



Netzwerk zur Implementierung des Programms „astra plus Gesundheitskompetenz – Rauchfrei in der Pflege“ in Schulen für Pflegeberufe und Praxiseinrichtungen

Ziel des Programms „astra plus Gesundheitskompetenz – Rauchfrei in der Pflege“ ist, eine professionelle Gesundheitskompetenz in den Pflegeberufen aufzubauen. Diese umfasst nicht nur die Bereitschaft und Fähigkeit die eigene Gesundheit zu erhalten und zu fördern, sondern auch das eigene gesundheitliche Wissen auf individueller und organisatorischer Ebene im beruflichen Handeln umzusetzen. Rauchen spielt dabei als größtes vermeidbares Gesundheitsrisiko eine zentrale Rolle.

Pflegende haben hier als Multiplikatoren eine wichtige Aufgabe, um den Tabakkonsum in der Bevölkerung insgesamt zu senken. Sie stellen jedoch aufgrund der hohen Rauchprävalenz selbst eine Zielgruppe für Prävention und Tabakentwöhnung dar. Das Programm astra plus ist mit allen Modulen in curriculare Strukturen integrierbar. Zur dauerhaften Implementierung werden astra plus-Trainer:innen aus Schule und Praxis qualifiziert. Sie führen astra plus dann in der eigenen Einrichtung durch und erhalten begleitende Beratung durch das DNRfK Büro sowie schon erfahrene Kolleg:innen aus astra plus-Schulen. Die Implementierung des Programms astra plus wird von der DAK-Gesundheit unterstützt. Seit September 2023 fördert die DAK-Gesundheit den Aufbau eines Netzwerks der astra plus-Schulen. Die Vernetzung und der Erfahrungsaustausch bieten eine gute Basis für die weitere Entwicklung des Programms „astra plus Gesundheitskompetenz“.



Das Programm astra plus: Gesundheitskompetenz – Rauchfrei in der Pflege ... weil Gesundheit in der Ausbildung beginnt

Das Programm astra plus bietet:

- Kompetente Mitarbeiter:innen: Integration von Unterricht und Praxisprojekten zu gesundem Lebensstil in die Pflegeausbildung. Rauchen spielt dabei als größtes vermeidbares Gesundheitsrisiko eine zentrale Rolle. Qualifizierte Fachpersonen kennen die Gesundheitsrisiken, die mit dem Rauchen verbunden sind. Sie sind darüber hinaus in der Lage, rauchende Patient:innen/ Bewohner:innen anzusprechen und eine Beratung einzuleiten.
- Gemeinsam entspannte Pausen: Gesunde entspannte (Kurz-)Pausen sind wichtig im Schul- und Praxisalltag. Mit astra plus werden gemeinsam Konzepte erarbeitet und Ideen zur Umsetzung eines „gesunden Arbeitsplatzes“ generiert.
- Bessere Atmosphäre im Team: Zu Pausengerechtigkeit, Gesundheitsschutz vor Passivrauchen und Vorbildfunktion bietet das astra plus-Tool Hinweise und Anregungen. Soziale Unterstützung unter Pflegeauszubildenden, und zwischen Vorgesetzten und Auszubildende, wird gestärkt.
- Berufliches Selbstverständnis festigen: Die Gesundheit nicht nur der Patient:innen/Bewohner:innen, sondern vor allem die eigene Gesundheit zu erhalten und zu fördern, ist Aufgabe der Pflege. Der Ausbildungsrahmen hat hier eine besondere Verantwortung dies zu ermöglichen. Als Berufsgruppe, die in allen Lebensbereichen tätig ist, haben Pflegefachpersonen zudem viele Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung und zur „Denormalisierung des Tabak- und Nikotinkonsums“, einem vorrangigen Gesundheitsziel in Deutschland, beizutragen.
- Curriculare Verankerung: Unterricht in Gesundheitsförderung und Verhaltensänderung sowie die Kursangebote zur Stressprävention und Rauchstopp-Kurs sind mit astra plus komplett ins Curriculum von Schulen für Pflegeberufe integrierbar. Zu allen Modulen sind im Manual und Lehrmaterialien erarbeitet worden, die den astra plus-Trainer:innen zur Verfügung gestellt und bei Bedarf aktualisiert werden.

Das Deutsche Netz Rauchfreier Krankenhäuser & Gesundheitseinrichtungen wurde von der WHO mit dem World No Tobacco Day Award 2021 ausgezeichnet und wird als bundesweit wertvolle Plattform für die Entwicklung weiterer Tabakkontrollprogramme im Gesundheitswesen gesehen. Das Netzwerk leistet einen bedeutsamen Beitrag, indem wir den Zugang zu Rauchstoppangeboten verbessern, Fachpersonen qualifizieren und damit regional und überregional Maßnahmen zur Tabakkontrolle unterstützen. Mit "astra plus" in der Ausbildung stärken Pflegeschulen die Rolle der Pflegeberufe in der Tabakkontrolle.



Vorteile der Implementierung:

- Sie holen sich die Kompetenz an die Schule und erhalten Unterstützung auch nach der astra plus-Trainer:innen-Fortbildung - und in allen Phasen der Umsetzung des Programms.
- astra plus-Trainer:innen unterstützen die Umsetzung in Schule und Praxis. Die astra plus-Trainer:innen werden möglichst frühzeitig geschult und führen das Programm langfristig im Rahmen des Schulcurriculums durch.
- Das Kollegium arbeitet gemeinsam mit anderen engagierten Schulen und Praxiseinrichtungen deutschlandweit mit an der Implementierung und Weiterentwicklung des Programms astra plus.

Vorteile im Netzwerk:

- Die Vernetzung ermöglicht Kontakte zur kollegialen Beratung und spezifischen Lösungsentwicklungen.
- Über die Netzwerkpartner werden externe Impulse aufgenommen und Feedback zur Weiterentwicklung erhalten. Dieser Austausch kann die Umsetzung beschleunigen und helfen, den Aufwand für einzelne Organisationen zu reduzieren.
- Nicht zuletzt machen Netzwerke Ergebnisse sichtbar und wirken so in der Gewinnung und Motivation weiterer Schulen zur Beteiligung.
- Das Netzwerk unterstützt die Vorbereitung, Implementierung und Weiterentwicklung des Programms und wird von der DAK-Gesundheit gefördert.

Beschreibung des Programms und der Module

Das Programm umfasst sieben Module, die sich an die Verantwortlichen für die Ausbildung richten und dann als Teil des Curriculums durchgeführt werden.



Vorbereitung zur Implementierung

Mit der Mitgliedschaft im Netzwerk startet die Vorbereitung zur Implementierung: Das Einholen von Informationen über das Programm astra plus und der Bearbeitung der Implementierungs-Checkliste. Im Schulteam und mit Verantwortlichen der praktischen Ausbildung wird die Bereitschaft zur Implementierung des Programms astra plus geklärt. Bei positivem Beschluss der Schulleitung und des Kollegiums wird eine Vereinbarung zur Implementierung getroffen. Die Förderung umfasst alle Maßnahmen, von der Planung, Fortbildung von astra plus-Trainer:innen aus Schule und Praxis über Team-Teaching und Begleitung im weiteren Verlauf.

Art: Informationen in Webinaren und Workshops, Austausch im Netzwerk

Ziel: Klärung der Implementierungsvoraussetzungen für das Programm astra plus.

Zielgruppe: Ausbildungsverantwortliche und Schulteam

Inhalte: Informationen über astra plus (Internetseite www.astra-plus.de, schriftliche Informationen, Beratung vor Ort, Online-Präsentation, telefonische Beratung), Workshop im Team und Implementierungscheckliste bearbeiten.

Modul 1 Steuerungs- und Implementierungsteam

Beauftragung eines Implementierungsteams mit der Implementierung des Programms astra plus zur Integration in das Schulcurriculum.

Umfang: Planungstreffen (ca. 90 Minuten bzw. nach Bedarf).

Ziel: Nachhaltige Implementierung von astra plus und Integration in das Schulcurriculum. Für die Umsetzung in der praktischen Ausbildung können in die Vorbereitung „astra plus-Stationen“ oder Abteilungen angeworben und eingeladen werden.

Zielgruppe: Schul- und Kursleitungen, Praxisanleiter:innen, Stations- bzw. Pflegedienstleitung. Einladung an die Jugend- und Auszubildendenvertretung, um deren Unterstützung von Beginn an zu sichern.

Inhalte: Unterstützung Planung, Organisation, Durchführung und Evaluation von astra plus; Teilnahme am Implementierungs-Workshop; Theorie-Praxis-Vernetzung.

Eingangsbefragung t0

Schriftliche Befragung der Schulleitung / des Lehrkollegiums und den astra plus Auszubildenden vor Beginn der Durchführung im jeweiligen Kurs. Eine Evaluation der Implementierung wird mit jedem astra plus-Kurs durchgeführt und ist Voraussetzung für die Förderung. Die Evaluation wird von Prof. Dr. Anneke Bühler, Hochschule Kempten, durchgeführt.

Modul 2 Workshop Implementierung „10 – 5 – 3 ... rauchfrei“

Umfang: ca. 180 Minuten. Daran schließen sich weitere Arbeitstreffen der Leitungen mit dem Implementierungsteam oder Teilgruppen zur Implementierung nach eigener Planung an.

Ziel: Identifizierung von Handlungsbedarfen und Planung von Umsetzungsmaßnahmen anhand der 10 Kriterien des astra plus-Tools.

Zielgruppe: Implementierungsteam, Auszubildendenvertretung, Vertreter:innen der Klinik- bzw. Heimleitung, betriebliches Gesundheitsmanagement, Kursleitungen, ggf. weitere zur Selbsteinschätzung und Planung hilfreichen Teilnehmer:innen.

Inhalte: IST-Analyse mithilfe des astra plus-Tools, Erarbeitung von gemeinsamen Handlungszielen und Maßnahmen.

Modul 3 Informationsveranstaltung

Die erste Informationsveranstaltung kann sich an die gesamte Schule und interessierte Mitarbeiter:innen der Lernorte richten (astra plus-Auszubildende, weitere Ausbildungskurse, astra plus-Verantwortliche, wie Leitungen mit dem Implementierungsteam, und Interessierte aus Schule und Praxis).

Wenn das Programm in neuen Kursen wiederholt wird, kann der Teilnehmerkreis zusätzlich zum neuen astra plus-Kurs der Situation angepasst werden. Die Veranstaltung kann weiterhin für Interessierte offen sein.

Umfang: 90 Minuten

Ziel: Vorstellung des Programms astra plus und welche Ziele in der Ausbildung damit erreicht werden sollen. Informationen zur Gewinnung von breiter Unterstützung für das astra plus-Programm.

Zielgruppe: astra plus-Kurs und interessierte Mitarbeiter:innen und Führungspersonen aus Schule und Praxis, astra plus-Implementierungsteam.

Inhalte: Information/Diskussion zur Berufsidentität, Rolle von Pflegeberufen und Gesundheitseinrichtungen in der Gesundheitsförderung und bei der Förderung des Nichtrauchens, Strategien der Tabakindustrie, Vorstellung des Programms astra plus.

Modul 4 Gesunder Lebensstil

Umfang: Der Umfang des Moduls ist an die Vorgaben des Bundesrahmenlehrplans angepasst. Es wird empfohlen, mindestens 4x 180 Minuten für eine gründliche Auseinandersetzung einzuplanen.

Ziel: Grundlagen gesunder Lebensstil, Bewusstwerden des eigenen Lebensstils und Motivation zu positiven und gesunden Veränderungen.

Zielgruppe: Auszubildende des astra plus-Kurses

Inhalte: Einflüsse auf die Gesundheit durch Bewegung, Ernährung, Nikotinkonsum. Erlernen von Rahmenbedingungen und praktische Übungen zu Lebensstiländerung.

Modul 5 Aktive Stressprävention

Umfang: Der Umfang des Moduls ist an die Vorgaben des Bundesrahmenlehrplans angepasst. Es wird empfohlen, mindestens 4x 180 Minuten für eine gründliche Auseinandersetzung einzuplanen.

Ziel: Positive Beeinflussung der eigenen Stressbewältigungsfertigkeiten.

Zielgruppe: Auszubildende des astra plus-Kurses

Inhalte: Handlungswissen und -kompetenzen zur Stressprävention und zum Stressabbau: (1) Was ist Stress und kennenlernen der eigenen Ressourcen, (2) Die Bewertung macht den Stress, (3) Problemzuwendung/-lösung, (4) Körpersprache/Kommunikation.

Modul 6a Aktiv-Projekt (parallel zu 6b)

Umfang: 3 x 180 Minuten

Ziel: Entwicklung und praktische Umsetzung von Projektideen im astra plus-Kurs mit dem astra plus-Tool.

Zielgruppe: Auszubildende des astra plus-Kurses mit Input aus dem astra plus-Implementierungsworkshop.

Inhalte: Kennenlernen von Projektarbeit. Erarbeiten und Umsetzung von Praxisprojekten zur Gesundheitsförderung aus der Sicht der Auszubildenden anhand der zehn Kriterien des astra plus-Tools. Vorstellung der Workshop-Ergebnisse durch das Implementierungsteam mit anschließender Maßnahmenplanung und -umsetzung durch die Auszubildende; Start der Implementierung der Aktiv-Projekte, z. B. gesunde Pausengestaltung. Abschluss als „Markt der Möglichkeiten“.

Modul 6b Rauchstopp-Kurs (parallel zu 6a)

Umfang: 3 x 180 Minuten (durch zertifizierte/n Rauchstopp-Trainer:innen, Vermittlung durch DNRfK Büro).

Ziel: Förderung ambivalenter Einstellungen und Aufhörtmotivationen, Vermittlung von Handlungswissen und -kompetenzen zum Rauchstopp oder zur Tabakkonsumreduktion.

Zielgruppe: Auszubildende des astra plus-Kurses, die rauchfrei werden wollen oder die sich für Unterstützungsmöglichkeiten zum Rauchstopp interessieren, unabhängig vom Rauchstatus.

Inhalte: Rauchstopp-Gruppenkurs, Online-Programme, Motivation und Kompetenzen zur Rauchfreiheit, Ambivalenz des Rauchens, Entzugssymptome, Alternativen zum Rauchen, Identität als rauchfreie Person;

„Markt der Möglichkeiten“ am Ende der Module 6a und 6b

Umfang: mind. 90 Min, je nach Planung. Beispiele dazu sind im Manual hinterlegt.

Folge-Workshop

Umfang: ca. 120 Minuten

Workshops des Implementierungsteams finden regelmäßig statt, bis das Programm regulär in die Ausbildung integriert ist. Auch anschließend sollte die Implementierung regelmäßig überprüft werden und mindestens einmal jährlich eine Selbsteinschätzung nach dem astra plus-Tool stattfinden.

Ziel: Überprüfung der Zielerreichung und von weiterhin bestehenden Handlungsbedarfen. Planung von weiteren Umsetzungsmaßnahmen anhand der 10 Kriterien des astra plus-Tools.

Zielgruppe: Leitungen und Implementierungsteam, Auszubildendenvertretung, Vertreter:innen der Klinik- bzw. Heimleitung, betriebliches Gesundheitsmanagement, Kursleitungen, ggf. weitere zur Selbsteinschätzung und Planung hilfreichen Teilnehmer:innen.

Inhalte: Erneute IST-Analyse mithilfe des astra plus-Tools und Vergleich der Vorher-Nachher-Beurteilung, Überprüfen der bisherigen Ziele und Erarbeitung weiterer Handlungsziele und Maßnahmen.

Befragung t1

Schriftliche Befragung der Schulleitung/des Lehrkollegiums nach dem Folge-Workshop und des astra plus-Kurses nach den Modulen 6a und 6b.

Modul 7 KRIPS – Kurzintervention in der Rauchfreiberatung durch Pflegeauszubildende

Umfang: Schulblock A: 4 x 90 Minuten

Im Praxisblock Durchführung von etwa drei bis fünf Kurzinterventionen

Schulblock B: 2 x 90 Minuten

Ziel: Durchführung von Kurzinterventionen bei rauchenden Patient:innen oder Bewohner:innen (ggfs. Angehörige im Familiensetting).

Zielgruppe: astra plus-Auszubildende des 2. Ausbildungsjahrgangs, Praxisanleiter:innen

Inhalte: Schulblock A: Einführung in die Kurzintervention mit Informationssammlung, Diagnostik und Behandlung der Tabakabhängigkeit, motivierende Ansprache sowie Übung zur Lernaufgabe für den praktischen Einsatz.

Praktischer Einsatz: selbstständige Durchführung der Kurzintervention zur Beratung bei rauchenden Patient:innen/Bewohner:innen, Erhebung von Informationen zum Rauchstatus und zur Veränderungsmotivation, Dokumentation und Initiierung weiterer pflegfachlich relevanter Interventionen (z. B. Beratung und Vermittlung in ein Rauchstoppangebot), Information des Ergebnisses an zuständige Pflegefachpersonen oder behandelnde Ärzt:innen.

Schulblock B: Reflexion der stattgefundenen Kurzinterventionen, Einführung Kollegiale Beratung.

Befragung t2

Schriftliche Befragung der Schulleitung/des Lehrkollegiums und des astra plus-Kurses am Ende des Schulblocks A im Modul 7.

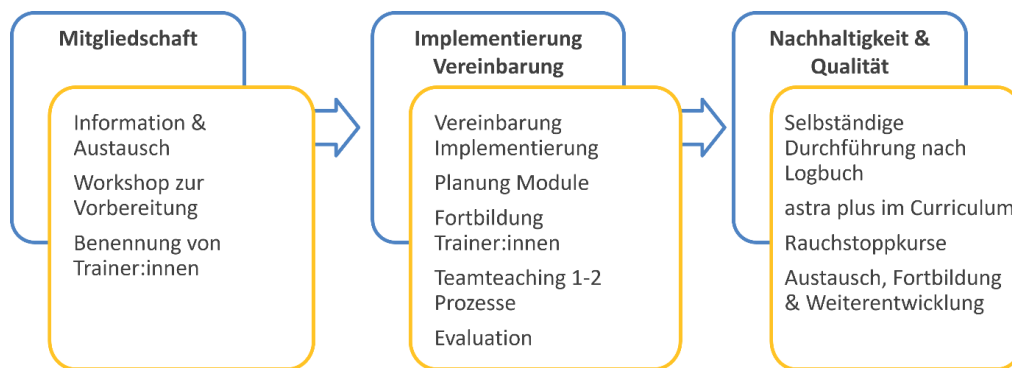
Die Evaluation des Programms wird mit jedem folgenden astra plus-Kurs durchgeführt und ist Voraussetzung für die Förderung. Durch die Befragungen sollen die Veränderungen in Bezug auf das Gesundheitsverhalten beurteilt und die Wirksamkeit des Programms laufend evaluiert werden können.

Implementierungsprozess im Netzwerk

Als **Mitglied** nimmt die Schule am Austausch und Workshops teil und bereitet die Implementierung vor.

Mit der **Vereinbarung zur Implementierung** startet die konkrete Planung zur Integration der Module in das Schulcurriculum. Die Fortbildung von astra plus-Trainer:innen und Durchführung der Module im Team-Teaching vermittelt und sichert die praktische Umsetzung.

Die **Nachhaltigkeit und Qualität** wird über den Austausch im Netzwerk und die Weiterentwicklung mit Evaluationsergebnissen und Beratungen im Wissenschafts- und Praxisbeirat unterstützt.



Phase 1: Mitgliedschaft und Vorbereitung

- Vorbereitungsphase: Information im Kollegium und Voraussetzungen für die Implementierung klären
 - Information im Erstkontakt meist telefonisch, Zusendung von Informationsmaterial, Webinar zur Information des Teams und Klärung erste Fragen, Vor-Ort Präsentation mit ausführlicher Klärung der Implementierungsvoraussetzungen
- Entscheidung zur Implementierung des Programms und Beauftragung eines Implementierungsteams durch die Leitung(en).
- Benennung von astra plus-Trainer:innen (Lehrpersonen und ggfs. Praxisanleitungen).
- Planung der Implementierung und vorbereiten der Vereinbarung zur Implementierung
 - Anzahl der Kurse und zeitliche Planung der Module

Phase 2: Vereinbarung, Training und Durchführung vor Ort

- Nach der Vereinbarung zur Implementierung nehmen wenigstens zwei Pädagog:innen an einer Fortbildung für astra plus-Trainer:innen teil. Anschließend startet die Durchführung des Programms astra plus durch Mitarbeiter:innen des DNRfK Büros im Team-Teaching mit astra plus-TrainerInnen wie folgt:

- Vorbereitung und gemeinsame Vorbereitung aller Module in der ersten Durchführung. Abstimmung des Ablaufs und Übernahme von Unterricht durch die Trainer:innen. Nachbesprechung anhand des Logbuchs und Dokumentation.
 - Ideal: Planung der Module in Parallelkursen, so dass eine Begleitung bei der selbständigen Übernahme des Moduls und Nachbesprechung durch Mitarbeiter:innen des DNRfK Büros erfolgen kann.
- Integration der Module im Curriculum.

Phase 3: Nachhaltigkeit & Qualität

- Selbstständige Durchführung des Programms durch die astra plus-Trainer:innen.
- Begleitung der Implementierung über Online-Beratungen bei der Planung, Durchführung und Anpassung der Module
- Kollegialer Austausch und Beratung mit astra plus-Trainer:innen und Unterstützung im Netzwerk.
- Teilnahme an Fortbildungen und Informationen zu Weiterentwicklungen im Programm astra plus.

Die Qualifizierung der astra plus-Trainer:innen wird mit einem vollständig durchgeführten und dokumentierten astra plus-Prozess abgeschlossen. Das Logbuch dient hierzu als Nachweis

Aktive Mitgliedschaft im Netzwerk

- Schulung weiterer astra plus-TrainerInnen (kostenfrei)
- Sicherung der Umsetzung im Team-Teaching der neu geschulten Trainer:innen mit erfahrener astra plus-Trainer:in (Feed-back und Erfahrungsaustausch) und gegenseitige Hospitationen
- Prozessdokumentation und Evaluation in regelmäßigen Abständen im Rahmen der laufenden Finanzierung der Rauchstopp-Kurse.

Erwerb des astra plus-Trainer:innen Zertifikats

Voraussetzungen

- Die Qualifizierung der astra plus-Trainer:innen wird mit einem vollständig durchgeführten und dokumentierten astra plus-Prozess abgeschlossen. Das Logbuch dient hierzu als Nachweis
- Die Integration des Programms ins Curriculum an der Pflegeschule ist abgeschlossen
- Vorstellung des Durchführungsprozesse in der Online-Beratung

Sie interessieren sich für das Netzwerk und die Implementierung des Programms?
Dann sind das die nächsten Schritte:

1. Kontakt aufnehmen

Ihre Ansprechpartnerin DNRfK-Büro ist:

Christa Rustler

Tel.: +49 30 498556-91, E-Mail: rustler@rauchfrei-plus.de

2. astra plus kennenlernen

Wir stellen Ihnen und Ihrem Team das Programm astra plus persönlich in einem Online-Meeting oder Telefonat vor und beantworten Ihre Fragen.

3. Mitglied im Netzwerk werden und Entscheidung im Team treffen

Um die Entscheidung zur Implementierung vorzubereiten kommen wir gerne für einen Workshop vor Ort. Wir stehen für Fragen und Hinweise zur Vorbereitung gerne zur Verfügung.

4. Vorbereitung und Vereinbarung der Implementierung

Wir planen gemeinsam mit der Vereinbarung die Implementierung und planen das weitere Vorgehen mit Ihnen.

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt!