

Einleitung

Gesundheit gilt als das höchste Gut, stellt **den** zentralen Faktor für Lebensqualität, subjektives Wohlbefinden und gesellschaftliche Teilhabe dar. Im Kontext der Inklusion rückt auch die Gesundheit bei Menschen mit Behinderungen in den Fokus, auch das Recht „auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit ohne Diskriminierung aufgrund von Behinderung“ (Art. 25 UN-BRK). Allerdings weisen schon die Teilhabeberichte der Bundesregierung über die Lebenslagen von Menschen mit Beeinträchtigungen (2013, 2016) darauf hin, dass dieses Ziel noch lange nicht realisiert wurde und es zahlreiche Verbesserungsmaßnahmen für den Personenkreis gibt (vgl. BMAS 2013, 214). Menschen mit geistiger Behinderung sind eine gesundheitlich besonders vulnerable Gruppe, bei der die Teilhabe an Gesundheit aufgrund vielfältiger Barrieren von Exklusionsrisiken bedroht ist. Eine wesentliche Barriere kann durch mangelndes Wissen und Informationen aufgrund einer defizitären Gesundheitsbildung entstehen.

Das vorliegende Buch fokussiert Gesundheitsbildung für Menschen mit geistiger Behinderung und bietet – neben theoretischen Aspekten – vor allem praktische Bausteine für schulische und außerschulische Förderung zentraler gesundheitsrelevanter Themen.

Die Herausgeberinnen **Reinhilde Stöppler** und **Karoline Klamp-Gretschel** zeigen in der theoretischen Einführung Aspekte der Begründung und Bedeutung der Gesundheitsbildung für Menschen mit geistiger Behinderung auf.

Im Praxisteil sollen vielfältige Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie Bildung als Ressource bei Menschen mit geistiger Behinderung genutzt werden kann, um gesund zu bleiben und zu werden. Dabei werden zentrale gesundheitsrelevante Inhalte und Themen berücksichtigt.

Gabriele Kremer geht in ihrem Beitrag der gesundheitsrelevanten Frage nach, wie Ernährung und Ernährungsbildung als Unterrichtsthema zur gesunden Ernährung führen kann. Des Weiteren widmet sie sich dem bisher im Förderschwerpunkt geistige Entwicklung wenig untersuchten Thema der Konsumbildung.

Sport und Bewegung hält gesund und so zeigen **Cornelia Remark** und **Vera Tillmann** Bewegungsübungen auf, die mit geringen zeitlichen und finanziellen Mitteln in den Alltag integriert werden können, um so fit durch den Tag zu kommen.

Der Beitrag von **Lars Gellner** zeigt mit vielen kreativen Ideen auf, wie Menschen mit geistiger Behinderung ihre Kompetenzen erweitern können, um anderen Menschen in Notsituationen durch Erste-Hilfe-Maßnahmen zu helfen.

Mobilitätsbarrieren weisen Folgen für die Teilhabe am Gesundheitssystem auf; **Heiko Schuck** stellt einfache Übungen zur Mobilitäts- und Bewegungsförderung vor, die in einer ‚aktiven Pause‘ leicht und zur Prophylaxe von häufig vorkommenden SRS-Unfällen (Stolpern-Rutschen-Stürzen) durchgeführt werden können.

Karoline Klamp-Gretschel lenkt mit ihrem Beitrag den Blick darauf, dass viele Menschen mit geistiger Behinderung oftmals Formen sexualisierter Gewalt ausgesetzt sind und stellt mit dem Projekt „Inklusiv gegen Gewalt“ inhaltliche Vorschläge zum Umgang mit dieser Thematik in der Praxis vor.

Mit ihren Ausführungen zur sexuellen Gesundheit gibt **Karoline Klamp-Gretschel** einen theoretischen und praktischen Überblick über ein Querschnittsthema, das verschiedene Teilbereiche der Sexualität, wie z. B. Körperwahrnehmung, Hygiene, Verhütung betrifft.

Davon ausgehend, dass auch Menschen mit geistiger Behinderung eine Disposition für Suchterkrankungen haben, zeigt **Deborah-Madeleine Behle** in ihrem Beitrag auf, wie eine entsprechende Präventionsarbeit durchgeführt werden kann.

Melanie Knap schärft in ihrem Beitrag den Blick für Barrieren sowie Maßnahmen in der Zahngesundheitsförderung für den Personenkreis und betont vor allem Möglichkeiten, das erhöhte Kariesrisiko zu senken sowie für eine eigenverantwortliche Vorsorge zu sensibilisieren.

Im methodischen Teil stellt zunächst **Michael Kressin** das enorme Potential des pädagogischen Puppenspiels in der Gesundheitsbildung vor und zeigt anschaulich praktische Umsetzungsmöglichkeiten, z. B. zur Prävention von sexueller Gewalt, Mobilitätsförderung und Brandschutz.

Ein aktuelles Projekt der Gesundheitsbildung für Mädchen und Frauen mit geistiger Behinderung, „Take Care“, das vielfältige Inhalte impliziert, wird im folgenden Beitrag von **Karoline Klamp-Gretschel** vorgestellt.

Susanne Wachsmuth zeigt auf, wie mit verschiedenen Formen der Unterstützten Kommunikation Gesundheitsbildung für Menschen mit geistiger Behinderung, die nicht lautsprachlich kommunizieren können, gelingen kann.

Gemäß dem Motto ‚Bildung ist die beste Medizin‘ wünschen wir allen LeserInnen Gesundheit und viele Anregungen für die eigene Praxis.

Reinhilde Stöppler & Karoline Klamp-Gretschel