

Gesunde Schule OÖ

NEWSLETTER

1_September 2012

Eine Initiative des Landes OÖ, der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse, des Institutes für Gesundheitsplanung und des Landesschulrates für OÖ



Liebe Leserinnen und Leser!

Das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ wurde im Mai 2012 bereits zum sechsten Mal verliehen, daher hat sich der Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ“ entschieden im Rahmen eines Newsletters zum Thema zu informieren.

Aber was zeichnet eine Gesunde Schule aus? Wie geht es anderen Schulen dabei? Dies möchten wir in diesem Newsletter ein Stück weit beantworten.

Gesunde Schule

Schulische Gesundheitsförderung möchte ein gesundes Umfeld schaffen. Sie soll dazu beitragen, dass Schüler/innen sich gesund entwickeln können, das Lehrpersonal sich bei seiner Arbeit wohl fühlt und das Schulklima und der Schulalltag für alle gesund gestaltet sind.

Schulische Gesundheitsförderung schafft gesunde Rahmenbedingungen wie zum Beispiel die Verbesserung des Schulklimas oder die Aufnahme von Gesundheit in das Schulleitbild. Sie erhöht aber auch die individuellen Gesundheitskompetenzen von Schüler/innen und Lehrer/innen durch mehr Wissen über Gesundheit, ein gesünderes Verhalten, eine verbesserte Integration in das Schulleben, mehr Selbstvertrauen etc.

Für die Umsetzung Schulischer Gesundheitsförderung ist ein Gesundheitsteam zuständig. Es setzt sich - möglichst bunt gemischt - aus Schüler/innen, Lehrer/innen, Schulleitung, Eltern, Schulärzt/innen etc. zusammen. Dieses Team plant, setzt um, entwickelt weiter und informiert Schule und Umfeld.

Inhalt

Gesunde Schule	1
Was macht eine Gesunde Schule aus?	2
Durch diese Maßnahmen entsteht eine Win-Win-Situation	2
Das Gütesiegel „Gesunde Schule Oberösterreich“ – ein sichtbares Zeichen der Gesundheitsförderung	2
Gesundheit in der Schule ist uns ein Anliegen	3
Der Weg zum Gütesiegel	4
Praxisbeispiele	5
Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ“ – wir stellen uns vor	10
Termine	12, 13
Wir unterstützen Sie auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ“	13



Herausgeber: Oberösterreichische Gebietskrankenkasse, Gruberstraße 77, 4021 Linz, www.oegkk.at
Gestaltung und Produktion: Oberösterreichische Gebietskrankenkasse, Direktionsbüro und Kommunikation
Für den Inhalt verantwortlich: Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ“, Institut für Gesundheitsplanung, Weißenwolfstraße 5, 4020 Linz



Was macht eine Gesunde Schule aus?

Es müssen nicht immer umfangreiche Projekte sein, die enormen Aufwand bedeuten. Nachhaltige Gesundheitsförderung ist integriert in den Alltag und soll auch kleine Veränderungen des Alltags mit sich bringen, wie zum Beispiel Wasser statt Limo trinken oder sich zwischendurch bewegen. Kinder und Lehrer/innen sollen sich wohl fühlen in der Schule und die Methoden der Gesundheitsförderung sollen dazu einen Beitrag leisten.

Eine Gesunde Schule ist von einem gesunden Arbeits- und Lernumfeld für Schüler/innen und Lehrer/innen geprägt, dazu gehören zum Beispiel Spielflächen, Gebäudeveränderungen, gesunde Mahlzeiten, Pausengelegenheiten für Lehrer/innen, usw. Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten werden vermittelt, damit Schüler/innen und Lehrer/innen ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen können.

Zwischen Lehrkräften, Schüler/innen, Eltern und regionalen Institutionen besteht eine gute Kommunikation und Vernetzung, aber auch die Schulen untereinander vernetzen sich. Bereits in der Planung, vor allem aber auch in der Umsetzung werden alle Beteiligten, also Schüler/innen, Lehrer/innen, Eltern, Schulärzt/innen und auch nicht unterrichtendes Personal in die Aktivitäten mit einbezogen. Nicht zuletzt wird Gesundheit in der Lebenswelt Schule dauerhaft verankert, zum Beispiel im Leitbild.

Einige Beispiele für eine erfolgreiche Umsetzung finden sich in diesem Newsletter.

Durch diese Maßnahmen entsteht eine Win-Win-Situation:

- für Schüler/innen, weil sie eine positivere Einstellung zur Schule bekommen und sich in der Schule wohler fühlen können.
- für Lehrer/innen, weil sie mehr Motivation und Erfüllung im Beruf erfahren und somit ihr Wohlbefinden gesteigert werden kann
- für Eltern, weil ihre Kinder bessere Leistungen erzielen und eine höhere Unterrichtsqualität vorherrscht.



Das Gütesiegel „Gesunde Schule Oberösterreich“ – ein sichtbares Zeichen der Gesundheitsförderung



Schulen, die Gesundheitsförderung bereits nachhaltig umgesetzt haben, können das Gütesiegel „Gesunde Schule Oberösterreich“ erlangen. Es handelt sich dabei um eine Zusammenarbeit zwischen der OÖGKK, dem Land OÖ, dem OÖ Landesschulrat und dem Institut für Gesundheitsplanung und soll ein sichtbares Zeichen der qualitativen Gesundheitsförderung darstellen. Es kann von allen Schultypen angestrebt werden. Der Ablauf für die Erlangung des Gütesiegels ist in diesem Newsletter ebenfalls beschrieben. Das Gütesiegel wird im Rahmen einer würdigen Veranstaltung von höchsten Vertreter/innen verliehen.

Es würde mich sehr freuen, wenn wir Sie bei einer der nächsten Gütesiegelverleihungen begrüßen könnten.

Mag. Markus Peböck
Geschäftsführung IGP



Gesundheit in der Schule ist uns ein Anliegen

Da der Lernerfolg auch von der Gesundheit und Fitness der Schülerinnen und Schüler abhängt, müssen die Rahmenbedingungen darauf abgestimmt sein. Den Kindern soll möglichst früh ein verantwortungsvoller Umgang mit der eigenen Gesundheit nähergebracht werden. Dabei sollen vor allem die Bereiche Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit und Suchtprävention besonders berücksichtigt werden.

Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer
Gesundheitsreferent



Schulische Gesundheitsförderung soll integrativer Bestandteil des Schulalltags sein. Damit unterscheidet sich die Schulische Gesundheitsförderung mit dem Gütesiegel auch deutlich von den vielen Angeboten, die sich meist auf Einzelaktionen wie Apfeltage beschränken. Im Zentrum stehen sowohl Maßnahmen der Gestaltung der Rahmenbedingungen als auch die Veränderung der gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen jedes Einzelnen.

Felix Hinterwirth
Obmann der OÖ Gebietskrankenkasse



Immer mehr Kinder und Jugendliche verbringen immer mehr Zeit in der Schule. Dieses Umfeld ist daher prägend für die Einstellung zu wichtigen Themen. Das trifft besonders auf das Erlernen einer gesunden Lebensweise zu. Bewegung und Sport, gesunde Ernährung und eine schulärztliche Begleitung sind dabei wichtige Eckpfeiler.

Fritz Enzenhofer
Amtsführender Präsident, Landesschulrat für OÖ





Der Weg zum Gütesiegel

Information	<p>Am Ende jedes Schuljahres (Juni) ergeht ein Erlass durch den Landesschulrat OÖ an alle Schulen. Er beinhaltet detaillierte Informationen über das Gütesiegel und Abgabefristen sowie alle benötigten Unterlagen.</p>
Anmeldung	<p>Anmeldung bzw. Interesse bekunden beim LSR OÖ Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechperson im LSR OÖ. Die ersten 20 Schulen werden ausgewählt, die übrigen werden für die nächste Runde vorgemerkt.</p>
Informationsveranstaltung	<p>Teilnehmende Schulen werden zu einer verpflichtenden Informationsveranstaltung eingeladen, welche zweimal im Jahr stattfindet. Inhalt: Bedeutung der Gesundheitsförderung, Kriterien der Zuerkennung des Gütesiegels, Unterstützung, Dokumentation.</p>
Umsetzung	<p>Zeit zur individuellen Umsetzung in den Schulen. Unterstützung bieten Ihnen hier die im Arbeitskreis vertretenen Institutionen. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechpersonen im LSR OÖ und der OÖGKK.</p>
Ansuchen	<p>Schriftliches Ansuchen um das Gütesiegel beim Institut für Gesundheitsplanung – bitte Fristen beachten. Auch hier bieten wir im Vorfeld Unterstützung. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechpersonen im LSR OÖ und der OÖGKK.</p>
Entscheidung	<p>2-mal jährlich trifft sich eine Fachjury zur Bewertung der Ansuchen. Die Mitteilung der Juryentscheidung an die Schulen erfolgt schriftlich.</p>
Verleihung	<p>Verleihung des Gütesiegels im Rahmen eines Festaktes durch höchste Vertreter/innen der beteiligten Organisationen.</p>





Beispiele aus der Praxis

Wir möchten Sie an den Erfahrungen von Schulen teilhaben lassen, die sich entschieden haben, Gesundheitsförderung in den Alltag der Schule zu integrieren. Sowohl Schulen, die bei der ersten Verleihung zum Gütesiegel im Februar 2009 ausgezeichnet wurden, als auch Schulen auf dem Weg zum Gütesiegel wurden daher befragt.



Folgende Fragen wurden von den Schulen beantwortet:

1. Was hat Sie (Ihre Schule) dazu veranlasst um das Gütesiegel anzusuchen? -
Was hat Sie (Ihre Schule) dazu veranlasst Gesundheitsförderung nachhaltig an Ihrer Schule zu implementieren?
2. Welche Erfahrungen (positiv und negativ) haben Sie während des Prozesses zur Erreichung der Voraussetzungen für das Gütesiegel gemacht?
3. Welche Veränderungen/Erfolge konnten Sie an Ihrer Schule aufgrund der umgesetzten Aktivitäten verzeichnen (bei Lehrer/innen, Schüler/innen, Eltern)?

BS Rohrbach

Das Projekt „Vitale Schule“ war Anlass für die Initiative zur „Gesunden Schule“. Als vom Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ“ eine Zertifizierung zur „Gesunden Schule“ installiert wurde, motivierte uns Frau Dr. Jindrich als Pilot-schule bei der Erarbeitung der Checklisten bzw. Grundlagen mitzumachen.

Positiv war das in Gang setzen vieler Prozesse bzw. die Sensibilisierung des Lehrkörpers sowie der Mitarbeiter in der BS Rohrbach. Beispiele sind unter anderem die Gesunde Jause, Verkostungen regionaler und saisonaler Lebensmittel, Kurzturnen, Einbeziehen der Internatsküche in das Konzept, ein täglicher Obstkorb, regelmäßiges Salatbuffet, die Verwendung von Bioprodukten, Ernährungsvorträge mit externen Experten/innen, Kochworkshops, etc. Weniger positiv wirken sich insbesondere die Lehrgangsorganisation in der Berufsschule und der dadurch bedingte ständige Wechsel der handelnden Personen aus. Die Tatsache, dass keine zusätzlichen Ressourcen für Bioprodukte zur Verfügung stehen und der zusätzliche hohe Zeitaufwand ohne Entschädigung erfolgt, sind Schwierigkeiten, denen wir mit Idealismus begegnen.

Im Rahmen des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ“ wurde auch das Thema Gesundheit in das Leitbild der Schule aufgenommen und die Umsetzung erfolgt in allen Unterrichtsfächern. Eine Verankerung des Gesundheitsgedan-

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

kens im Bewusstsein der Schüler/innen und Schüler ist unser Ziel und wir freuen uns auch diesbezüglich über positive Veränderungen.

BS Dir. Dipl. Päd. Pauline Sleska



Eine gesunde Jause, die schmeckt



NMS Alkoven

Wir hatten an der Schule eine langjährige Tradition „Gesunde Jause“ regelmäßig anzubieten. Darüber hinaus wurden große fächerübergreifende Projekte veranstaltet, die sich um das Thema Gesundheit drehten. Im Jahr 2005 die Projekte „Begegnung Jugend/Alter“ und „Pudelwohl-fühlen“, 2006/07 das Projekt „Pumperlsg’sund“ - um nur einige zu nennen. Aufgrund der umfassenden Aktivitäten wurden wir sogar vom Landesschulrat angesprochen, uns für das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ zu bewerben, als dieses für Schulen als Zertifizierung eingeführt wurde. Während des Prozesses haben wir eigentlich nur positive Erfahrungen gemacht. Zusätzlich hatten wir dann auch Unterstützung durch eine Prozessbegleitung. Dadurch konnten wir unsere Arbeit reflektieren und das Leitbild der Schule neu formulieren. Das Gütesiegel bewog uns dann auch ein Gesundheitsteam (Lehrer/innen und Elternvertretung) an der Schule einzusetzen, welches in regelmäßigen Sitzungen immer wieder wichtige und kreative Impulse setzt.

Aufgrund der Gesundheitsaktivitäten kam es in den letzten Jahren zur Errichtung eines Trinkbrunnens, der immer stärker angenommen und frequentiert wird.

Wir konnten auch besonders beim letzten Benimmprojekt „Do but Don’t“ feststellen, dass mehr „Freundlichkeit“ ins

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

Schulhaus einkehrte. Das positive Schulklima und dass die Schüler/innen vermehrt und freundlich grüßen, wird auch von Personen außerhalb der Schule bemerkt. Darüber freuen wir uns sehr, weil uns dies die Nachhaltigkeit und Wichtigkeit der Maßnahmen zeigte.

Dir. Helmut Strasser



Wassertrinken ist IN an der NMS Alkoven

VS Hellmonsödt

Die Entscheidung, um das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ anzusuchen, war für uns Lehrer/innen ein zusätzlicher Ansporn unseren Kindern gesunde Lebensführung vermehrt bewusst zu machen. Gleichzeitig wurde uns als Schule im Rahmen des Ansuchens bewusst, wie viele „gesunde“ Aktivitäten bereits durchgeführt werden.

Sowohl den Gedanken- und Ideenaustausch als auch die in Gang gebrachte Bewusstseinsbildung während des Prozesses zur Erreichung der Voraussetzungen zum Gütesiegel haben sich sehr positiv ausgewirkt. Zusätzlich wurde noch größeres Augenmerk auf gesunde Ernährung und Bewegung in der Schule aber auch die Notwendigkeit von „Psychohygiene“ gelegt. Die Erkenntnis, dass in diese Richtung schon sehr viel getan wurde, hat uns zusätzlich motiviert. Weniger erfreulich für uns war, dass sich das Ansuchen sehr zeitaufwändig gestaltete.

Durch die Etablierung von Gesundheit als Thema an unserer Schule trinken die Schüler/innen wesentlich mehr Wasser. Auch die „Gesunde Jause“ wird sehr gut angenommen. Im Lehrkörper hat sich ein vermehrtes Bewusstsein entwickelt, wo Maßnahmen zur schulischen Gesund-

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

heitsförderung einfach in den Schulalltag eingebaut werden können. Die Lehrer/innen verwenden mehr Zeit und Aufmerksamkeit für dieses Thema, aber auch den Eltern ist die Bedeutung gesunder Ernährung noch bewusster geworden.

Dir. Johann Kern



Unsere Schüler/innen bepflanzen die Kräuterschnecke



VS Luftenberg

Anstoß für das Ansuchen um das Gütesiegel war die Teilnahme der VS Luftenberg am Wettbewerb „Fitmacher für die Jausenpause“. Unsere Schule befand sich unter den Preisträgern, was uns dazu veranlasste, in dieser Richtung weiter zu arbeiten. Dabei wurde uns bewusst, dass wir bereits sehr viele gesundheitsfördernde Maßnahmen etabliert hatten. Wir mussten alles nur in ein System bringen, weiter entwickeln und entsprechend nach Außen kommunizieren.

Unsere Erfahrungen waren zu 80% sehr positiv, da sowohl der Lehrkörper, als auch die Schüler/innen davon überzeugt waren, dass wir uns auf dem richtigen Weg befinden. Bei unserem Projekt „Pedibus statt Autobus“ holten wir uns externe Hilfe und konnten somit die Eltern rasch von der Sinnhaftigkeit unseres Vorhabens überzeugen. Das Negative an der Sache war der große zusätzliche Zeitaufwand für Besprechungen, Teamsitzungen, Mitarbeitergespräche, Mobi-Team-Sitzungen und die sehr zeitintensive Verschriftlichung aller Maßnahmen für das Ansuchen. Die Erlangung des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ“ hat dazu geführt, dass den Lehrkräften nunmehr sehr wichtig ist, die 5 Säulen der Gesundheitsförderung ins Auge zu fassen und jedes Schuljahr entsprechende Schwerpunkte zu setzen. Die Schüler/innen schätzen das gute Angebot

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

in der Schule (Wasserspender, Pausenspiele, Pause im Freien, abwechslungsreiches Jausenangebot, Pedibus statt Autobus, ansprechende Klassenräume). Auch die Eltern sind bereit, Projekte, die mit Kosten verbunden sind, mitzufinanzieren („Mein Körper gehört mir“ – Projekt gegen sexuellen Missbrauch; „AkSeTuZi“ – Akrobatik, Seilspringen, Turnen, Zirkus – Projekt, Gesundheitstheater).

Dir. Maria Haunschmied-Hager



Sogar bei Regen macht der Weg zur Schule Spaß

VS Windhaag bei Perg

Unsere intensive Schulentwicklungsarbeit begann im Frühjahr 2006, als sich die Gemeinde Windhaag erstmalig an der Aktion „GESUNDE GEMEINDE“ beteiligte. Bei einer Schulentwicklungskonferenz wurde von uns Lehrer/innen eine Mind Map erstellt, welche sich der Frage widmete: „Was brauchen wir, um eine gesundheitsfördernde Schule zu sein und was brauchen wir, um dieses Projekt umsetzen zu können?“

Durch die intensive Auseinandersetzung mit diesem Thema wurde uns bewusst, dass an unserer Schule schon sehr viele Bereiche, die eine „Gesunde Schule“ ausmachen, abgedeckt wurden. Deshalb beschlossen wir, uns als Pilotschule zu bewerben.

Nun wurde unserer Schule das Gütesiegel schon zweimal verliehen.

Der Weg zur „Gesunden Schule OÖ“ wurde von der gesamten Schule gegangen. Lehrer/innen, Schüler und Schülerinnen, Eltern und der Elternverein arbeiteten an der Erreichung des Zieles mit. Auch von der Gemeinde und durch Vereine in der Umgebung wurden wir bei unserem Vorhaben unterstützt.

Durch die laufende Thematisierung von Gesundheit an unserer Schule, erfolgt bei vielen Eltern und Kindern

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

schrittweise ein Umdenken, was Ernährung und Bewegung betrifft.

Auch der Unterricht wird immer mehr ein Lernen mit viel Bewegung innerhalb und außerhalb des Schulgebäudes. Nach dem Schulumbau steht den Kindern, Lehrer/innen und Eltern nun eine moderne Lernumgebung zur Verfügung.

Dir. Anna Neubauer



Volksschule Windhaag: In der Pause ab ins Freie!



HS 1 Schärding

Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ seit 2009

Im Schuljahr 2003/04 begannen wir an der Schule Schwerpunkte neu zu definieren. Die Grundfrage war: „Welche Werte sind uns und unseren Eltern besonders wichtig, was davon können wir mit unseren Mitteln abdecken?“ Wir kamen zum Schluss, dass Informationstechnologie, Gesundheitsbewusstsein und Sozialkompetenz den Zeitgeist in unserer Gesellschaft bestimmen.

Es wurden daher im Rahmen von handlungs- und projektorientierter Schwerpunktarbeit Freiräume zur Förderung persönlicher Neigungen und Fähigkeiten für unsere Schüler/innen geschaffen. Auch die schwächeren Schüler/innen sollten ihre Stärken entdecken. Durch diese Schwerpunktsetzung war es nahe liegend das Gütesiegel „Gesunde Schule“ anzustreben.

Gesundheit beginnt bei der Verantwortung für das eigene Verhalten und setzt sich fort in der Beachtung der Umwelt und dem sorgsamem Umgang mit vorhandenen Ressourcen. Wir wollen die Schüler/innen dazu anregen, die Schule als Lebensraum in Beziehung zu ihrer Umwelt zu erkennen und mitzugestalten. Unsere Erfahrung dabei: Veränderungen passieren langfristig, brauchen Beharrlichkeit und dürfen Beteiligte nicht überfordern.

Für uns bedeutet Gesundheitsförderung mehr als bewusste Ernährung. Neben der „gesunden Schuljause“ und „Trinkverhalten“ beinhaltet sie auch das Feld der psychosozialen Gesundheit und daher wird Sozialkompetenztraining als verbindlicher, integrativer Schwerpunkt in den Klassen durchgeführt. Die Themenauswahl orientiert sich an aktuellen Bedingungen in der Klasse und der sozialen, persönlichen und kompetenzbezogenen Entwicklung der Schüler/innen. Es geht darum, Regeln des Zusammenlebens zu erlernen, sich mit auftretenden Problemen auseinander zu setzen, Lösungsstrategien zu entwickeln, sich mit Werten zu identifizieren, sich zu positionieren und damit Selbstwertgefühl und Verantwortungsbewusstsein zu steigern.

Um die Bedeutung dieses Bereiches zu unterstreichen, legen wir eine positiv formulierte, verbale Beurteilung in Form einer Sozialkompetenz-Beilage für jede/n Schüler/

in dem Jahreszeugnis bei. Die Schüler/innen sind großteils stolz auf ihre ausgewiesenen erreichten Kompetenzen und Schulabgänger/innen legen diese auch den künftigen Betrieben vor.

Die Auswirkungen sind mittlerweile im Schulalltag spürbar. Den Schüler/innen ist fairer Umgang ein Anliegen. Sie übernehmen Verantwortung für das Miteinander und haben gelernt, Probleme in Worte zu fassen und zu lösen. Durch die Schulung der Fähigkeit zu Selbstreflexion und Perspektivenwechsel gelingt es sich selbst realistisch einzuschätzen und das Selbstwertgefühl zu steigern.

In den Klassen und in der Schulgemeinschaft hat sich ein „Demokratieverständnis“ entwickelt und insgesamt ist ein positives Arbeitsklima, welches wiederum Auswirkungen auf Lernmotivation und Arbeitshaltung hat, spürbar.

Diese Maßnahmen finden die Akzeptanz und das Vertrauen der Eltern in unserer Schule und führen zur Gemeinschaftsstärkung der Partnerschaft Eltern – Schule – Kind.

Am Standort ist ein „aktives Miteinander“ mit einer großen gegenseitigen Wertschätzung spürbar geworden, welches die Gestaltung des Schullebens prägt.

Dir. Gertraud Greiner



Die Schulgemeinschaft der HS 1 Schärding



Volksschule Sierning

Die VS Sierning hat bereits im Schuljahr 2001/02 mit dem Projekt „Gesunde Schule“ begonnen und somit schon viele Vorarbeiten zum Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ geleistet. Bei einer Leiterdienstbesprechung im März 2009 hat unser BSI das Projekt „Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut“ der OÖ Gebietskrankenkasse vorgestellt. Ich habe anschließend meinen Lehrkörper informiert und mit Frau Mittendorfer Kontakt aufgenommen. Sie hat das Projekt in einer Konferenz detailliert vorgestellt und nach einer konstruktiven Diskussion haben wir einstimmig beschlossen, am Projekt teilzunehmen, mit dem Ziel, am Ende um das Gütesiegel anzusuchen.

Schwierigkeiten mit den verschiedenen Projekten hat es keine gegeben. Jahresbericht, Abrechnung und auch das Ansuchen um das Gütesiegel sind aber nicht ohne. Jährlich erhalten wir ein Projektbudget, mit welchem wir auch Spiele und Spielgeräte anschaffen können. Durch die spezifischen Fortbildungen während des Jahres und die passenden Arbeitsunterlagen tritt sehr schnell ein Erfolg auf allen Ebenen ein. Veränderungen sehe ich im Umgang miteinander und untereinander. Das Klima im Lehrkörper, welches auch vorher nicht schlecht war, ist dennoch spürbar besser geworden. Auch das Verhältnis Eltern, Schüler/innen, Lehrer/innen ist intensiver geworden. Eltern und

Auf dem Weg zum Gütesiegel mit Unterstützung der OÖGKK

Großeltern helfen uns als Lesementoren und bei der Zubereitung der Gesunden Jause am Mittwoch und am Freitag. Den größten Erfolg sehe ich im Umgang der Kinder untereinander, der Respekt und die sozialen Aspekte haben sich maßgeblich verbessert.

Dir. OSR Dipl.-Päd. Franz Riederer



Gesunde Jause am Freitag: Obst- und Gemüsebuffet von den Eltern zubereitet

VS Steinbach am Ziehbberg

Gemeinsam mit der OÖ Gebietskrankenkasse und mit Unterstützung des Projektes „Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut“ haben wir uns auf den Weg zum Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ gemacht. Auf das Projekt aufmerksam geworden ist meine Vorgängerin Frau Hannelore Sperr. Da mir die Gesundheitsvorsorge schon immer ein großes Anliegen war und ich in meinen Klassen stets bemüht war, das Gedankengut einer gesunden Schule umzusetzen, gefiel mir die Idee einer finanziellen und idealen Unterstützung.

Das Projekt ist auf Seiten der OÖGKK in sehr guten Händen. Frau Mittendorfer ist stets bemüht mit uns Kontakt zu halten und auch auf die individuellen Bedürfnisse und Rahmenbedingungen unserer kleinen Schule einzugehen. In vielen Dingen braucht es auch die Unterstützung der Eltern und der Gemeinde. Es muss einer der ersten Schritte sein, diese ins Boot zu holen.

Bewegungspausen, aber auch bewegte Unterrichtsformen gehören zum Schulalltag. Das Schulhaus ist so gestaltet, dass gut miteinander, voneinander und nebeneinander gelernt werden kann. Die Jausendosen sind meist mit wertvollen Nahrungsmitteln gefüllt, volle Wasserkrüge stehen an allen Ecken und Enden. Und wir Lehrer/innen dür-

Auf dem Weg zum Gütesiegel mit Unterstützung der OÖGKK

fen nicht müde werden, ein gutes Miteinander vorzuleben und einzufordern.

Dir. Ingrid Fürweger



Ein gesunder Apfel schmeckt und tut gut



Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ“ – wir stellen uns vor

Gemeinsam entwickeln wir das Gütesiegel kontinuierlich weiter, berücksichtigen die Bedürfnisse aller Beteiligten im Arbeits- und Lebensraum Schule und stehen Ihnen gerne als Ansprechpersonen zur Verfügung.

Operativer Arbeitskreis (Weiterentwicklung und operative Umsetzung)

Landesschulrat für OÖ

Dr. Gertrude Jindrich
OÖ Landesschulrat, Landesschulärztin, Tel.: 0732/7071-9111
E-Mail: gertrude.jindrich@lsr-ooe.gv.at



Fachinspektorin Helga Rogl
Ernährung (berufsbildende Schulen), Tel.: 0732/7071-2121, E-Mail: helga.rogl@lsr-ooe.gv.at

Gisela Steinwendtner
Pädagogische Betreuung von der Anmeldung bis zur Einreichung des Gütesiegels, Landesschulrat OÖ
Tel.: 0732/7071-1041, E-Mail: gisela.steinwendtner@lsr-ooe.gv.at

Land OÖ

Dr. Ulrike Salomon
Land OÖ – Abteilung Gesundheit, Tel.: 0732/7720/14135, E-Mail: ulrike.salomon@ooe.gv.at



OÖ Gebietskrankenkasse

Helga Zabrocki, diplömé
Abteilungsleitung Gesundheitsförderung

Bettina Stadlmayr, MSc
Teamleitung Lebenswelt

Angelika Mittendorfer
Service Stelle Schule, Tel.: 0732/7807-103515, E-Mail: schule@ooegkk.at



Institut für Gesundheitsplanung

Mag. Markus Peböck
Geschäftsführung

Elena Madlschenter
Assistentin der Geschäftsführung, Tel.: 0732/78 40 36, E-Mail: institut@gesundheitsplanung.at





Kooperativer Arbeitskreis (Austausch, Angebot für Schulen, Kooperation)

Institut Suchtprävention

Mag. Ingrid Rabeder-Fink
Tel.: 0732/778936-12, E-Mail: rabederi@praevention.at

Landesschulrat OÖ Schulpsychologie

MMag. Andreas Girzikovsky
Tel.: 0732/7071-2311, E-Mail: andreas.girzikovsky@lsr-ooe.gv.at

Mag. Elisabeth Seyfried
Tel.: 0732/7071-2281, E-Mail: elisabeth.seyfried@lsr-ooe.gv.at

Pädagogische Hochschule OÖ – ARGE Bewegung

MMag. Martin Leitner
Tel.: 0732/7470-2201, E-Mail: martin.leitner@ph-ooe.at

Vertreter/innen von Schulen

Klemens Ecker, VS 2 Enns
Susanne Heilinger, VS Weißkirchen
Dir. Anna Neubauer, VS Windhaag/Perg
FL Peter Steiner, Polytechnische Schule Eferding
Dir. Eva-Maria Stöllnberger, NMS 1 Promenade Steyr

Elternvereine

Landesverband der Elternvereine an höheren und mittleren Schulen in Oberösterreich LVEV
Promenade 33, 4020 Linz

Landesverband der Elternvereine der öffentlichen Pflichtschulen OÖ
Anastasius-Grün-Straße 20, 4020 Linz

Schulsprecher

BMHS-Landesschulsprecher Union Höhere Schulen
AHS-Landesschulsprecher Union Höhere Schulen
BS-Landesschulsprecher Union Höhere Schulen
Obere Donaulände 7, 4020 Linz



Termine

Informationsveranstaltung zur Projektinitiative „Der kleine Mugg - mir & uns geht's gut“

Inhalt: Erstinformation zum ganzheitlichen Gesundheitsförderungsprojekt für Volksschulen.
Ort: OÖGKK, Gruberstraße 77, 4020 Linz. Termin: 1. Oktober 2012, Zeitrahmen: 13.30 - 17.00 Uhr.
Information und Anmeldung: angelika.mittendorfer@oogkk.at

Tagung „Gesundheitsförderung und Schulentwicklung – wie schaffen wir eine bessere Kooperation?“

Inhalt: Keynote Lecture Dr. Charmaine Liebertz „Ein Plädoyer für angstfreies und humorvolles Lernen“ und Workshops.
WS 1: Konzepte der Gesundheitsförderung in die Unterrichtspraxis integrieren. WS 2: Die Chancenungleichheit von Schüler/innen berücksichtigen. WS 3: Auf die Professionalisierung von Lehrkräften setzen. WS 4: Die Schulautonomie stärken.
Ort: WIFI Linz, Wiener Straße 150, 4021 Linz. Termin: 3. Oktober 2012, Zeitrahmen: 11.00 - 17.00 Uhr.
Information und Anmeldung: doris.schindelka@hvb.sozvers.at

Informationsveranstaltung zur Projektinitiative „Gesundheit leben Gesundheit lernen“.

Inhalt: Erstinformation zum Gesundheitsförderungsprojekt für Schulen der Sekundarstufe I und II.
Ort: OÖGKK, Gruberstraße 77, 4020 Linz. Termin: 7. November 2012, Zeitrahmen: 13.30 - 17.00 Uhr.
Information und Anmeldung: angelika.mittendorfer@oogkk.at

Studientag „Macht Schule krank? Gesundheitsförderung als Leitungsaufgabe“.

Inhalt: Die Förderung der Gesundheit der Lehrerkollegen/innen ist eine wesentliche Aufgabe guter Leitung und ein bedeutender Teil der gesamten Schulentwicklung. Der Studientag spürt den Möglichkeiten nach, wie aus der Schule ein attraktiver Arbeitsplatz und ein gesunder Lebensraum werden kann.
Ort: Schloss Puchberg. Termin: 20. November 2012, Zeitrahmen: 9.00 - 17.00 Uhr. Information und Anmeldung: beratung@ph-linz.at

Informationsveranstaltung „Gesunde Schule OÖ“.

Inhalt: Erstinformation für Schulen, die sich für das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ interessieren.
Ort: LSR OÖ, Sonnensteinstraße 20, 4040 Linz. Termin: 22. November 2012, Zeitrahmen: 14.00 - 17.00 Uhr.
Information und Anmeldung: gisela.steinwendtner@lsr-ooe.gv.at

Gütesiegelverleihung „Gesunde Schule OÖ“.

Inhalt: Verleihung der Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“.
Ort: OÖGKK-Fachambulatorium, Garnisonstraße 1a, 4020 Linz. Termin: 28. November 2012, Zeitrahmen: 16.00 - 17.30 Uhr.
Information und Anmeldung: elena.madlschenter@gesundheitsplanung.at

Regionale Fortbildung in jedem Bezirk „Lernen im Gleichgewicht“

Inhalt: Gut funktionierende Sinnessysteme sind eine wichtige Voraussetzung für das Lernen und für angemessenes Verhalten. Im besonderen Maße gilt das für das Gleichgewichtssystem. Diese Fortbildung beleuchtet den theoretischen Hintergrund und vermittelt zahlreiche Übungen und Spiele für das „Lernen im Gleichgewicht“, um für den eigenen Unterricht optimale Lernvoraussetzungen zu schaffen.
Termine: 20. November 2012 (Braunau), 4. Dezember 2012 (Eferding), 22. November 2012 (Freistadt), 9./10. November 2012 (Kirchdorf), 30. Oktober 2012 (Linz-Land/Linz-Stadt), 29. November 2012 (Perg), 5. November 2012 (Ried), 13. November 2012 (Rorhbach), 8. November 2012 (Wels-Land/Wels-Stadt), 4. April 2012 (Gmunden), 5. März 2013 (Grieskirchen), 7. März 2013 (Schärding), 6. März 2013 (Steyr-Land/Steyr-Stadt), 23. April 2013 (Urfahr-Umgebung), 13. März 2013 (Vöcklabruck Ost/West), Zeitrahmen: 14.30 - 17.15 Uhr.

SCHILFS: schulinterne Fortbildungen

Basismodul: „Bewegte Schule – ein Schulentwicklungskonzept“

Inhalte: Was ist Bewegte Schule? Warum bewegte Schule? Unser Weg zur Bewegten Schule – standortbezogenes Konzept. Zusatzmodule: „**Bewegter Unterricht – Rhythmisierung**“: Zusammenhänge zwischen Bewegung und Lernen, Praxisbeispiele für bewegten Unterricht. Oder „**Aktive Pause**“: Ideen für Pausengestaltung, Organisation und konkrete Umsetzung am Schulstandort. Je 4 Einheiten. Diese Schilf kann nur mit Zustimmung und Teilnahme aller LehrerInnen einer Schule beantragt werden.
Anmeldung über PH OÖ. Information: Peter Klein, vs.pram@eduhi.at, Monika Wiesmeyr, vs5.wels@eduhi.at.



Termine

Impulsveranstaltung „Bewegte Schule“ für Sekundarstufe 1 und 2

Inhalt: Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird in diesem Impulsseminar die Grundstruktur der Bewegten Schule (Sekundarstufe 1 und 2) in Theorie und Praxis angeboten. Ort: Puchberg/Wels. Termin: 27. und 28. November.

Bewegte Schule, Lehrer/innengesundheit

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird in dieser Fortbildung das Spannungsfeld Lehrer/innengesundheit im Rahmen der Bewegten Schule näher gebracht. Inhalte: Salutogenese, ein Modell, welches als Orientierung dienen kann. Lehrergerichte Rhythmisierung des Schulalltages. Lehrerrolle, Lehrgesundheit, Berufszufriedenheit. Ort: Puchberg/Wels. Termin: 15. November 2012, Zeitrahmen 9.00 - 17.00 Uhr

Mit Wintersemester 2012 startet der 3-semesterige Lehrgang Bewegte Schule der PH-OÖ mit über 40 Teilnehmer/innen

Inhalt: Alle Aspekte der bewegten Schule werden in Theorie und Praxis in drei Modulen (Basismodul, Aufbaumodul, altersspezifisches Modul) vermittelt und als Schulentwicklungsmodell erarbeitet. Zielsetzungen des Lehrgangs ist es, die „Bewegte Schule“ in der eigenen Schule standortangepasst als Schulentwicklungskonzept zu implementieren.

Fortbildung Bewegung d'gscheit: Förderung der exekutiven Funktionen in Bewegung und Sport

Inhalt: Die aktuelle Forschung belegt, dass man mit gezielten Aufgabenstellungen und Übungen in Bewegung und Sport die exekutiven Funktionen gefördert werden. Dazu gehören das Arbeitsgedächtnis, die Impulskontrolle und die geistige Flexibilität. Diese Fähigkeiten sind eine wichtige Grundlage für den Erfolg im Leben, in der Schule und auch für die eigene Gesundheit.



PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE OÖ

ARGE Bewegung und Sport OÖ
ARGE Bewegte Schule

Wir unterstützen Sie auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ“

Angelika Mittendorfer

Beratung und Prozessbegleitung im Bereich der schulischen Gesundheitsförderung, OÖ Gebietskrankenkasse
Tel: 05/7807-103515, E-Mail: angelika.mittendorfer@oegkk.at

Gisela Steinwendtner

Pädagogische Betreuung von der Anmeldung bis zur Einreichung des Gütesiegels, Landesschulrat OÖ
Tel: 0732/7071-1041, E-Mail: gisela.steinwendtner@lso-ooe.gv.at

Elena Madlschenter

Organisation der Gütesiegelverleihung, Institut für Gesundheitsplanung
Tel.: 0732/78 40 36-11, E-Mail: institut@gesundheitsplanung.at

Wenn Sie Fragen zur „Gesunden Schule OÖ“ oder zu Schulischer Gesundheitsförderung haben, rufen Sie uns einfach an oder schicken Sie uns eine E-Mail. Wir unterstützen Sie auch gerne beim Ansuchen bzw. während des Prozesses zur Erreichung der Voraussetzungen.

Weitere Informationen finden Sie unter:

http://www.lsr-ooe.gv.at/gesunde_schule, <http://www.oegkk.at/schule>