

Ideen und Materialien

# Gesundheitsförderung und Prävention



1. Ernährung
2. Bewegung
3. Entspannung/Stress
4. Hygiene
5. Zahngesundheit
- 6. Impfung/Screening**
7. Sicherheit

## Prävention: Impfungen und Screenings

### A) Allgemeines

**Potenzielle An- und Herausforderungen:** Präventionsmaßnahmen wie Impfungen und Vorsorgeuntersuchungen sind weltweit nicht in gleichermaßen bekannt und werden oft nicht genutzt. Studien zeigen, dass zugewanderte Menschen oftmals über einen nicht vollständigen Impfschutz verfügen und seltener Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch nehmen. Die Früherkennung ist jedoch wichtig, um Erkrankungen bereits in einem frühen Stadium zu erkennen und zu verbessern. DaZ-Kurse sollten auf gängige Vorsorgemaßnahmen hinweisen.

**Ziele:** Die TN können die in Deutschland empfohlenen Impfungen benennen. Sie können erklären, ab wann und in welchem zeitlichen Abstand Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch genommen werden können.

Themen	Handlungssituationen
- Impfungen	- TN tauschen sich in der Familie über den anstehenden Arztbesuch zum Impfen aus.
- Familiengeschichte (familiäre) Krankheitsgeschichte	- TN berichtet Freund/in über Ablauf und Ergebnis der Vorsorgeuntersuchung.
- Vorsorgeuntersuchung	- TN diskutieren im Freundeskreis ihre Meinung zu Vorsorgeuntersuchungen.
	- TN sprechen mit dem Arzt über notwendige Impfungen.
	- ...

### B) Ideen für die Unterrichtsgestaltung

#### (i) Einstieg

- (Ihre Ideen entsprechend den Ressourcen und Bedarfen der TN.)

#### (ii) Erarbeiten

- **Prävention** (Tabu-Spiel). **Ziele:** TN wenden Begriffe zu Prävention an und benennen Maßnahmen. **Durchführung:** TN spielen gemeinsam Tabu mit selbst vorbereiteten Karten Vorderseite Begriff, Rückseite ausgeschlossene Worte. ([VIM, M: Physische Gesundheit, Aktivität 3.2, S. 6](#))













#### (iii) Vertiefen (z. B. partizipative Projekte)

- Übung: Mitteilen/diskutieren: TN diskutieren eigene Meinungen und Perspektiven auf Vorsorgeuntersuchungen.
- Sinn und Unsinn von Impfen (Text/Diskussion). **Ziele:** TN informieren sich über die Bedeutung von Impfen. **Durchführung:** TN lesen einen Text und erarbeiten die Positionen von Impfbefürwortern und Impfgegnern heraus. ([Quarks 5.März 2020](#))

#### (iv) Sichern

- (Ihre Ideen entsprechend den Ressourcen und Bedarfen der TN.)

### C) Materialien: Bilder, Videos, Fallgeschichten, Texte in einfacher Sprache

	<p><b>„Schutzimpfungen – Mehrsprachiger Impfwegweiser“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.</li> <li>• in verschiedenen Sprachen</li> </ul>
	<p><b>„Internationaler Impfausweis“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: u. a. ethno-medizinisches Zentrum e.V. Hannover</li> </ul>
	<p><b>„Impfempfehlung RKI“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Empfehlungen der ständigen Impfkommission (STIKO) am RKI (RKI 2015)</li> <li>• auf Deutsch, Impfkalender (RKI), S. 3</li> </ul>
	<p><b>„Infos zum Impfen – Kleiner Piks mit großer Wirkung“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung</li> <li>• in verschiedenen Sprachen, 2 S.</li> </ul>
	<p><b>„Aufklärung zur Schutzimpfung gegen Windpocken (Varizellen)“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (Deutsches Grünes Kreuz e. V.' (DGK); Übersetzungen erfolgten im Auftrag des Robert Koch-Instituts (RKI))</li> <li>• in verschiedenen Sprachen</li> </ul>
	<p><b>„Impfausweis - Übersicht über alle empfohlenen Schutzimpfungen“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bundesministerium für Gesundheit</li> <li>• auf Deutsch, S. 79</li> </ul>
	<p><b>„Impfungen: Empfehlungen der WHO“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bundesministerium für Gesundheit</li> <li>• auf Deutsch</li> </ul>
	<p><b>„Übersicht aller empfohlenen Schutzimpfungen“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bundesministerium für Gesundheit</li> <li>• auf Deutsch</li> </ul>
	<p><b>„Warum impfen?“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bundesministerium für Gesundheit</li> <li>• auf Deutsch, unter „Wichtig“ S. 13</li> </ul>
	<p><b>„Impfen ist wichtig für die Gesundheits-Vorsorge“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege</li> <li>• auf Deutsch, Text in einfacher Sprache</li> </ul>
	<p><b>„Wichtige Informationen über Impfungen“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege</li> <li>• auf Deutsch, Text in einfacher Sprache</li> </ul>
	<p><b>„Die Schutzimpfung gegen Masern“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institution/Hrsg.: Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege</li> <li>• auf Deutsch, Text in einfacher Sprache</li> </ul>

## D) Vertiefende Informationen

Weiterführende Informationen zu Prävention bietet das Bundesgesundheitsministerium <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/krankensversicherung-praevention.html#c4874>

Ausführliche Informationen von gesicherter Qualität zu vielfältigen Gesundheitsthemen und Erkrankungen finden Sie auf <https://www.gesundheitsinformation.de/>, ein Portal vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG).

Prävention:

[https://www.gesundheitsinformation.de/themengebiet.2029.de.html?filter\\*cat=9&filter\\*tag=Pr%C3%A4vention](https://www.gesundheitsinformation.de/themengebiet.2029.de.html?filter*cat=9&filter*tag=Pr%C3%A4vention)

Vorsorge

und

Früherkennung:

[https://www.gesundheitsinformation.de/themengebiet.2029.de.html?filter\\*cat=9&filter\\*tag=Vorsorge+und+Fr%C3%BCherkennung](https://www.gesundheitsinformation.de/themengebiet.2029.de.html?filter*cat=9&filter*tag=Vorsorge+und+Fr%C3%BCherkennung)

**Weitere Ideen und Vorschläge?**

Sehr gerne können Sie uns weitere Ideen, empfehlenswerte Materialien und Links zusenden. Wir überarbeiten und erweitern diese Ideensammlung regelmäßig und nehmen Ihre Ideen gerne auf. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihren Anregungen: [Scura-Sprachkurs@ph-freiburg.de](mailto:Scura-Sprachkurs@ph-freiburg.de). Herzlichen Dank und viel Freude mit dieser Ideensammlung.

Bild: kostenfrei unter <https://unsplash.com/>