

Service Stelle **gesunde Schule** Steiermark



© C.Syda Productions - Fotolia.com

Die Schule als Ort zum Wohlfühlen

Dem Lebensraum Schule kommt in der Gesundheitsförderung eine Schlüsselrolle zu. Kinder und Jugendliche werden über einen längeren Zeitraum hinweg begleitet und erwerben wertvolles Wissen und prägende Verhaltensweisen für das spätere Leben. Umso wichtiger ist es, bereits den Jüngsten eine gesunde Lebensweise näherzubringen.



© Kzenon - Fotolia.com

Gesundheitsförderung schafft gesunde Rahmenbedingungen für erfolgreiches Lernen und Lehren. Alle am Schulleben beteiligten Personen ziehen gemeinsam an einem Strang, um ihre Schule zu gestalten. Neben der Wissensvermittlung rund um einen gesunden Lebensstil stehen vor allem die Strukturen im Mittelpunkt.

Der Nutzen einer gesunden Schule zeigt sich in einer **erhöhten Leistungsfähigkeit** von Schülerinnen und Schülern, einem **gesteigerten Wohlbefinden** des Lehrpersonals sowie einer **Verbesserung des gesamten Schulklimas**.



© contrastwerkstatt - Fotolia.com



Als langjährige Partnerschule waren wir von Anfang an begeistert von der kompetenten, zuverlässigen und kontinuierlichen Begleitung der begeisternden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ÖGK. „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ hat uns allen in der Weiterentwicklung geholfen. Wir sind froh, dass wir eine Partnerschule sind!

**Dir. Dipl.-Päd. Monika Ullah
NMS Karl Morre Graz**

Die Kooperation seitens der Naturparkmittelschule Neumarkt mit der ÖGK ermöglichte viele bedeutende Impulse für die Schulentwicklung. Ob Beratungsgespräche, Befragungen, Ideenwerkstatt, Workshops zur Lehrgesundheit oder die vielfältigen Modulangebote – immer waren die Inhalte bzw. Ergebnisse bereichernd für unsere Schule!

**Dipl. Päd. Andreas Weinseiss
NMS Neumarkt**



Das Programm „Gesunde BMHS“ gab den entscheidenden Impuls, um verstärkt in die Gesundheitsförderung an der BHAK/BHAS Liezen zu investieren. Besonderen Anklang fand bei uns die Ausbildung zum Jugendgesundheits-Coach. Die zukünftigen Coaches beschäftigen sich in diesem Lehrgang ausführlich mit Gesundheitsthemen und „infiltrieren“ ihre Mitschülerinnen und Mitschüler mit dem Bewusstsein für ein gesundes Leben!

**Dir. MMag. Wolfgang Lechner
BHAK/BHAS Liezen**



Unterstützung und kostenlose Angebote

Gesundheitsförderung im Setting Schule

- **Wir sind** verlässliche Ansprechstelle zur schulischen Gesundheitsförderung!
- **Wir begleiten** auf dem Weg zur gesunden Schule!
- **Wir befähigen** Lehrer, Schüler und Eltern zur Projektabwicklung!
- **Wir vernetzen** Schulen untereinander!
- **Wir bieten** Fort- und Weiterbildung zum Thema schulische Gesundheitsförderung!
- **Wir finanzieren** schulspezifische Aktivitäten zu Gesundheitsthemen!
- **Wir fördern** das Thema schulische Gesundheitsförderung in der Öffentlichkeit!



Die **Service Stelle gesunde Schule Steiermark** steht allen Schulen im Bundesland als Anlaufstelle zu Gesundheitsthemen zur Verfügung. Je nach Schultyp und Interesse können folgende Angebote in Anspruch genommen werden:

- Programm „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ für NMS, AHS und PTS
- Programm „Gesunde BMHS“
- Netzwerk zur schulischen Gesundheitsförderung
- kostenlose Informationsmaterialien
- Lehrgang zum „Jugendgesundheits-Coach“

GESUNDE SCHULE

Gesundheit und Bildung sind zwei Seiten derselben Medaille.

Gesunde Schule, bewegtes Leben

Gesundheitsförderung für NMS, AHS & PTS



Das schulische Gesundheitsförderungsprogramm und Netzwerk „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ ist die optimale Unterstützung für Neue Mittelschulen, Polytechnische Schulen und Gymnasien, die langfristig am Thema Gesundheit arbeiten möchten. Gemeinsam mit Expertinnen und Experten der Service Stelle gesunde Schule Steiermark begibt sich die Schule auf eine Reise, mit dem Ziel, die gesamte Schule

gesundheitsförderlich zu gestalten. Welche Themen dabei behandelt werden, entscheidet die Schule selbst. Die Basis dafür ist immer eine ausführliche Analyse der Ausgangsvoraussetzungen. Darauf aufbauend können effektiv Ziele und Maßnahmen geplant, umgesetzt und reflektiert werden. Durch die Integration des Themas Gesundheit in die Schulentwicklung wird für eine nachhaltige Verankerung gesorgt.



Gesunde BMHS

Gesundheitsförderung für berufsbildende mittlere und höhere Schulen

Das Programm „Gesunde BMHS“ begleitet berufsbildende mittlere und höhere Schulen auf ihrem Weg zur gesunden Schule. Zu Beginn des Programms wird eine ausführliche Ist-Analyse mittels Befragung und Gesundheitskonferenz durchgeführt. Aufbauend auf diesen Ergebnissen werden Ziele und Maßnahmen geplant. Welche Themen dabei im Mittelpunkt stehen, bleibt

der Schule überlassen. In der Umsetzungsphase stehen verschiedene Unterstützungsangebote wie z.B. eine finanzielle Förderung zur Verfügung. Am Ende des dreijährigen Prozesses erfolgt eine Abschlussreflexion. Die Begleitung der Schulen erfolgt durch die Service Stelle gesunde Schule Steiermark oder durch Styria vitalis.



THEMEN

u.a. Ernährung, Bewegung, Suchtprävention, Lärm, Raumgestaltung, Stress psychosoziale Gesundheit

Schulbegleitung

Alle Partnerschulen werden in einem dreijährigen Prozess von Expertinnen und Experten begleitet, um das Thema Gesundheit nachhaltig in den Schulstrukturen zu verankern.

Der erste Schritt ist die **Kontaktaufnahme** mit der Service Stelle gesunde Schule Steiermark (siehe Rückseite). In einem unverbindlichen, **persönlichen Erstgespräch** werden alle Fragen zum Ablauf geklärt. Anschließend erfolgt eine **Angebotsvorstellung** im Kollegium. Erst dann wird die Entscheidung zur Teilnahme gefällt. Der Prozess startet mit dem **Kick-Off Workshop**.

Kick-Off Workshop


Gesundheitsbefragung

Ideenwerkstatt
„Gesunde Schule“ bzw.
Gesundheitskonferenz
(BMHS)

Workshop Lehrerinnen-
& Lehrer-Gesundheit

optional: Workshop
mit dem nicht-
unterrichtenden
Personal


Vorbereitungsphase
1 Schuljahr



Zieleworkshop

Maßnahmenumsetzung
(siehe
Netzwerkangebote, S. 13)

Zwischenreflexion



Maßnahmenumsetzung
(siehe
Netzwerkangebote, S. 13)

Abschlussreflexion

Intensivphase
2 Schuljahre



An jeder Schule finden sich verborgene
Gesundheitsschätze wie ein guter Zusammenhalt,
Klassenzimmer zum Wohlfühlen oder ein bewegter
Unterricht. **Gehen wir gemeinsam auf die Suche!**

Netzwerk zur schulischen Gesundheitsförderung

Allen Partnerschulen in den Programmen „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ sowie „Gesunde BMHS“ stehen die Angebote des Netzwerks zur schulischen Gesundheitsförderung

zur Verfügung. Dieses zielt darauf ab, Austausch und Vernetzung zwischen den Partnerschulen zu fördern, Wissen zu vermitteln und das Thema in der Öffentlichkeit zu stärken.



Netzwerkangebote:

- Ernährungsmodule
- Bewegungsmodule im Rahmen von „Schule bewegt gestalten“
- Modul „Rückenfit“
- Modul zur Suchtprävention (Tabak, Alkohol, Medien)
- Multiplikatoren-Tage zu verschiedenen Themen
- Fortbildungen für Lehrerinnen und Lehrer
- nationaler Newsletter der Service Stellen gesunde Schule
- finanzielle Förderungen
- jährliches Netzwerktreffen „Lebensraum Schule“ der Sozialversicherung und Partner
- Informationsservice und Beratung zum Thema schulische Gesundheitsförderung
- „Gesundes Führen“-Seminare in Kooperation mit Styria vitalis
- Symposium als Partner der ARGE schul:support





Kostenlose Informationsmaterialien

Die Service Stellen gesunde Schule bieten österreichweit verschiedene Informationsmaterialien zu Themen wie Ernährung, Bewegung, Entspannung & Achtsamkeit, Elternarbeit oder Projektmanagement an.

Diese können kostenlos, je nach Verfügbarkeit, auch in größeren Mengen, über **schule-15@oegk.at** bestellt oder online auf **www.gesundheitskasse.at/sgf-15** aufgerufen werden.

DENKEN MACHT GESUND!

„Von Schülern für Schüler“ - so lautet das Motto des Programms „Jugendgesundheits-Coach“. Jugendliche werden in einem mehrtägigen Lehrgang zu verschiedenen Gesundheitsthemen ausgebildet und geben ihr Wissen an andere Schülerinnen und Schüler weiter. Der Lehrgang wird von der ÖGK und dem Umweltbildungszentrum Steiermark für Schüler und Schülerinnen im Alter von 11 bis 12 oder von 16 bis 17 Jahren angeboten.



GESUNDHEITSFONDS
STEIERMARK



Kontakt

Österreichische Gesundheitskasse
Service Stelle gesunde Schule Steiermark
Josef-Pongratz-Platz 1
8010 Graz

Tel. 05 0766-151871
schule-15@oegk.at
www.gesundheitskasse.at/sgf-15

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:
Österreichische Gesundheitskasse
Haidingergasse 1, 1030 Wien
www.gesundheitskasse.at/impressum

Redaktion: ÖGK Landesstelle Steiermark,
Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz

Hersteller: Druckerei Niegelhell GmbH
Hauptstraße 23, 8430 Wagna
2020