

## POLYTECHNISCHE SCHULE PREGARTEN

Die Polytechnische Schule Pregarten hat sich zum Ziel gemacht, trotz eines 100 Jahre alten Gebäudes, das Wohlbefinden der Schüler und Schülerinnen, Lehrer und Lehrerinnen und der Angestellten in diesem Haus als einen der wichtigsten Aspekte zu betrachten. Ein großes Angebot an gesundheitsfördernden Projekten war bereits vorhanden, im Rahmen einer Konferenz wurden weitere Vorschläge zur besseren Gesundheitsförderungen gesammelt und umgesetzt. So hat der Schulwart die Jause auf Bio- und Vollkornprodukte umgestellt. Der Getränkeautomat wurde nur mehr mit Mineral und zuckerarmen Getränken gefüllt. Der Freizeitraum wurde bereits im Vorjahr eingerichtet. Ein weiterer Plan für das nächste Schuljahr ist die Errichtung eines Rückzugsraumes für Mädchen.

Die Dienstleistungs- und Tourismusgruppe übernimmt ca. einmal im Monat einen Jausenverkauf mit selbstgemachtem Jausenangebot, wie gefüllten Weckerln oder Früchte-Joghurt.



Bei den sportlichen Aktivitäten sorgen die Turnlehrer für abwechslungsreiches Angebot und unterstützen die Schüler und Schülerinnen bei Teilnahmen an Wettkämpfen. Eine Sportwoche wird ebenfalls jedes Jahr organisiert.



Die PTS Pregarten arbeitet seit 2011/12 im Arbeitskreis Gesunde Gemeinde mit und wird auch von Seiten des Arbeitskreises bei Veranstaltungen unterstützt. So konnte mit finanzieller Unterstützung der Gemeinde ein Gesundheitstag an der Schule organisiert werden. Ziel war es, neue Sportarten zu probieren und mehr Bewusstsein für die Gesundheit zu schaffen. Nicht zuletzt sollte der Tag aber ganz einfach auch Spaß machen.

Das Feedback der Schüler und Schülerinnen bestätigte den großen Erfolg dieses Tages und wird somit in den folgenden Jahren fortgesetzt.

## Weiterentwicklung

Das Bemühen der Polytechnischen Schule Pregarten liegt im Gestalten einer gesundheitsförderlichen Schule sowie in der Erziehung zu einem gesundheitsförderlichen Verhalten der Schülerinnen und Schüler. Das eine Jahr, in dem die Schülerinnen und Schüler zum Bildungserwerb an der Schule sind, wird intensiv genutzt, um im Zuge vieler Gesundheitsprojekte (z.B. Gesundheitstag mit Ernährungsberatung, Schaukochen, Slackline, Laufen für den guten Zweck, etc.) einen Grundstein für ihre künftige, selbstbestimmte und gesundheitsförderliche Lebensgestaltung zu legen.



---

Versteckter Zucker in den Lieblingsgetränken der Schülerinnen und Schüler ist der PTS Pregarten schon lange ein Dorn im Auge. Deshalb wird beim jährlichen Gesundheitstag auch immer ein Diätologe eingeladen, der den SchülerInnen anhand von Verkostungen aufzeigt, wie viel Zucker in diesen Getränken wirklich steckt. Die SchülerInnen erkennen, dass sie diese Getränke ohne Geschmacksstoffe nie in dieser hohen Zuckerkonzentration konsumieren würden.



Es ist aber auch das Ziel der Schule gesunde und viel besser schmeckende Alternativen aufzuzeigen. Deshalb hat sich die PTS Pregarten am Poly-Mix Bewerb beteiligt und diesen mit dem Getränk „Summer Break“ auch gewonnen. Der Grundstein für ein leckeres und gesundes Getränk wird aber schon beim Einkauf gelegt. Deshalb wurde auch wirklich im Supermarkt mit der „Erfindung“ solcher wohlschmeckender und zuckerfreien Getränke begonnen.