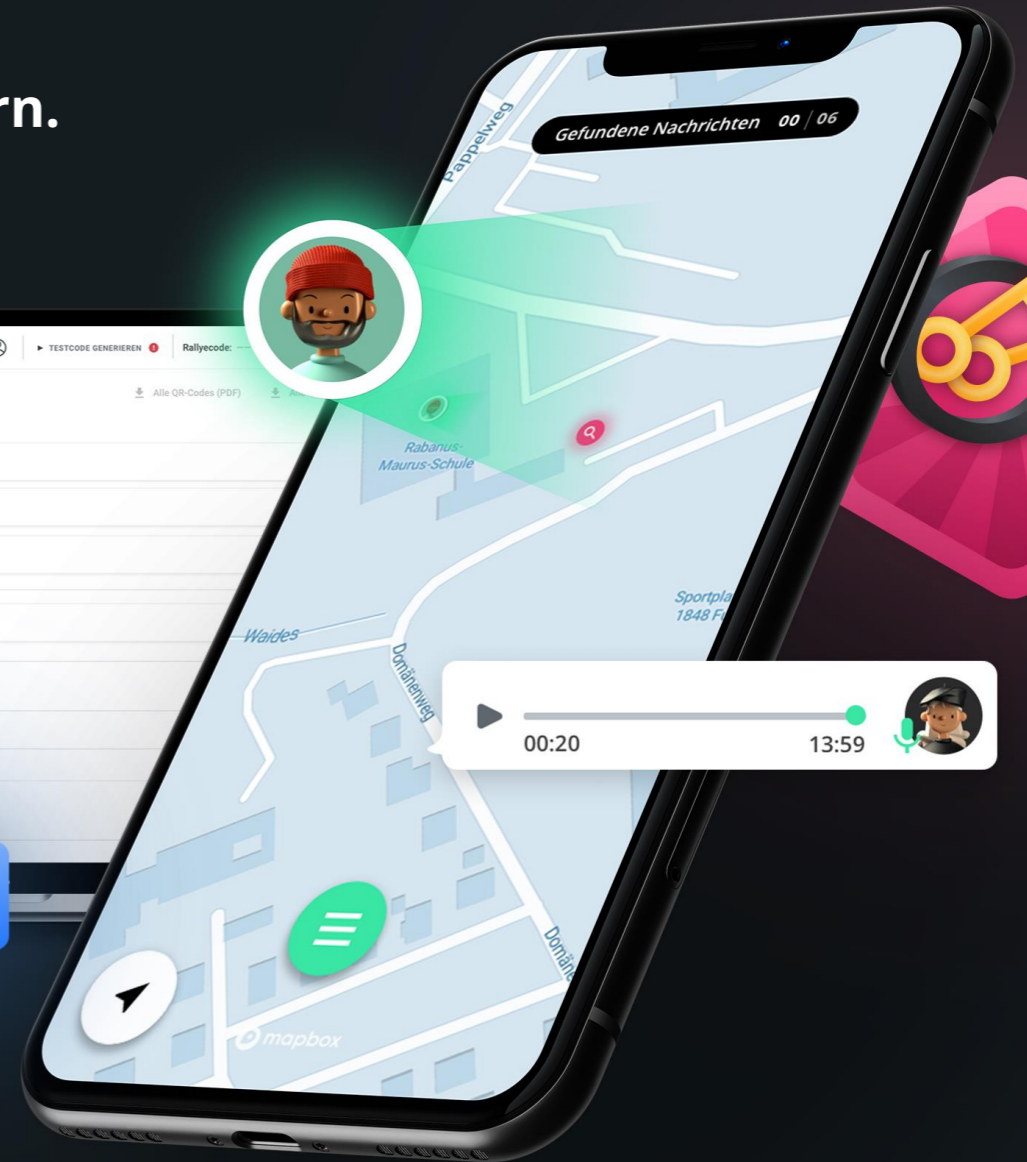
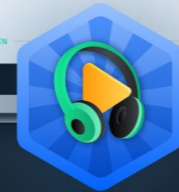
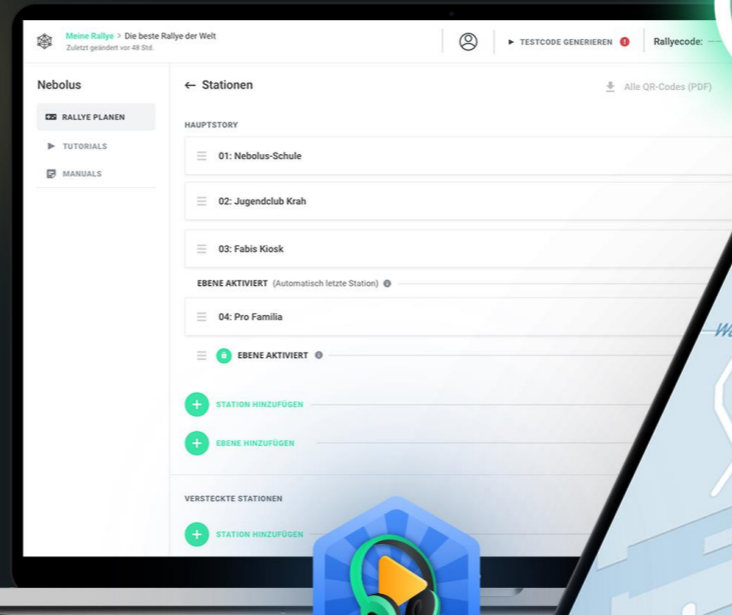




NEBOLUS

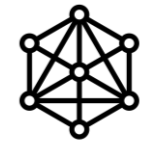
Gesundheitskompetenz spielerisch bei Jugendlichen fördern.



↳ Online-Veranstaltung „Gesundheit und Quartier“

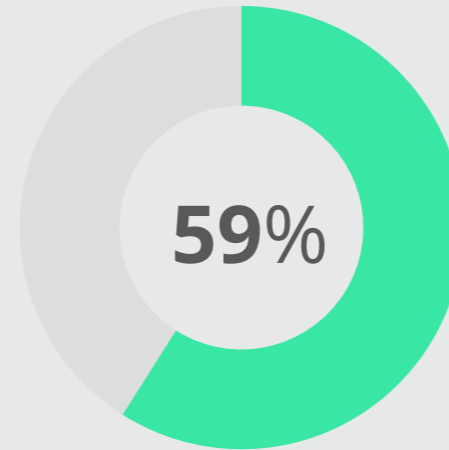
↳ 07. Dezember 2021

↳ Verena Krah



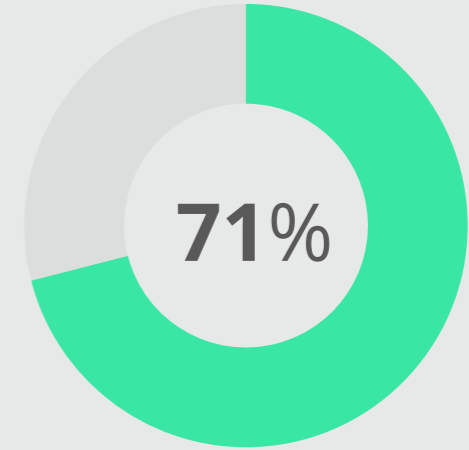
Gesundheitskompetenz

...bezieht sich auf die Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen, kritisch zu beurteilen, auf die eigene Lebenssituation zu beziehen und für die Erhaltung und Förderung der Gesundheit nutzen zu können.



...der erwachsenen Bevölkerung weist eine eingeschränkte GK auf

(Schaefer et al., 2021)



...der bildungsfernen Heranwachsenden (15-25 Jahre) weisen eine eingeschränkte GK auf

(Quenzel et al., 2015)

Die Intervention Nebolus

Primär- und Sekundärziele



N E B O L U S

Primär: Digital gestützte Förderung der navigationalen Gesundheitskompetenz

01

Kennenlernen von
gesundheitsbezog.
Einrichtungen & Angeboten

02

Förderung der
navigationalen Gesundheits-
kompetenz

03

Förderung der
Inanspruchnahme von
gesundheitsbez. Angeboten

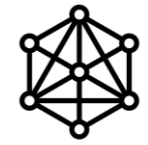
04

Verbesserung der
Gesundheit von
Jugendlichen

Sekundär: Stärkung der Vernetzung von Akteuren (Präventionsketten)

Die Intervention Nebolus

Drei Bestandteile



N E B O L U S

Nebolus App



Location-based Game App zum Durchlaufen der Nebolus Rallye für Jugendliche & junge Erwachsene

Nebolus Planungstool



Browserbasiertes Tool zur Gestaltung themen- und settingübergreifender Rallyes für kommunale Akteure

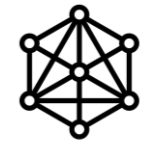
Nebolus Kommunik.



Verschiedene Tools zur Kommunikation, z. B. Website, Social Media Kanäle und einen Youtube-Kanal

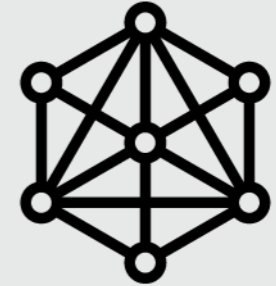
Praxisbeispiele Nebolus

Nebolus-Rallye **Fulda**



N E B O L U S

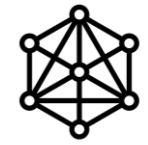
- Am 13. und 14. Oktober 2021 fand in Fulda die erste Nebolus Rallye statt.
- Im Vordergrund stand der Themenbereich psychische Gesundheit.
- Ziel war es, die Jugendlichen mit den in Fulda verfügbaren Fachakteuren und deren Unterstützungsangeboten im Bereich der psychischen Gesundheit vertraut zu machen.
- Ausgangspunkt der Story war das mysteriöse Verschwinden von Emma.
- Gemeinsam mit Emmas bestem Freund Mike begaben sich die Jugendlichen mithilfe der Nebolus-App auf die Suche nach Emma und lösten das Rätsel um ihr Verschwinden.



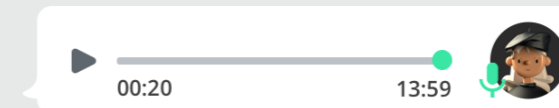
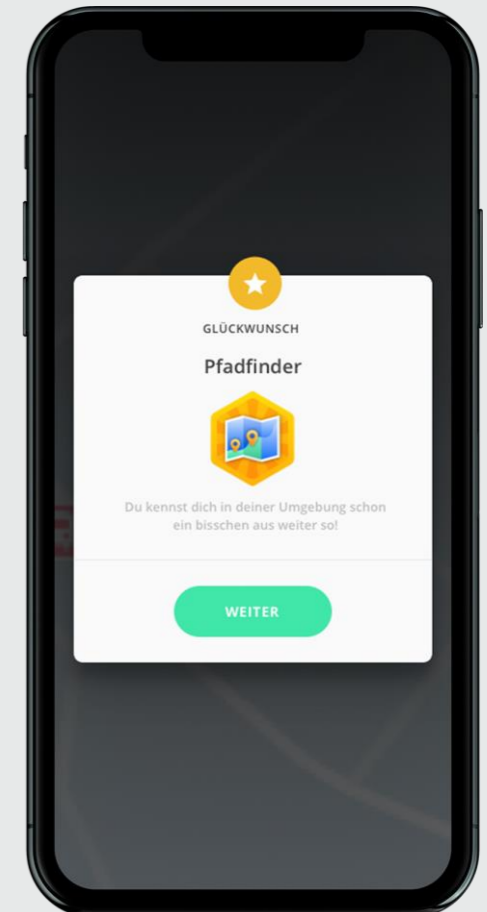
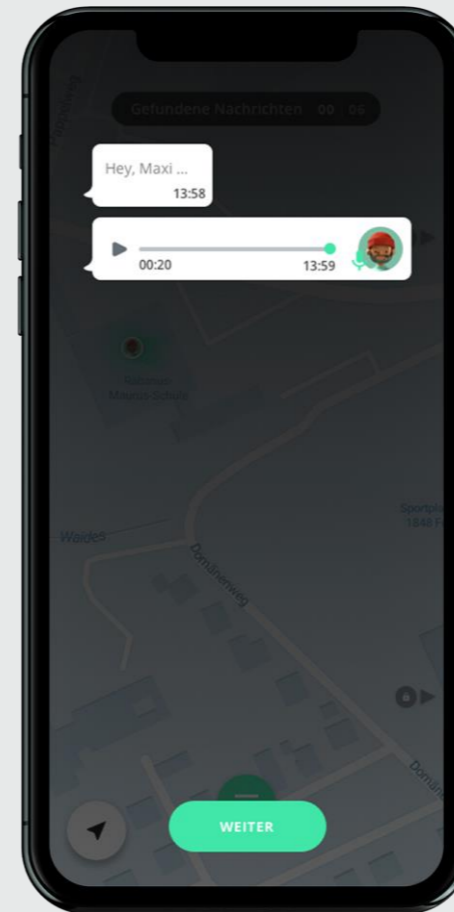
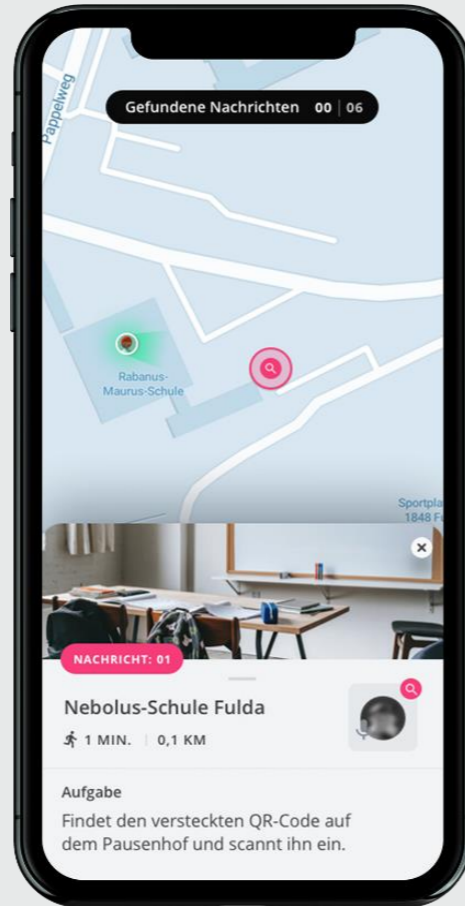
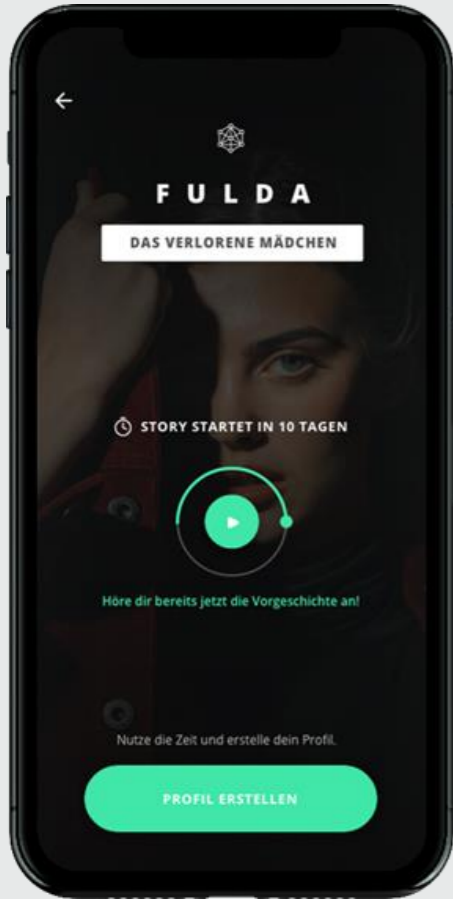
F U L D A

Praxisbeispiele Nebolus

Nebolus-Rallye Fulda

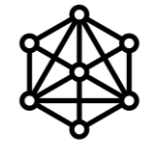


NEBOLUS



Praxisbeispiele Nebolus

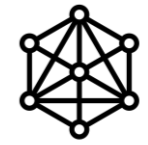
Nebolus-Rallye **Fulda**



N E B O L U S

- Insgesamt 10 Stationen an zwei Tagen
- 7 Akteure des psychosozialen Hilfs- und Unterstützungsangebotes der Stadt Fulda
- Circa 2,5 bis 3 Stunden pro Rallyetag
- Circa 15-20 Minuten Interaktionszeitraum pro Akteur
- 4 versteckte Stationen



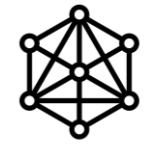


Wie liefen die Vorbereitungen?

- Das Projektteam der Hochschule Fulda hat für die Nebolus-Rallye in Fulda die Rolle des hauptverantwortlichen Akteurs übernommen.
- Recherche und Auswahl passender Einrichtungen/Fachakteure
- Die Fachakteure wurden in Form eines Informationsschreibens sowohl auf direktem Wege über E-Mail als auch über den Amtsleiter des Amtes für Jugend, Familie und Senioren der Stadt Fulda kontaktiert.
- Insgesamt vier Online-Treffen (Verschiebung der Rallye aufgrund der Pandemiesituation war notwendig)
- Die Altersgruppe wurde im Vorfeld auf 12- bis 17-Jährige festgelegt.
- Die Ansprache der Jugendlichen erfolgte über die lokalen Jugendhilfe-Einrichtungen in Fulda sowie über Flyer, Presseartikel und Werbung auf den Social Media Kanälen von Nebolus (Instagram & Twitter).
- Nach erfolgter Anmeldung, erhielten die Jugendlichen eine E-Mail mit den wichtigsten Informationen zum Treffpunkt, Informationen zum Download der App sowie den Rallyecode .

Praxisbeispiele Nebolus

Nebolus-Rallye Fulda



NEBOLUS





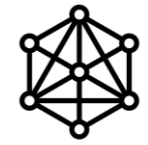
- **Verantwortliche:** Fachstelle für Suchtprävention des Main-Taunus-Kreis (Jugendberatung und Jugendhilfe e.V.), 65719 Hofheim
- **Setting/ Zeitraum:** Schule/ November 2021
- **Gesundheitsthema:** Psychische Gesundheit
- **Zielgruppe:** 60 Schüler*innen der 8. Jahrgangsstufe eines Gymnasiums
- **Ziel:** Mit Hilfe von Nebolus sollten die Schüler*innen eine Orientierung in den Angeboten und Einrichtungen der Gesundheitsförderung und Prävention in Hofheim erhalten. Gleichzeitig waren Netzwerkbildung und -pflege ein wichtiges vorab gesetztes Ziel des hauptverantwortlichen Akteurs.
- **Akteursstruktur:** Insgesamt beteiligten sich fünf Fachstellen mit Schwerpunkten im Bereich der psychosozialen Unterstützung



- Um möglichst größere Gruppen an Jugendlichen zu erreichen, ist es sinnvoll Jugendliche in ihren lebensweltlichen Settings anzusprechen. Hier eignen sich vor allem Schulen, Vereine und Jugendclubs. Eine alleinige Ansprache über digitale Informationskanäle sollte vermieden werden.
- Beteiligte Einrichtungen sollten noch konkreter in die Rahmenhandlungen der Story eingebunden werden, um die Interaktionen vor Ort noch besser in die Handlungen der Rallye einzubetten.
- Ein zeitlicher Ablaufplan ist eine gute Möglichkeit, die teilnehmenden Einrichtungen vorab zu informieren, wann Schüler*innen eintreffen werden. Der Zeitraum sollte nicht zu knapp bemessen werden.
- Es wäre sinnvoll gewesen den Schüler*innen vorher mitzuteilen, dass sie die App bereits im Vorfeld zuhause herunterladen, den Rallyecode eingeben und sich ein Profil anlegen. In der Schule kann das WLAN problematisch sein.
- Man sollte die Gruppen nicht zu groß wählen. Gruppen mit maximal 5 Personen sind sinnvoll.

Eigene Nebolus-Rallye

In 5 Schritten erklärt



NEBOLUS

In 5 Schritten zur eigenen Nebolus Rallye

1

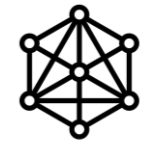
Verantwortlichkeiten und Thema festlegen

- Festlegung eines hauptverantwortlichen Fachakteurs, der die Umsetzung im jeweiligen lokalen Nahraum plant und koordiniert
- Gesundheitsthema auswählen (z. B. psychische Gesundheit, Bewegung, Ernährung, Suchtprävention)
- Grundlegend für die Wahl des Themas ist die spezifische Ausgangslage in ihrem lokalen Nahraum



Eigene Nebolus-Rallye

In 5 Schritten erklärt

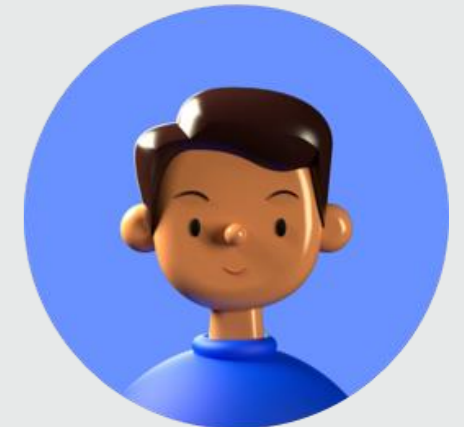
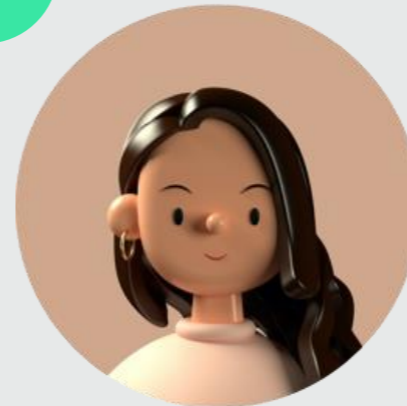


NEBOLUS

Ziele und Zielgruppendefinieren

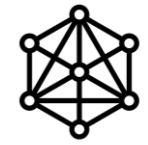
- Zielgruppe definieren und entsprechend ihrer Bedarfe eingrenzen (z. B. Alter, Einzugsgebiet, sozialen Merkmalen), ohne dabei zu exklusiv vorzugehen
- Setting festlegen, über welches Sie die Zielgruppe rekrutieren möchten (Schule, Hochschule, Ausbildungsbetrieb oder über kommunale Träger)
- Ziele definieren, die Sie mit Ihrer Nebolus-Rallye erreichen möchten

2



Eigene Nebolus-Rallye

In 5 Schritten erklärt



NEBOLUS



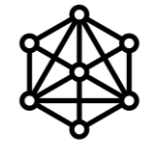
3

Zusammenarbeit mit lokalen Fachakteuren

- Lokalen Akteure mit relevantem Bezug zu Ihrem Gesundheitsthema und der von Ihnen festgelegten Zielgruppe identifizieren und entsprechend kontaktieren.
- Sofern Einrichtungen und Akteure ihre Bereitschaft zur Beteiligung an Ihrer Nebolus-Rallye erklärt haben, wird empfohlen alle Akteure miteinander zu vernetzen und einen gemeinsamen Austausch zu ermöglichen.
- Für die Kommunikation innerhalb Ihres lokalen Nahraums erhalten Sie unterstützende Materialien.

Eigene Nebolus-Rallye

In 5 Schritten erklärt

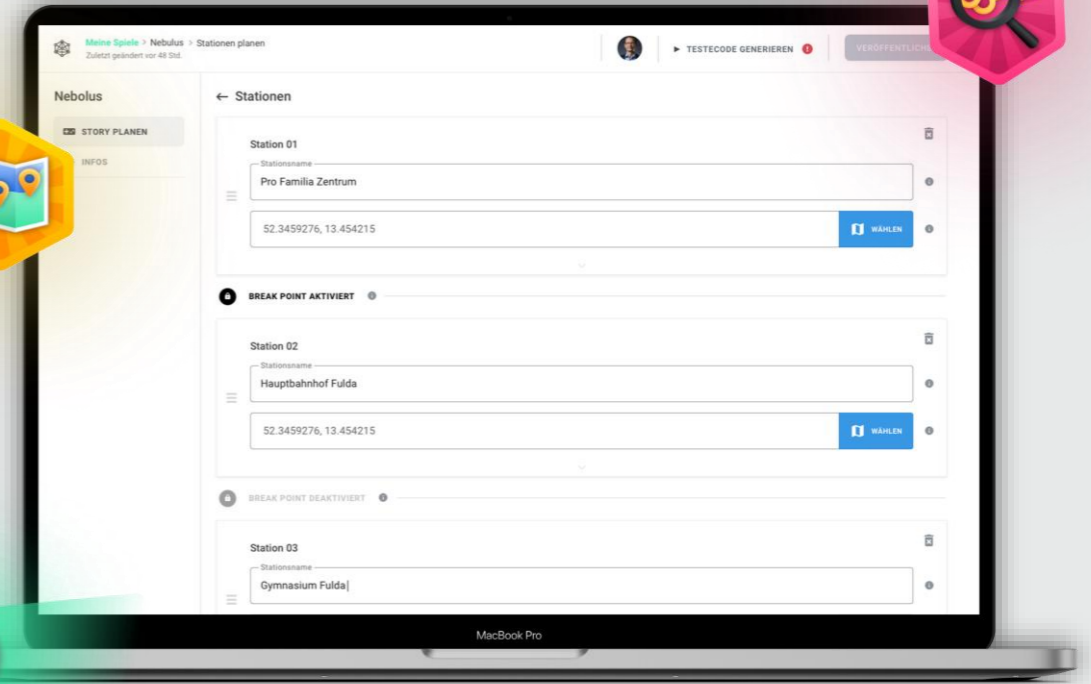


NEBOLUS

Erstellung einer Rallye mit dem Nebolus-Planungstool

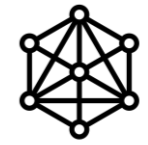
- Zugang zum Nebolus-Planungstool erhalten
- Eigene Nebolus-Rallye im Planungstool gestalten
- Im Planungstool werden die Storyinhalte der App erstellt
- Mit Hilfe der bisher erstellten Storys oder einem Story-Handbuch eigene Story erstellen bzw. Mustervorlagen auf eigene Bedarfe anpassen

4

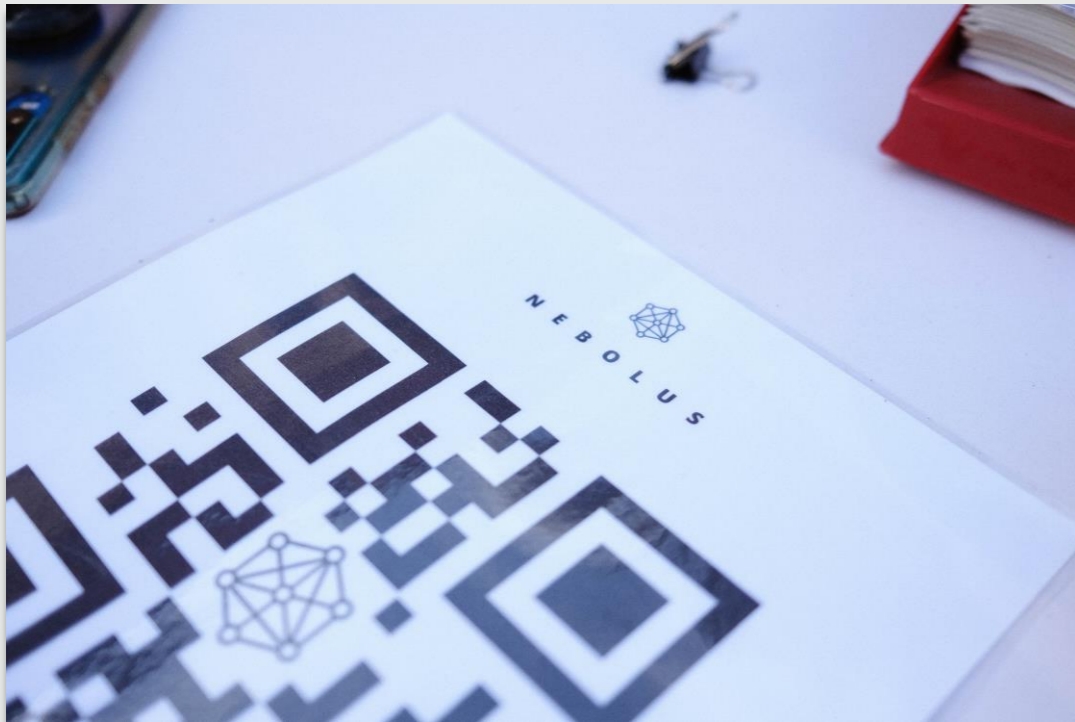


Eigene Nebolus-Rallye

In 5 Schritten erklärt



N E B O L U S

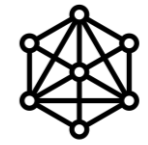


5

Durchführung der Nebolus Rallye und Evaluation

- Zusammen mit allen beteiligten Einrichtungen und Akteuren einen Zeitraum festlegen, in welchem die Rallye stattfindet
- Multiplikatoren einbinden (z.B. Lehrkräfte)
- Nebolus-Rallye mit unserer Unterstützung evaluieren
- Erfahrungen teilen

Vielen Dank



NEBOLUS



Verena Krah

Hochschule Fulda
Public Health Zentrum Fulda

Kontakt:

info@nebolus.net
0661 9640-6408

Web: www.nebolus.net

Twitter: @Nebolus_App

Hochschule Fulda
University of Applied Sciences



BZgA

**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**

