|  |
| --- |
| **Auf welchen Lebensraum beziehe ich mich 🡪 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **Status quo im gewählten Lebensraum** | **Veränderungsvorschläge für den gewählten Lebensraum** |
| 1. Welche gesundheitsförderlichen Maßnahmen gibt es bereits? | 1. Welche (kreativen) neuen Veränderungen/Maßnahmen wären sinnvoll? |
| 2. Wie sind diese Maßnahmen zugänglich (Kosten, Erreichbarkeit)? | 2. Wie müssten diese Maßnahmen bezogen auf ihre Zugänglichkeit (Kosten,  Erreichbarkeit) gestaltet sein? |
| 3. Für welche Altersgruppen sind diese Maßnahmen geeignet? | 3. Wie müssten Veränderungen/Maßnahmen für verschiedene Altersgruppen  aussehen? |
| 4. Welchen Bereich sind diese Maßnahmen zuzuordnen (z. B. Ernährung,  körperliche Aktivität)? | 4. Auf welchen Bereich und warum läge der Schwerpunkt? |
| **Motivationale Komponenten und psychologische Modelle der Verhaltensänderung** |
| 1. Welche motivationalen und volitionalen Aspekte würdet ihr bei der Gestaltung neuer Maßnahmen berücksichtigen (mindestens 2 Aspekte beschreiben)? |
| 2. Sucht euch ein Modell der Verhaltensänderung aus und beschreibt es bezogen auf den **Status quo** in eurem Lebensraum. |
| 3. Sucht euch ein anderes Modell der Verhaltensänderung aus und wendet es bezogen auf die neuen Maßnahmen in eurem Lebensraum an. |