



Programm  
Ganzheitlichkeit

[www.ghk.ch](http://www.ghk.ch)  
[Info@ghk.ch](mailto:Info@ghk.ch)

## Merkblatt

### Was ist GHK?

Das Programm Ganzheitlichkeit setzt sich mit Gesundheitsförderung in den Jugendverbänden auseinander. GHK bildet Leitende aus und bietet ihnen konkrete Vorschläge, wie sie die Gesundheitsförderung in ihren Verbänden angehen können. Ziel davon ist nicht Wissen über Gesundheit und Sucht zu vermitteln, sondern durch Aktivitäten ein natürliches Gesundheitsbewusstsein bei Kindern und Jugendlichen zu fördern.

Kinder und Jugendliche sollen in ihrer gesunden Entwicklung unterstützt werden. «Gesund» wird dabei ganzheitlich verstanden. Das heisst, dass durch das Programm GHK sowohl das psychische, physische als auch das soziale Wohlbefinden gefördert wird.

Das GHK-Team ist eine Gruppe von (ehemaligen) Leitenden aus der Jubla, Pfadi, JEMK und Cevi, welche Leitende aus den Abteilungen/Scharen zum Thema Gesundheitsförderung und Suchtprävention ausbilden. Jährlich erleben über 1500 Kinder und Jugendliche GHK im Lager.

Das Programm Ganzheitlichkeit ist der Arbeitsgemeinschaft der solothurnischen Jugendverbände (ASJV) angegliedert und wird vom Kanton Solothurn finanziert. GHK ist Teil des gesamtschweizerischen Gesundheitsförderungs- und Suchtpräventionsprogramm «Voilà» und somit ein Projekt der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände (SAJV).

### Wie funktioniert GHK?

Zwei Personen pro Abteilung/Schar besuchen das GHK-Ausbildungswochenende oder den Weiterbildungstag. Dadurch erhalten sie die GHK-Anerkennung, welche alle zwei Jahre aufgefrischt werden muss. Ziel der GHK- Aus- respektive Weiterbildung ist, dass die ausgebildeten Leitenden in der Lage sind einen Team-Workshop mit ihrem Leitungsteam zu planen und durchzuführen.

Dieser Team-Workshop findet idealerweise am Anfang der Lagerplanung statt. Die Planung des Workshops wird vorher dem GHK-Coach zugeschickt und ihr erhaltet ein kurzes Feedback dazu. Im Workshop stellen die GHK-Verantwortlichen dem Leitungsteam kurz die Idee von GHK vor, das Hauptziel ist jedoch die Entwicklung eines Lagerkonzeptes zu einem für die Abteilung / Schar passenden Schwerpunktthema.

Bei der Auswahl eines Schwerpunktthemas und dessen Umsetzung können die von der GHK-Programmgruppe verfassten Guides als Hilfsmittel verwendet werden. Nachdem sich das Leitungsteam für einen GHK-Schwerpunkt entschieden hat, werden die Einheiten, mit welchen das Ziel des Lagerkonzeptes erreicht werden soll, angedacht. Einheiten können Lagerrituale und Blöcke unterschiedlicher Dauer sein. Zusätzlich überlegt das Leitungsteam, wie das gewählte Thema auch im Leitungsteam behandelt wird.

Zum Lagerkonzept und den dazugehörigen Einheiten gibt der GHK-Coach Rückmeldungen, bevor diese im Lager durchgeführt werden.

Nach dem Lager findet die Auswertung des Lagerkonzeptes und der geplanten Einheiten statt.

Die Auszahlung des GHK-Beitrages erfolgt nach Einreichung der Auswertung. Der Beitrag besteht aus einem Grundbeitrag von 200.- und einem Minutenbeitrag pro TN. In einem GHK Lager können zwischen 75 und 1100 GHK-Minuten durchgeführt werden.

**Jahresablauf**

