



Lions Clubs International gehört zu den weltweit größten Service-Organisationen und verfolgt unter dem Motto „We serve“ gemeinnützige und wohltätige Zwecke.

Die Mitglieder der bundesweit über 1.400 Lions Clubs setzen sich ehrenamtlich für soziale und kulturelle Projekte ein – lokal wie international. Sie engagieren sich für Völkerverständigung, Toleranz, Humanität, Kultur und Bildung.

Mit den drei Programmen Kindergarten *plus*, Klasse2000 und Lions-Quest „Erwachsen werden“ fördern die deutschen Lions Clubs Kinder und Jugendliche vom Kindergarten bis zur Pubertät – eine wichtige Investition in die Zukunft unserer Gesellschaft.

[www.lions.de](http://www.lions.de)

## Kontakt und Informationen

### Kindergarten *plus*:

Deutsche Liga für das Kind  
Charlottenstr. 65 • 10117 Berlin  
Tel.: 030-28 59 99 70, Fax: 030-28 59 99 71  
E-Mail: [post@liga-kind.de](mailto:post@liga-kind.de)  
[www.liga-kind.de](http://www.liga-kind.de) • [www.kindergartenplus.de](http://www.kindergartenplus.de)

### Klasse2000:

Verein Programm Klasse2000 e.V.  
Feldgasse 37 • 90489 Nürnberg  
Tel. 0911-89 12 10, Fax: 0911-89 121 30  
E-Mail: [info@klasse2000.de](mailto:info@klasse2000.de) • [www.klasse2000.de](http://www.klasse2000.de)

### Lions-Quest „Erwachsen werden“:

Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.  
Bleichstr. 3 • 65183 Wiesbaden  
Tel.: 0611-99 154 81, Fax: 0611-99 154 83  
E-Mail: [info@lions-hilfswerk.de](mailto:info@lions-hilfswerk.de) • [www.lions-quest.de](http://www.lions-quest.de)

Lebenskompetenzen umfassen soziale, emotionale und kognitive Fähigkeiten. Lebenskompetent zu sein bedeutet:

- sich selbst zu kennen und zu mögen
- sich in andere hineinzufühlen
- kritisch und kreativ zu denken
- erfolgreich zu kommunizieren und Beziehungen zu führen
- Entscheidungen durchdacht zu treffen
- Probleme lösen zu können
- Gefühle und Stress zu bewältigen



Die Weltgesundheitsorganisation sieht diese Kompetenzen als zentral für jeden einzelnen Menschen an, damit er sein Leben erfolgreich bewältigen und gesund bleiben kann – körperlich, seelisch und sozial. Die Förderung von Lebenskompetenzen führt auch zum Aufbau von Selbstwertgefühl und Lebensmut – die beste Prävention gegen Sucht und Gewalt.

Kindergärten und Schulen sind aufgerufen, die Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen und damit deren Persönlichkeit zu fördern.

### Erprobte Programme wie

- Kindergarten *plus*
- Klasse2000 und
- Lions-Quest „Erwachsen werden“ unterstützen sie dabei.



# Lebenskompetenzen

## fördern in Kindergarten und Schule



Schirmherrschaft:



Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung



Kindergarten *plus* ist ein Programm zur Stärkung der kindlichen Persönlichkeit. Es richtet sich an vier- bis fünfjährige Kinder in Kindertageseinrichtungen.

An neun Vormittagen geht es um die Themen Körper, Sinne, Gefühle, Beziehungen, Grenzen und Regeln, Lösung von Konflikten. In Spielen, Übungen, Gesprächen, Liedern und mittels kreativer Methoden werden die Kinder angeleitet, sich selbst und andere mit ihren Eigenarten und Gefühlen wahrzunehmen, Körperbewusstsein zu entwickeln, die eigenen Sinne zu erfahren, Konflikte gewaltfrei zu lösen, Kompromisse zu schließen, Nein sagen zu lernen, selbstbewusst zu werden.

Die Kinder werden von zwei Spielfiguren durch das Programm begleitet: einem Mädchen und einem Jungen mit Namen Tula & Tim. Zu den Materialien gehören eine Musik-CD sowie der Film (DVD) „Klug sein allein genügt nicht. Kinder brauchen emotionale Intelligenz“.

Die Eltern der beteiligten Kinder werden in das Programm einbezogen: Vor Beginn und zum Abschluss von Kindergarten *plus* findet ein Elternabend statt. Außerdem erhalten die Eltern schriftliche Informationen und die Kinderlieder-CD.

Die Kosten betragen € 750,- pro Einrichtung für den Förderer sowie € 60,- Materialkostenbeitrag für den Kindergarten. Darin enthalten sind sämtliche Materialien sowie die Fortbildung der Erzieher(innen).

Kindergarten *plus* ist ein vom Hilfswerk der Deutschen Lions geprüftes und empfohlenes Kinderprogramm.



## Klasse2000<sup>®</sup>

Gesundheitsförderung in der Grundschule  
Gewaltvorbeugung und Suchtvorbeugung

Klasse2000 ist das bundesweit größte Programm zur Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtvorbeugung in der Grundschule. Es begleitet die Kinder frühzeitig und kontinuierlich von der ersten bis zur vierten Klasse. Das Programm stärkt ihr Selbstwertgefühl, ihre sozialen Kompetenzen und ihre positive Einstellung zur Gesundheit. Das hilft ihnen dabei, ihr Leben ohne Suchtmittel und Gewalt zu meistern.

Pro Schuljahr führen die Lehrkräfte ca. 12 Klasse2000-Stunden durch, zwei bis drei weitere gestalten speziell geschulte Klasse2000-Gesundheitsförderer. Diese Besuche sind für die Kinder ein besonderes Highlight im Schulalltag.

Themen von Klasse2000 sind z.B.: den Körper kennen lernen (Atmung, Ernährung, Bewegung), Entspannung, Gefühle erkennen, Konflikte lösen, Kooperation in der Klasse, Nein sagen trotz Gruppendruck. Die Methoden sind spielerisch, handlungsorientiert und kindgerecht.

Finanziert wird Klasse2000 über Patenschaften für einzelne Klassen (€ 220,- pro Klasse und Schuljahr). Das Programm wird laufend evaluiert und aktualisiert. Studien belegen die Praktikabilität und Wirksamkeit von Klasse2000.



Die Förderung sozialer Kompetenzen junger Menschen in der Schule steht im Mittelpunkt von Lions-Quest „Erwachsen werden“. Das Programm will die Schülerinnen und Schüler dabei unterstützen, ihr Selbstvertrauen und ihre kommunikative Kompetenz zu stärken, Kontakte und Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, Konflikt- und Risikosituationen in ihrem Alltag zu begegnen und für Probleme, die gerade die Pubertät gehäuft mit sich bringt, konstruktive Lösungen zu finden. Gleichzeitig möchte es ihnen beim Aufbau eines eigenen Wertesystems Orientierung anbieten. Damit ordnet sich das Konzept in den Ansatz der Life-Skills-Erziehung („Lebenskompetenz-Erziehung“) ein. Diesem werden von der aktuellen Forschung die größten Erfolgsaussichten bei der Prävention (selbst-)zerstörerischer Verhaltensweisen zugesprochen.



Bis Ende 2009 haben in Deutschland ca. 2.500 Einführungs- und Aufbaueminare zum Programm „Erwachsen werden“ stattgefunden, an denen mehr als 63.500 Lehrerinnen und Lehrer aus Schulen der Sekundarstufe I und andere in der Jugendarbeit tätige Personen teilgenommen haben.

Die Kosten für eine Seminarteilnahme betragen in der Regel € 180,-/Teilnehmer zzgl. Unterbringung, Verpflegung und Reisekosten je nach Veranstaltungsort. Die Lions Clubs unterstützen die Seminare auch finanziell.

Das Programm Lions-Quest „Erwachsen werden“ wird wissenschaftlich begleitet und ist in allen Bundesländern anerkannt. Evaluationen des Programms sind auf unserer Homepage zu finden.