

News und aktuelle Informationen

„Gesund aufwachsen im Landkreis Oberhavel“



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Fachkräfte,

mit unserem Newsletter möchten wir Sie über die Aktivitäten und Veranstaltungen der kommunalen Gesundheitsförderung und Prävention mit dem Schwerpunkt auf dem gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen informieren.

Über Ihre Rückmeldungen, Fragen und Vorschläge freuen wir uns unter Gesundheitsfoerderung@oberhavel.de.

Der Schwerpunkt der kommunalen Gesundheitsförderung für das Jahr 2026 und in den folgenden Jahren liegt auf der Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Grundlage hierfür bildet die [Bedarfsanalyse zur Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder und Jugendliche](#).

Zu unseren wesentlichen Handlungsfeldern zählen:

- die Stärkung emotionaler und motorischer Kompetenzen
- die Förderung sozialer Kompetenzen im Umgang mit sich selbst und anderen
- Anti-Stigma-Arbeit im Bereich psychischer Gesundheitsprobleme
- Gewaltprävention sowie die Prävention von Mobbing
- der Umgang mit Suchtmitteln (einschließlich der Prävention von Medienabhängigkeit)
- Suizidprävention sowie der Umgang mit Einsamkeit.

Das Gesamtvorhaben entwickelt und setzt neue Angebote für die Settings Kita und weiterführende Schule (Sekundarstufe I) um und unterstützt Fachkräfte aus unterschiedlichen Handlungsfeldern durch Angebote zum fachlichen Austausch und zur interdisziplinären Vernetzung.

Ein Projekt wird seit September 2025 im Rahmen des Sportunterrichts in der Klassenstufe 5 an der Pestalozzi-Grundschule Birkenwerder und ab September 2026 in den Klassenstufen 8 und 9 an der Torhorst-Gesamtschule umgesetzt. Beide Projekte werden in Kooperation mit dem Institut für Sportpsychologie an der Humboldt-Universität zu Berlin sowie dem Bereich Bewegungs- und Sportpädagogik an der Fachhochschule für Sport und Management Potsdam durchgeführt. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 5 des Newsletters.

Ein weiteres Projekt richtet sich an den Krippenbereich in Kitas. Durch eine fachliche Begleitung über jeweils ein Krippenjahr werden motorische Kompetenzen gestärkt, um Entwicklungsstörungen vorzubeugen, die sich auch auf die sozial-emotionale Kompetenz von Krippenkindern auswirken können. Ziel ist es darüber hinaus, vorhandene Präventionsprogramme, beispielsweise von Krankenkassen, in den teilnehmenden Kitas für ältere Kita-Kinder zu implementieren.



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Themen und Inhalte



➤ Unterstützungsangebote mit Online-Hilfen für Kinder und Jugendliche

Über die Website des Landkreises Oberhavel können Ratsuchende nun direkt die bke-Onlineberatung und NACOA Deutschland erreichen. Zudem wurden Sticker und Poster mit QR-Codes entwickelt, die den direkten Zugang zu den Hilfsangeboten erleichtern. [>>> MEHR](#)

➤ Kooperation mit dem Kreisjugendring

Der Kreisjugendring, Oberhavel und die kommunale Gesundheitsförderung haben Ende des vergangenen Jahres eine engere Zusammenarbeit vereinbart, um Fachkräfte der Jugend(sozial)arbeit und Schulsozialarbeit im Umgang mit Krisen und psychischen Belastungen junger Menschen zu stärken. Im Rahmen der Kooperation werden 2026 bedarfsorientierte Fortbildungen angeboten. [>>> MEHR](#)

➤ Präventionsprogramme

- „Unsere verrückten Familien“ – ein Präventionsprogramm für Grundschulen
- Eigenständig werden – Lebenskompetenzförderung für die Grundschule
- ECHT DABEI – Gesund groß werden im digitalen Zeitalter
- Präventionsprogramm „frei!“

[>>>MEHR](#)

➤ Pilotstudie zur Emotionsregulation durch Bewegung

Seit September 2025 wird in Kooperation mit der Humboldt-Universität zu Berlin ein spielerisches und bewegungsorientiertes Emotionsregulationstraining in der 5. Klasse durchgeführt. Ziel ist die Untersuchung von Veränderungen in der Emotionsregulation sowie von Bewegungsumfang und -intensität im Vergleich zum herkömmlichen Sportunterricht. [>>>MEHR](#)

➤ Gesunde Ernährung in den Jugendzimmern Zehdenicks

Seit über einem Jahr engagieren sich Astrid Frank und Silvana Dietrich vom Zehdenicker Jugendwerk mit Unterstützung der kommunalen Gesundheitsförderung mit großem Einsatz für das Projekt zur Förderung einer gesunden Ernährung. Im Mittelpunkt stehen die gemeinsame Zubereitung von Mahlzeiten, ein bewusstes Trinkverhalten und der Austausch über den Alltag. [>>>MEHR](#)

➤ Aktuelle Veranstaltungen

Auf Basis der Bedarfsanalyse zur Gesundheitsförderung und Prävention für Kinder und Jugendliche von 2025 bieten wir in diesem Jahr zahlreiche Fortbildungen und Veranstaltungen für Fachkräfte an, unter anderem zu den Themen psychische Gesundheit und Resilienz, Emotionsregulation und Verhaltenskompetenz, Gewaltprävention, Medienabhängigkeit sowie zur Unterstützung von Kindern psychisch und/oder suchtkranker Eltern. [>>> MEHR](#)



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Online-Hilfen und Kooperation mit dem Kreisjugendring



➤ Unterstützungsangebote mit Online-Hilfen für Kinder und Jugendliche

In unserem letzten Newsletter haben wir Sie über die Kooperation mit zwei Online-Hilfsangeboten für Kinder und Jugendliche ([bke-Onlineberatung](#) und [NACOA Deutschland](#)) informiert.

Über die Website des Landkreises Oberhavel können Ratsuchende nun direkt Kontakt zu beiden Online-Plattformen aufnehmen: [Online-Hilfen für Kinder und Jugendliche / Landkreis Oberhavel](#)

Darüber hinaus wurden Sticker und Poster mit QR-Codes gestaltet, über die Hilfesuchende direkt zu den Online-Hilfsangeboten gelangen können.

Gern stellen wir Ihnen Sticker und Poster für Ihre Einrichtung zur Verfügung. Bei Interesse melden Sie sich unter: Gesundheitsfoerderung@oberhavel.de.



➤ Kooperation mit dem Kreisjugendring

Der Kreisjugendring Oberhavel e.V. und die kommunale Gesundheitsförderung haben Ende des vergangenen Jahres eine Kooperation abgeschlossen. Gemeinsam werden folgende Zielstellungen verfolgt:

- Stärkung der **Krisen- und Deeskalationskompetenzen** von Fachkräften der Jugend(sozial)arbeit sowie der Sozialarbeit an Schule
- Förderung eines **sicheren Umgangs mit psychischen Krisen junger Menschen**
- Bereitstellung qualifizierter Fortbildungsangebote für den Landkreis Oberhavel
- Verbesserung der **Vernetzung und der fachlichen Unterstützung** der Jugend(sozial)arbeit und Sozialarbeit an Schule.

In Rahmen der Kooperation mit dem Kreisjugendring finden in diesem Jahr zwei Veranstaltungen speziell für Fachkräfte der Schulsozialarbeit statt. Grundlage für die Entwicklung der Angebote bilden die [Ergebnisse der Bedarfsanalyse](#) aus dem Jahr 2025.

- **02.06. und 03.06.2026:** Workshop: „Gewalt zum Thema machen. Deeskalation und Krisenkommunikation“ – eine Veranstaltung für Fachkräfte der Schulsozialarbeit
- **15.09. bis 16.09.2026:** Soforthilfe bei psychischen Krisen junger Menschen: Mental Health First Aid Ersthelfer – eine Ausbildung für Fachkräfte der Schulsozialarbeit

Weitere Informationen zur Organisation und Anmeldung erfolgen über den [Kreisjugendring Oberhavel](#).



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Präventionsprogramme



➤ „Unsere verrückten Familien“ – ein Präventionsprogramm für Grundschulen

Psychische Krankheiten in Familien verstehen, Verständnis füreinander schaffen und wissen, wo Hilfe zu finden ist – darum geht es im Präventionsprogramm für Grundschulen. Denn psychische Probleme von Erwachsenen sind niemals die Schuld der Kinder! Hier setzt das Präventionsprogramm »Unsere verrückten Familien« an – kindgerecht, spielerisch und ohne Stigmatisierung.

Die Umsetzung erfolgt durch geschulte Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter der PuR gGmbH, des DRK MOHS e.V. sowie Impuls e.V. Wenn Sie Interesse an der Einführung von „Unsere verrückten Familien“ haben, schreiben Sie uns an: Gesundheitsfoerderung@oberhavel.de.

➤ „Eigenständig werden“ – Lebenskompetenzförderung für die Grundschule

„Eigenständig werden“ ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung, das sich an die Klassenstufen 1 bis 6 richtet. Mithilfe von „Eigenständig werden“ erwerben die Schülerinnen und Schüler wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.

Für weitere Informationen und die Umsetzung des Programms wenden Sie sich bitte an die Fachkräfte der Konsumkompetenz unter konsumkompetenz@purggmbh.de.

➤ ECHT DABEI – Gesund groß werden im digitalen Zeitalter – ein Präventionsprogramm für Kindertagesstätten und Grundschulen

Ziele des Programms sind der Schutz der Kinder vor Medienrisiken durch eine Sensibilisierung und Aktivierung des Umfelds sowie die Förderung der Medienmündigkeit der Kinder – also einer Medienerziehung, die zugleich auch Gesundheitsförderung ist.

Wir starten mit der Einführung des Präventionsprogramms „ECHT DABEI“ mit der Tagesveranstaltung „Kinder stark machen zum Schutz vor Medienrisiken in Elternhaus, Kita und Grundschule“ am 22.04.2026 im Stadtklubhaus Hennigsdorf. Wenn Sie das Programm in Ihrer Einrichtung einführen möchten, melden Sie sich bitte unter Gesundheitsfoerderung@oberhavel.de.

➤ Präventionsprogramm „frei!“

Die Herausforderungen zum „richtigen“ Umgang mit Medien sind für Kinder, Jugendliche und Familien so groß, dass wir auf ein weiteres Programm aufmerksam machen möchten, für das sich die Fachkräfte der Fachstelle Konsumkompetenz ausbilden ließen.

„frei!“ – Ein Programm zur Prävention von Internetnutzungsstörungen (INS).

Für weitere Informationen und die Umsetzung des Programms wenden Sie sich bitte an die Fachkräfte der Konsumkompetenz unter konsumkompetenz@purggmbh.de.



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Pilotstudie und Projekt „gesunde Ernährung“



➤ Pilotstudie zur Emotionsregulation durch Bewegung

In Kooperation mit der Humboldt-Universität zu Berlin, dem Institut für Sportpsychologie und Prof. Dr. Christian Andrä wird seit September 2025 ein Emotionsregulationstraining in möglichst spielerischer und bewegungsorientierter Form im Sportunterricht der 5. Klasse durchgeführt.

Eine Hauptzielstellung ist dabei zu überprüfen, ob eine gezielte Intervention über 2 x 7 Wochen zu entsprechenden Veränderungen der Kinder in ihrer Emotionsregulation (sowohl über Selbsteinschätzung als auch über Fremdeinschätzung) führt. Gleichzeitig soll evaluiert werden, ob eine entsprechende Bewegungszeit, der Bewegungsumfang und die Bewegungsintensität (im Vergleich zum herkömmlichen Sportunterricht) beibehalten beziehungsweise sogar verbessert werden können (gemessen über Bewegungssensoren). Es ist geplant, die Studie im September 2026 in den 8. Klassen sowie in ausgewählten 9. Klassen an der Torhorst-Gesamtschule fortzusetzen.

Weitere Informationen finden Sie unter: [„Emotionsregulation durch Bewegung: Studie an der Pestalozzi-Grundschule Birkenwerder“ / Landkreis Oberhavel](#)



➤ Gesunde Ernährung in den Jugendzimmern Zehdenicks

Seit über einem Jahr engagieren sich Astrid Frank und Silvana Dietrich vom Zehdenicker Jugendwerk mit Unterstützung der kommunalen Gesundheitsförderung mit großem Einsatz für das Projekt zur Förderung einer gesunden Ernährung. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 21 Jahren und findet täglich in den Jugendzimmern im Zehdenicker Umland statt.

Im Mittelpunkt steht die gemeinsame Zubereitung gesunder Mahlzeiten und Snacks. Viele Kinder und Jugendliche kommen direkt nach dem Unterricht in die Einrichtung. Auf ihren Wunsch beginnt die zweite Tageshälfte mit einem „Kaffeenachmittag“, bei dem Obst- und Gemüsesnacks sowie belegte Brote vorbereitet werden. Das anschließende gemeinsame Essen und der Austausch über den Schulalltag sind dabei zu einem festen Ritual geworden.

Neben einer ausgewogenen Ernährung wird auch ein bewusstes Trinkverhalten gefördert. Seit der Anschaffung eines SodaStreams trinken die Kinder und Jugendlichen ausschließlich Wasser und Tee. Die angebotenen gesunden Obst- und Gemüsemahlzeiten werden sehr geschätzt und mit Freude angenommen. Zudem zeigt sich eine gestiegene Offenheit gegenüber neuen Obst- und Gemüsesorten, wie beispielsweise Kakis oder Zucchini.

In den Ferien wird das Angebot ausgeweitet, unter anderem durch gemeinsames Outdoor-Kochen im befeuerten Suppentopf. Sowohl das Kochen als auch das gemeinsame Schneiden von Gemüse schaffen einen geschützten Raum für vertrauensvolle Gespräche. Kinder, Jugendliche und deren Eltern begegnen dem Projekt mit großer Offenheit und positiver Resonanz. Die hohe Wertschätzung und der Dank bestätigen den nachhaltigen Erfolg und die Bedeutung des Projekts.

Wir danken Astrid Frank und Silvana Dietrich für ihr Engagement und die vertrauensvolle Zusammenarbeit.



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Aktuelle Informationen | Gesundheitsamt Landkreis Oberhavel

aktuelle Veranstaltungen



April

21.04.2026 09.30 bis 12.30 Uhr	Grundlagenseminar: „Kinder erkennen und stärken Schule“	Fachkräfte in Schule	Online
22.04.2026 09.00 bis 16.00 Uhr	Fortbildung ECHT DABEI: „Kinder stark machen zum Schutz vor Medienrisiken in Elternhaus, Kita und Grundschule“	Fachkräfte in Kita und Grundschule	Stadtklubhaus Hennigsdorf

Mai

27.05. bis 28.05.2026 09.00 bis 15.30 Uhr	Fortbildung "Zurück zu den Wurzeln - Warum das Nachholen der Meilensteine für die kindliche Entwicklung wichtig ist"	Fachkräfte in Kita	Stadtklubhaus Hennigsdorf
---	--	--------------------	---------------------------

Juni

02.06. /03.06.2026	Workshop: „Gewalt zum Thema machen: Deeskalation und Krisenkommunikation“	Schulsozialarbeit, Jugendarbeit	geschlossene Veranstaltung
17.06.2026 15.00 bis 18.00 Uhr	Workshop mit Fallgesprächen mit Dr. med. Andrea Tschirch	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg
23.06.2026 09.00 bis 13.00 Uhr 14.00 bis 18.00 Uhr	Einführungsseminar: „Und dann war Mama Königin“	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg

Alle Informationen zu den Inhalten sowie zur **Anmeldung** finden Sie auf unserer Website unter: www.oberhavel.de/Bürgerservice/Gesundheit/Gesundheitsförderung-und-Prävention/Veranstaltungen/

September

15.09. bis 16.09.2026	Soforthilfe bei psychischen Krisen junger Menschen: Mental Health First Aid Ersthelfer – Ausbildung	Schulsozialarbeit	geschlossene Veranstaltung
21.09.2026 09.00 bis 12.00 Uhr	Grundlagenseminar: „Jugendliche als Angehörige psychisch erkrankter Eltern“	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg
21.09.2026 13.00 bis 17.00 Uhr	Vertiefungsseminar: „Fallwerkstatt - Multiperspektivisches Fallverstehen“	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg
22.09.2026 10.00 bis 15.00 Uhr	FASD-Expertenveranstaltung	Alle Fachkräfte	Stadtklubhaus Hennigsdorf

Oktober

07.10.2026 15.00 bis 18.00 Uhr	Workshop mit Fallgesprächen mit Dr. med. Andrea Tschirch	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg
13.10.2026 09.00 bis 17.00 Uhr	4. Kinder- und Jugend-Gesundheitskonferenz	Alle Fachkräfte	Stadtklubhaus Hennigsdorf

November

10.11.2026 09.30 bis 13.30 Uhr	Vertiefungsseminar: „Für Krisen gut gerüstet sein“	Alle Fachkräfte	Online
24.11.2026 09.00 bis 16.30 Uhr	Vertiefungsseminar: „Gute Gespräche mit psychisch belasteten Eltern führen“	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg

Dezember

02.12.2026 15.00 bis 18.00 Uhr	Workshop mit Fallgesprächen mit Dr. med. Andrea Tschirch	Alle Fachkräfte	Bürgerzentrum Oranienburg
-----------------------------------	--	-----------------	---------------------------

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Gesund aufwachsen
im Landkreis Oberhavel



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

