des Worldcafés mit folgenden Thementischen: Gesund Aufwachsen, Ernährung, psychische Resilienz, Bewegung.

Es gibt viele neue Erkenntnisse und das Projekt wird durch neue Zielsetzungen bereichert. Aktuell wird an der neuen Handlungsstrategie gearbeitet, die die Ergebnisse der Veranstaltung vom November 2018 integriert. Wir sind im Bezirk seit Ende letzten Jahres durch eine neue Beauftragte für die Prävention und Gesundheitsförderung verstärkt, deren Schwerpunkt die Erarbeitung der neuen Handlungsstrategie und Erweiterung des Projektes ist.

Ich freue mich darauf, mit Ihnen gemeinsam die Prävention im Bezirk zukünftig zu gestalten und wünsche viel Spaß beim Lesen!

Mit freundlichen Grüßen

Detlef Wagner

## Gesund Aufwachsen in Charlottenbrug-Wilmersdorf aus Sicht der Eltern – Die wichtigsten Ergebnisse der Befragung

Die Vorstellung der Ergebnisse durch die Student\*innen war ein zentraler Baustein für die zweite Veranstaltung im Rahmen des Projektes im November 2018. Sie boten eine gute Grundlage für die Diskussionen in den thematischen Workshops und führten zu einer Bereicherung des Projektes. Der Blick der befragten Eltern bezog den gesamten Lebensraum mit ein. Neben

den Bewegungsräumen für die Kinder und Familien, der sozial-räumlichen Planung und Gestaltung, der seelischen Gesundheit und der gesunden Ernährung wurden auch die Bereiche Stadtplanung und Verkehr, Grünpflege, sowie weitere Akteure mit Wohnungsbaugesellschaften und lokalen Netzwerken im Bezirk benannt.

**Aus der Befragung wurden**  
**8**  
**Kernthesen formuliert**

- Ein Interesse sowie Bewusstsein bei den Befragten zu den Themen „Gesund Aufwachsen“, Bewegung, Ernährung und psychisches Wohlbefinden ist vorhanden.
- Das Thema Bewegung spielte in allen Interviews eine Rolle, es wurde als wichtig erachtet und ein Mangel im Kiez erkannt.
- Kurze Wege und Verkehrssicherheit sind für alle Beteiligten wichtig.
- Die Autobahnbrücke stellt eine große Barriere zur Nutzung von Angeboten des Familienzentrums dar.
- Es werden verschiedene Informationswege benötigt, um auf Angebote aufmerksam zu machen (Aushänge, Internet, Broschüren, Ersthausbesuch)
- Die Angebote im Familienzentrum sollten mehr auf die Familien abgestimmt sein (Uhrzeit, altersübergreifend) und auch mehr das Thema Ernährung (Lebensmittel kennenlernen, gemeinsam Kochen) beinhalten
- Die Kita wird als eine wichtige Institution zur Gesundheitsförderung gesehen (Informationsvermittlung für Eltern, gesundheitsförderliche Strukturen für die Kinder) und stellt auch einen Gatekeeper zwischen Eltern und weiteren Institutionen dar.
- Obwohl die Befragten mehrheitlich sozial stabile Verhältnisse aufwiesen, sind sie mit den Verhältnissen konfrontiert und auf die Angebote angewiesen.
- Weitere Akteure müssen involviert werden: z.B. Grünflächenamt, Straßenbauamt, SPZ, Kitaträger (evtl. QM, Jugendzentrum) (Von: Gwendolyn Näher, Ursula Bühler Reinhardt, Julia Rieger, Heike Schuchardt)

Ein wichtiges Ergebnis der Befragung ist die Grundaussage, dass ein gesundes Aufwachsen für alle Befragten ein aktiv verfolgtes Ziel darstellt und – auch aus Sicht der Eltern – viele Akteure und Aspekte dazu notwendig sind. Sie bringen ein großes Bewusstsein und eine hohe Motivation für dieses Thema mit. Die Bewegung lässt sich aus ihrer Sicht weder im Wohnumfeld, noch durch die Nutzung von Angeboten in Institutionen (Kita, Schule, Familienzentrum) immer gewährleisten, und auch nicht im öffentlichen Raum (fehlende Spielplätze, schlecht erreichbare bzw. fehlende öffentliche Parks, Wegedistanzen zu Angeboten). Wie zum Beispiel auch der Wunsch nach gesunder Ernährung, der aber durch ungesundes Frühstück und Essen in der Kita oder der Schule gefährdet wird. Zugleich weisen die Eltern auf im Kiez fehlende, gesunde Restaurantangebote, Einkaufsmöglichkeiten vor Ort oder ein Kiezcafé hin. Der Sozialraum wird von den Eltern auch bei diesem Aspekt einbezogen. Neben fehlenden Angeboten wird auch deren Erreichbarkeit und Nutzungsmöglichkeit von den Eltern als nicht immer bedarfsgerecht beschrieben. Einrichtungen zur seelischen Gesundheit sind weitgehend unbekannt, oder benötigen aus Sicht der Eltern einen hohen Anmeldeaufwand. Zum Teil sind die Nutzungszeiten für Eltern ungünstig (je nach Lebensalter des Kindes oder der Kinder) oder die Angebote finden zeitlich parallel statt. Auf welchen Wegen können die Eltern gut informiert und einbezogen werden? Die Kindertages-

stätten und die Kinderärzte werden als wichtige Institutionen für die Gesundheitsförderung mit einer Lotsenfunktion beschrieben. Darüber hinaus wünschen sich die Eltern Aushänge im Kiez und aufsuchende Beratung, z.B. im Ersthäusbesuch, bzw. Ansprechpartner vor Ort, neben einer Übersicht im Internet und in Broschüren. Nicht zuletzt wird der Sozialraum auch im Hinblick auf die Verkehrswege als hinderlich für ein gesundes Aufwachsen thematisiert. Die Autobahnbrücke am Heckerdamm wird als gefährliche Barriere für die Nutzung wichtiger Angebote erlebt, z. B. des Jungfernhaideparks und des Familienzentrums, die deshalb nicht zu den naheliegenden Angeboten gezählt werden. Zusätzlich werden auch die Straßen im Kiez als wenig verkehrssicher für Kinder und Familien beschrieben: Es fehlen Zebrastreifen und verkehrsberuhigte Zonen, so dass Kinder die Flächen zur freien Bewegung nutzen könnten.

Die Ergebnisse der Befragung stellen neue Anforderungen an die Institutionen und Träger, die in der Regel im Rahmen ihrer jeweiligen Fachlichkeiten tätig sind. So lässt sich das Netzwerk im Projekt sicher noch im Hinblick darauf verbessern, Vernetzungen von z.B. Stadtplanung und Verkehr mit dem Gesundheits- oder Jugendbereich herzustellen, mit Kitas und Schulen oder auch mit lokalen Netzwerken. Das Ziel des Projekts ist aus Sicht der Eltern nur thematisch breit und inhaltlich vernetzt zu erreichen.



## Ergebnisprotokoll der moderierten Teilnehmerrunde zum Thema:

### „Wie können Kinder psychisch gesund aufwachsen?“

Ein gemeinsames Ergebnis des Austauschs war, dass die emotionale Stabilität und psychische Gesundheit der Eltern einen sehr wichtigen Faktor für eine gesunde psychische Entwicklung der Kinder darstellt.

Es zeigte sich, dass es bereits ein differenziertes Angebot an Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten gibt, welche unterschiedlich bekannt sind und unterschiedlich in Anspruch genommen werden. Beispiele wurden im Rahmen der Teilnehmerrunde von der Erziehungs- und Familienberatungsstelle (EFB) und dem Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) genannt.

Es stellt sich die Frage, wie man die Eltern bezüglich entsprechender Angebote erreichen kann. In diesem Zusammenhang wurde die Bedeutung der Familienhebammen als erste Kontaktstelle im Rahmen des Ersthäusbesuches deutlich. Dieser wird

sehr viel in Anspruch genommen und stellt eine wichtige Anlauf- und Kontaktstelle dar, auch für sich im späteren Verlauf entwickelnde Probleme und Schwierigkeiten.

Es wurde aber auch deutlich, dass die Präsenz von Ansprechpartnern und Akteuren im Lebensraum der Familien und Kinder, z. B. in Kitas, noch verbessert werden könnte, um mehr Familien erreichen und die Bekanntheit der verschiedenen Angebote und Träger/Institutionen verbessern zu können. Hierzu könnten z. B. in den Kitas Themenabende mit Teilnahme der entsprechenden Institutionen/Trägern angeboten werden.

Eine weitere sinnvolle Anlaufstelle könnten Sozialarbeiter/innen direkt in einzelnen Kitas sein, um Kinder bzw. die Familien mit komplexem Unterstützungsbedarf besser erreichen und beraten zu können.











## „Zuwachs“ im Kinder- und Jugendgesundheitsdienst „Haus des Säuglings“

Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD) des Gesundheitsamtes Charlottenburg-Wilmersdorf freut sich über „Zuwachs“ im Team und begrüßt die neuen Kolleginnen. Seit Ende 2013 beschäftigte der KJGD im Rahmen der „Bundesinitiative Netzwerke Frühe Hilfen und Familienhebammen“ drei Familienhebammen bzw. Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen auf Honorarbasis mit 30 Stunden die Woche. Nun zählen drei Familienhebammen bzw. FGKiKPs in Festeinstellung zum Team des KJGDs. Mit der Festeinstellung ist der Betreuungsumfang für die Familien auf 60 Stunden pro Woche gestiegen, der den Familien zugutekommt und es können mehr Familien das Angebot in Anspruch nehmen.

und die Bedürfnisse zu erkennen. Somit erlangen die Eltern mehr Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern. Die Familienhebammen/FGKiKPs unterstützen die werdenden Eltern rund um die Geburt. Sie können vor oder nach der Geburt des Kindes eingesetzt werden. Sie begleiten die Familie bis maximal zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes. Die Familienhebammen/FGKiKPs helfen, wenn es größere Unsicherheiten bei der Versorgung des Kindes oder der Organisation des Familienlebens gibt. Ist das Kind chronisch oder schwer erkrankt, kann eine Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin die Familie bis zum dritten Lebensjahr des Kindes unterstützen. Das Angebot der Familienhebammen/FGKiKPs ist „aufsuchend“ konzipiert und die Familien werden Zuhause besucht. In der Regel wird jede Familie für zwei Stunden beraten, unterstützt und begleitet.

Die FamHep/FGKiKPs bilden eine Säule der Frühen Hilfen. Frühe Hilfen sind präventive Angebote für Familien, um werdende Eltern während der Schwangerschaft sowie in den ersten drei Lebensjahren des Kindes zu unterstützen. Ziel ist es, zum gesunden Aufwachsen und einer guten Entwicklung der Kinder beizutragen, indem Eltern im Umgang mit ihrem Kind sicherer werden. Neben alltagspraktischer Unterstützung fördern Frühe Hilfen die Beziehungs- und Erziehungskompetenz von (werdenden) Eltern. Der Schwerpunkt der Arbeit der Familienhebammen/FGKiKPs ist die Beratung zur Förderung des Bindungsverhaltens zwischen den Eltern und dem Säugling. Die Eltern werden unterstützt, angemessen und feinfühlig auf die Signale ihrer Kinder zu reagieren

Mit der Festeinstellung der Familienhebammen/FGKiKPs im Gesundheitsamt Charlottenburg-Wilmersdorf leistet das Angebot der Frühen Hilfen einen großen Beitrag zum gesunden Aufwachsen im Bezirk. Die Präventionskette wird dadurch verbessert und eine wichtige Versorgungslücke sicher und zuverlässig reduziert.

Wenn Sie mehr über das Angebot der Familienhebammen/FGKiKPs erfahren wollen oder Fragen haben, steht Ihnen die Koordinatorin der FamHep/FGKiKP im Kinder- und Jugendgesundheitsamt unter **9029-16242** gern zur Verfügung.

## Welche Bewegungsräume brauchen wir für ein gesundes Aufwachsen?

Die Spielplätze in der Pauli-Hertz-Siedlung sind klein, langweilig und oft vermüllt, der Autoverkehr trotz Wohngebiet gefährlich und die große Jungfernhöhe wird als unerreichbar empfunden, da auf dem Weg dorthin eine gewaltige Barriere aus Straße plus Autobahn überwunden werden müsste.

Über diese Verkehrsschneise kommen nicht einmal Informationen z.B. über die Eröffnung des Familienzentrums. Und Bewegung außerhalb der kleinen Wohnungen findet eigentlich nur statt auf dem Abholweg von der Kita übers Einkaufen nach Hause. Es müsste also Verkehrsberuhigung, Überwege und Poller geben und die Spielsituation müsste durch Abenteuer- und Wasserspielplätze und durch einen umherziehenden Bauwagen mit ausleihbaren Spielgeräten bereichert werden. Grünflächen und Schulhöfe sollten für die Kinder nutzbar sein; Haftungsvorbehalte dürfen kein Hindernis sein. Elterninitiative wäre wichtig, um

- gemeinsam mit der BSR und Mitmenschen gegen die Vermüllung vorzugehen,
- eine Spielplatzkommission zu gründen für mehr Abwechslung
- die Kinderaufsicht draußen reihum zu verteilen und
- sich für Gemeinschaftsräume in den Wohnkomplexen einzusetzen, um mehr außerhalb der Wohnung spielen zu können – auch bei schlechtem Wetter
- einen Kiezausflug einmal pro Monat zu organisieren, um die entfernteren Abenteueräume kennen zu lernen und gemeinsam die Autobahn zu überwinden.

Die Eingangsfrage muss eigentlich ergänzt werden um die Fragen: Wie viel Zeit nehmen/gönnen wir uns für Bewegung? Und: Raubt der Bildungsauftrag die Zeit fürs freie Spielen?



## Kita mit Biss

Das Präventionsprogramm „Kita mit Biss“ hat das Ziel, die Mundgesundheit zu fördern und frühkindliche Karies zu vermeiden. Es ist ein Ernährungs- und Aufklärungsprogramm zur Schaffung eines mundgesundheitsförderlichen Kita-Alltags. Dafür gibt es praktikable Handlungsleitlinien, wie ein zahngesundes Frühstück, das Anbieten von zuckerfreien Getränken, das Zähneputzen nach der Hauptmahlzeit und vor allem das frühzeitige Abgewöhnen der Nuckelflasche bei Kindern, die schon aus der Tasse trinken können.

Möchte eine Kita das Präventionsprogramm „Kita mit Biss“ umsetzen, verpflichtet sich das Kita-Team mit der schriftlichen Beitrittserklärung freiwillig, die Handlungsleitlinien in der Kinder-

einrichtung umzusetzen. Zur Verstärkung der Öffentlichkeitsarbeit erhält die „Kita mit Biss“ ein Zertifikat für den Eingangsbereich, um Eltern und Gästen zu zeigen, dass hier die Mundgesundheit der Kinder besonders gefördert wird. Die Eltern werden mit einem für sie entwickelten Flyer über das Engagement der Kita informiert und gebeten, die Maßnahmen auch im familiären Bereich zu praktizieren.

Bei der Umsetzung der Handlungsleitlinien zur Förderung der Mundgesundheit und Vermeidung der frühkindlichen Karies unterstützt und begleitet der Zahnärztliche Dienst des Bezirksamtes Charlottenburg-Wilmersdorf die bezirklichen Kitas. Bislang konnten bereits 31 Kitas zertifiziert werden.



**Manuela Knopff**  
Koordinatorin der Familienhebammen und Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen (FGKiKPs)



**Sandra Grote**  
Familienhebamme



**Silke Kullik**  
Familienhebamme

### Neue Unterstützung für das Projekt

Seit Ende vergangenen Jahres hat **Frau Fischer** die Arbeit als Koordinatorin für Gesundheitsförderung und Prävention in der Planungs- und Koordinierungsstelle in unserem Bezirk aufgenommen. Die Gesundheitswissenschaftlerin hat unter anderem die Aufgabe, die bezirkliche Präventionskette auf- bzw. auszubauen. Sie begleitet und steuert die damit verbundenen Prozesse. Gemeinsam mit den beteiligten Akteuren im Bezirk werden Bedarfe identifiziert, Konzepte

zur Gesundheitsförderung entwickelt und daraus resultierende Projekte von Frau Fischer koordiniert. Ein besonderes Anliegen ist ihr die Anknüpfung an das bisherige Projekt „Gesundes Aufwachsen in Charlottenburg-Wilmersdorf“ mit der Weiterentwicklung zu einer integrativen bezirklichen Strategie.

Für weitere Informationen, Rückfragen und Anregungen erreichen Sie Frau Fischer unter folgender E-Mail Adresse: **petra.fischer@charlottenburg-wilmersdorf.de**

## Familienzentren und Willkommensveranstaltungen

Ort	Datum	Uhrzeit
<b>Familienzentrum Jungfernheide</b> Heckerdamm 242 13627 Berlin <a href="http://www.familienzentrum-halemweg.de">www.familienzentrum-halemweg.de</a>	<b>17.08.2019</b>	<b>12:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Famillienzentrum Kastanienallee</b> Kastanienallee 4 14050 Berlin <a href="mailto:Familienzentrum-kastanielallee@pfh-berlin.de">Familienzentrum-kastanielallee@pfh-berlin.de</a>	<b>02.11.2019</b>	<b>14:30 – 17:00 Uhr</b>
<b>Familienzentrum groß &amp; klein</b> Düsseldorfer Str. 3 10719 Berlin <a href="http://www.familienzentrum-guk.de">www.familienzentrum-guk.de</a>	<b>22.09.2019</b>	<b>15:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Familiencafé „Emilie und Rudolf“</b> Rudolf-Mosse-Str. 11 14197 Berlin <a href="http://www.schreiberjugend.berlin.de">www.schreiberjugend.berlin.de</a>	<b>25.08.2019</b> <b>14.11.2019</b>	<b>15:00 – 18:00 Uhr</b> <b>15:00 – 18:00 Uhr</b>

### Wichtige Termine

<b>»Tag der offenen Tür«</b> Gesundheitsamt Hohenzollerndamm 174–177 10713 Berlin	<b>28.09.2019</b>	<b>11:00 – 15:00 Uhr</b>
<b>Fachtag Frühe Hilfen</b>	<b>30.10.2019</b>	<b>»Save The Date«</b>

#### IMPRESSUM

**Verantwortlich für den Inhalt:**  
Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin  
Gesundheitsamt – Ges FB 1 L  
Heike Dilßner-Nweke  
Leitung des Fachbereichs für Gesundheitsförderung, Prävention und Gesundheitshilfe für Kinder und Jugendliche

Hohenzollerndamm 174–177, 10713 Berlin  
Telefon: 030. 9029-16021, Fax 030. 9029-16026  
Mail: [cw503100@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:cw503100@charlottenburg-wilmersdorf.de)

**Bildnachweise:**  
Titel: Schiddrigkeit/stock.adobe.com  
Rückseite: Johanna Pohl  
Seite 2: Danica Benzmail  
Seite 4: la fraise rouge UG  
Seite 5: la fraise rouge UG  
Seite 6: la fraise rouge UG  
Seite 7: la fraise rouge UG  
Seite 8: la fraise rouge UG  
Seite 9: Johanna Pohl

Alle abgelichteten Personen waren mit der Veröffentlichung einverstanden.

**Datenschutzerklärung:** Wenn Sie uns eine E-Mail senden, so erheben, speichern und verarbeiten wir Ihre Daten nur, soweit dies für die Abwicklung Ihrer Anfragen und für die Korrespondenz mit Ihnen erforderlich ist. Wir behandeln Ihre Daten entsprechend den Bestimmungen des Datenschutzrechts und treffen generell größtmögliche Vorkehrungen für deren Sicherheit.

Wir weisen darauf hin, dass beim Versand von E-Mails die Datenübertragung über das Internet ungesichert erfolgt und die Daten somit theoretisch von Unbefugten zur Kenntnis genommen

oder auch verfälscht werden könnten. Die angegebenen Kontakt-E-Mail-Adressen sind noch nicht für E-Mails mit digitaler Signatur vorbereitet.