



Implementierung des Programms astra plus an Schulen für Pflegeberufe und Praxiseinrichtungen

Es stimmt: Eine/einer von zwei PflegeschülerInnen raucht und sogar zwei von drei AltenpflegeschülerInnen.

Fakt ist: Nikotin macht schnell stark abhängig, rauchen schädigt alle Organsysteme und kostet Lebenszeit.

Leider stimmt auch: Drei von vier PflegeschülerInnen erleben, dass Rauchen in der Pflege akzeptiert ist und scheinbar Vorteile bringt.

Aber es stimmt auch: Eine/einer von zwei rauchenden PflegeschülerInnen will mit dem Rauchen aufhören oder weniger rauchen.

- Die gute Nachricht: Es gibt machbare und wirksame Ansätze, um PflegeschülerInnen in der Ausbildung zur Rauchfreiheit zu motivieren und eine „gesunde Pflege“ zu fördern.

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-TrainerInnen 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 KollegInnen aus astra plus-Schulen. Die Implementierung des Programms astra plus wird von der DAK Gesundheit gefördert.



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

Das Programm astra plus bietet:

- Kompetente MitarbeiterInnen: Integration von Unterrichten und Praxisprojekten zu gesundem Lebensstil in die Pflegeausbildung. Rauchen spielt dabei als größtes vermeidbares Gesundheitsrisiko eine zentrale Rolle. Qualifizierte MitarbeiterInnen kennen die Gesundheitsrisiken, die mit dem Rauchen verbunden sind. Sie sind darüber hinaus in der Lage, rauchende PatientInnen/ BewohnerInnen anzusprechen und eine Beratung einzuleiten.
- Gemeinsam entspannte Pausen: Gesunde entspannte (Kurz-)Pausen sind wichtig im Schul- und Praxisalltag. Mit astra plus werden gemeinsam Alternativen zur Zigarettenpause 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 PflegeschülerInnen, und zwischen Vorgesetzten und Schülerinnen, wird gestärkt.
- Berufliches Selbstverständnis festigen: Die Gesundheit der PatientInnen/BewohnerInnen, aber auch die eigene Gesundheit zu erhalten und zu fördern, ist Aufgabe der Pflege. Als Berufsgruppe, die in allen Lebensbereichen tätig ist, haben Pflegende viele Möglichkeiten zur „Denormalisierung des Tabakkonsums“, einem vorrangigen Gesundheitsziel in Deutschland, beizutragen.
- Curriculare Verankerung: Unterrichte 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-TrainerInnen zur Verfügung gestellt und bei Bedarf aktualisiert werden.

Vorteile der Implementierung:

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

Das Angebot darüber hinaus:

Werden und bleiben Sie aktives Mitglied in einem Netzwerk engagierter Schulen und Kliniken zur Förderung der Beratung und Tabakentwöhnung. Mehr dazu unter www.astra-plus.de und www.rauchfrei-plus.de. Für interessierte Einrichtungen stehen wir für Fragen zur Verfügung. Sprechen Sie uns gerne an!

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 im „astra plus-Kurs“ durchgeführt werden.



Abb.: 1 Übersicht Module Programm astra plus

Vorbereitung zur Implementierung

Die Vorbereitung startet mit dem 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 über den DNRfK e.V. der Förderantrag an die Krankenkasse gestellt und die Implementierung geplant. Die Förderung umfasst eine Fortbildung von astra plus-TrainerInnen aus Schule und Praxis.

Umfang: Besprechung im LehrerInnenkollegium

Ziel: Klärung der Implementierungsbereitschaft und –voraussetzungen für das Programm astra plus.

Zielgruppe: Schul-/Kursleitungen, PraxisanleiterInnen, Stations-/Pflegedienstleitung

Inhalte: Informationen über astra plus (Internetseite www.astra-plus.de, schriftliche Informationen, Beratung vor Ort durch das DNRfK Büro, Online-Präsentation, telefonische Beratung), Implementierungscheckliste bearbeiten.

Modul 1 Steuerungs- und Implementierungsteam

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

Umfang: Planungstreffen (ca. 90 Minuten bzw. nach Bedarf). Anfangs werden häufig monatliche Treffen als sinnvoll gesehen.

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

Zielgruppe: Schul- und Kursleitungen, PraxisanleiterInnen, 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 SchülerInnen vor Beginn der Durchführung im jeweiligen Kurs. Eine Evaluation der Implementierung wird mit jedem astra plus-Kurs durchgeführt und ist Voraussetzung für die Förderung durch die Krankenkasse. 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, VertreterInnen der Klinik- bzw. Heimleitung, betriebliches Gesundheitsmanagement, Kursleitungen, ggf. weitere zur Selbsteinschätzung und Planung hilfreichen TeilnehmerInnen.

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

Modul 3 Informationsveranstaltung

Die erste Informationsveranstaltung richtet sich an die gesamte Schule und interessiert MitarbeiterInnen der Lernorte (astra plus-SchülerInnen, 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 sollte 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 MitarbeiterInnen und Führungskräfte 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: 4-6 x 90 Minuten (Umfang und Inhalte werden an Anforderungen des Bundesrahmenlehrplans angepasst)

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

Zielgruppe: SchülerInnen des astra plus-Kurses

Inhalte: Einflüsse auf die Gesundheit durch Bewegung, Ernährung, Rauchen und Möglichkeiten zur gesunden Lebensstilveränderung.

Modul 5 Aktive Stressprävention

Umfang: ca. 6 x 90 Minuten (Umfang und Inhalte werden an Anforderungen des Bundesrahmenlehrplans angepasst))

Ziel: Positive Beeinflussung der eigenen Stressbewältigungsfertigkeiten.

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

Inhalte: Kennenlernen von Projektarbeit. Erarbeiten von Praxisprojekten zur Förderung einer tabak- und stresspräventiven Ausbildung anhand der zehn Kriterien des astra plus-Tools. Vorstellung der Workshop-Ergebnisse durch das Implementierungsteam mit anschließender Maßnahmenplanung und -umsetzung durch die SchülerInnen; 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-TrainerIn, Vermittlung durch DNRfK Büro).

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

Zielgruppe: Schülerinnen 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.

Befragung t1

Schriftliche Befragung der Schulleitung/des Lehrkollegiums und der astra plus-SchülerInnen nach den Modulen 6a und 6b, je nach Planung auch erst nach dem Folge-Workshop, jedoch zeitnah am Ende der Durchführung des Programms.

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, SchülerInnenvertretung, VertreterInnen der Klinik- bzw. Heimleitung, betriebliches Gesundheitsmanagement, Kursleitungen, ggf. weitere zur Selbsteinschätzung und Planung hilfreichen TeilnehmerInnen.

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.

Modul 7 KRIPS – Kurzintervention in der Rauchfreiberatung durch PflegeschülerInnen

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 PatientInnen oder BewohnerInnen, evtl. mit Angehörigen im Familiensetting.

Zielgruppe: astra plus-SchülerInnen des 2. Ausbildungsjahrgangs, Praxisanleiterinnen

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 PatientInnen/BewohnerInnen, Erhebung von Informationen zum Rauchstatus und zur Veränderungsmotivation, Dokumentation und Initiierung weiterer pflegefachlich relevanter Interventionen (z. B. Beratung und Vermittlung in ein Rauchstoppangebot), Information des Ergebnisses an zuständige Pflegefachpersonen oder behandelnde ÄrztInnen.

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

Befragung t2

Schriftliche Befragung der Schulleitung/des Lehrkollegiums und der astra plus-SchülerInnen 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 Krankenkassen. Durch die Befragungen sollen die Veränderungen in Bezug auf das Gesundheitsverhalten beurteilt und die Wirksamkeit des Programms laufend evaluiert werden können.

Implementierung in vier Phasen und Qualifizierung von astra plus- Trainerinnen und -Trainer

Phase 1:

- 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 Leitungen.
- Planung der Implementierung und Antrag auf Fördermittel.
 - Anzahl der Kurse und zeitliche Planung der Module
- Fortbildung von astra plus-TrainerInnen (Lehrpersonen und ggfs. Praxisanleitungen).

Phase 2:

- Durchführung des Programms astra plus durch MitarbeiterInnen des DNRfK Büros im Team-Teaching mit astra plus-TrainerInnen.
 - Vorbereitungsphase und gemeinsame Vorbereitung aller Module in der ersten Durchführung. Abstimmung des Ablaufs und ggfs. Übernahme von Teilen des Unterrichts durch die TrainerInnen. 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 MitarbeiterInnen des DNRfK Büros erfolgen kann.
- Integration der Module im Curriculum.

Phase 3:

- Selbstständige Durchführung des Programms durch die astra plus-TrainerInnen.

- Begleitung der Implementierung über Online-Beratungen bei der Planung, Durchführung und Anpassung der Module
- Kollegialer Austausch und Beratung mit astra plus-TrainerInnen und Unterstützung im Netzwerk.
- Teilnahme an Fortbildungen und Informationen zu Weiterentwicklungen im Programm astra plus.

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

Phase 4: Nachhaltige Implementierung an der Pflegeschule

- Schulung weiterer astra plus-TrainerInnen (kostenfrei)
- Sicherung der Umsetzung im Team-Teaching der neu geschulten TrainerInnen mit erfahrener astra plus-TrainerIn (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-Trainerinnen und -Trainer Zertifikats

Voraussetzungen

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

Das Programm astra plus implementieren - was bedeutet das?

Folgende Rahmenbedingungen sollten Sie bereit sein, zu erfüllen. Für die Diskussion und Entscheidung im Team kann auch die „astra plus-Implementierungs-Checkliste zur Vorbereitung“ helfen. Diese finden Sie unter: <http://www.astra-programm.de/inhalte/informationen>

- Zustimmung im Kollegium einholen: 2/3 des Kollegiums der Bildungseinrichtung befürwortet die Implementierung des astra plus-Programms.
- Bildung einer Steuerungsgruppe/eines Implementierungsteams: Neben Schul- und Kursleitung und VertreterInnen aus dem astra plus-Kurs, sollen auch Pflegedienstleitungen, PraxisanleiterInnen, Stationsleitungen und die Jugend- und Auszubildendenvertretung eingebunden werden.
- Eine Praxiseinrichtung ist zur Teilnahme am astra plus-Programm bereit und die Umsetzung wird von der Pflegedienst- /Heimleitung mit einer oder mehreren astra plus-Stationen unterstützt.
- Qualifizierung einer Lehrperson (PflegepädagogIn) und einer PraxisanleiterIn (PflegepädagogIn / Weiterbildung Praxisanleitung) zum/zur astra plus-TrainerIn. Voraussetzung für die Fortbildung ist die Rauchfreiheit (Nie-Rauchende oder Ex-Rauchende >1 Jahr).
- Zeitliche Ressourcen zur Durchführung des Programms astra plus-Programms
- Integration des Programms in das Schulcurriculum
- Teilnahme an der Evaluation und Dokumentation des Projektverlaufs

Nächste 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. Um die Entscheidung zur Implementierung vorzubereiten, sollten aus den interessierten Pflegeschulen und/oder Praxiseinrichtungen auch sinnvollerweise Leitungen aus Schule und Praxis teilnehmen.

3. Entscheidung im Team treffen

Hier kann die "astra plus-Implementierungs-Checkliste zur Vorbereitung" als Diskussionsgrundlage helfen. Wir stehen für Fragen und Hinweise zur Vorbereitung gerne zur Verfügung.

4. Antrag zur Förderung an Krankenkasse stellen

Wir bearbeiten gemeinsam mit Ihnen den Antrag zur Förderung der Implementierung und planen das weitere Vorgehen mit Ihnen.

Wir freuen uns auf den Kontakt!

Der Implementierungsprozess im Überblick:

Nr.	Prozess	Maßnahmen
1	Kontaktaufnahme Schule/Klinik/Heim	Kontaktaufnahme und Informationsmaterial Infopaket als Download: http://www.astra-programm.de/inhalte/informationen/
2	Beratung zum Implementierungsprozess	Wir vereinbaren einen Telefontermin und stellen Ihnen und Ihrem Team das Programm astra plus in einem Online-Meeting vor. Anhand der Checkliste zur Implementierungsvoraussetzung klären wir mit Ihnen die nächsten Schritte und wollen so gute Rahmenbedingen für die Implementierung schaffen.
3	Besprechung der Module des Programms astra plus Planung des Unterstützungsbedarfs.	Anhand der astra plus-Module besprechen wir mit Ihnen die Planung und Förderung der Implementierung. Das bildet die Grundlage für den Umfang des Fördermittelantrags.
4	Antrag auf Förderung der Implementierung des Programms bei der Krankenkasse	Antragsformular mit Zeit- und Maßnahmenplanung wird mit der Schule erarbeitet.
5	Prüfung und Genehmigung der Fördermittel	Die Krankenkasse prüft den Antrag auf der Basis des GKV-Leitfadens Prävention und informiert über die Entscheidung.
6	Durchführung der Implementierung	Die Implementierung des Programms astra plus wird wie geplant und beantragt durchgeführt.
7	Dokumentation und Evaluation	Teil des Programms astra plus ist eine standardisierte Befragung, Prozessevaluation mit des astra plus-Tool und dem Logbuch, das den Prozess abbildet.
8	Abschluss und Bericht	Das DNRfK Büro übernimmt die administrative Abwicklung des Förderprojekts.

Stand: 01/2021